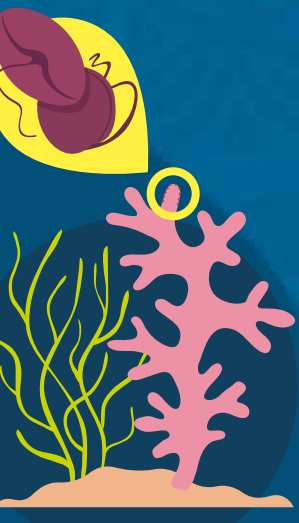


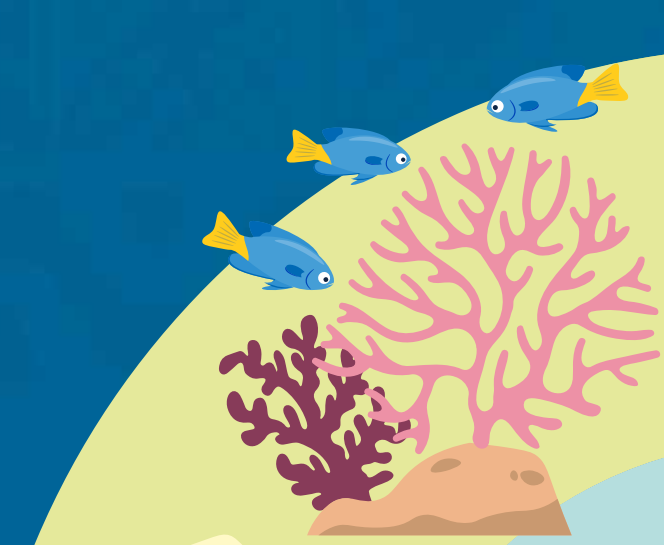


# LA CIGUATERA À VANUATU

La ciguatera est une forme particulière d'intoxication alimentaire liée à la consommation de poissons de récif tropicaux.

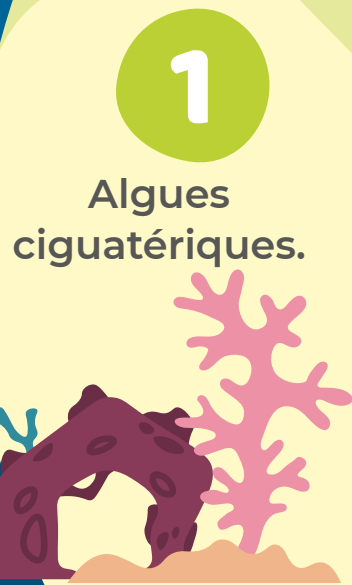


La ciguatera est causée par une toxine produite par des algues microscopiques qui prolifèrent sur les récifs coralliens endommagés par les catastrophes naturelles (cyclones) ou les activités humaines.



2

Les petits poissons herbivores broutent les algues et deviennent toxiques.



1

Algues ciguatériques.

## Comment la ciguatoxine finit-elle dans nos assiettes ?

3

Les poissons prédateurs de plus grosse taille mangent les petits poissons et ingèrent à leur tour la ciguatoxine qui s'accumule dans leur organisme.



4

Ces poissons sont ensuite consommés par les populations.



La quasi-totalité des poissons récifaux peuvent être ciguatoxiques, mais certains présentent un risque ciguatérique plus fréquent ou plus élevé que d'autres.



## Signes et symptômes

Signes les plus courants :

- nausées, vomissements, diarrhées, douleurs abdominales.
- Impression d'engourdissement ou de picotements autour de la bouche et du nez, sur les mains, les pieds et la peau.
- Sensation de brûlure au contact de l'eau froide.
- Douleurs musculaires et articulaires.



## Traitement

- Il n'existe actuellement aucun traitement contre la ciguatera, et les communautés insulaires ont souvent recours à la médecine traditionnelle. Votre médecin pourra vous prescrire des médicaments pour soulager la sensation d'inconfort ou la douleur.
- Un régime alimentaire spécifique excluant les produits marins, la viande rouge, l'alcool et les noix doit être suivi pendant le premier mois ou tant que les symptômes persistent, afin d'éviter de les aggraver ou de les voir réapparaître.

## Que faire ?

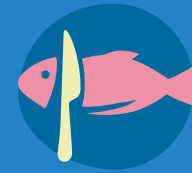
Pour réduire le risque d'intoxication ciguatérique :



- **Ne consommez pas de poissons pêchés dans des zones notoirement infectées.**



- **Espacez la consommation de poissons à risque ciguatérique.**



- Dès que vous capturez un poisson, **coupez-lui la tête et retirez les viscères** et tous les autres organes. Ce sont les parties les plus toxiques.



# QUELQUES ESPÈCES CIGUATOXIQUES PRÉSENTES À VANUATU

La quasi-totalité des poissons récifaux peuvent être ciguatoxiques, mais certains présentent un risque ciguatérikie plus fréquent ou plus élevé que d'autres.

## Poissons

Voici quelques exemples de poissons parmi les plus ciguatoxiques de Vanuatu :



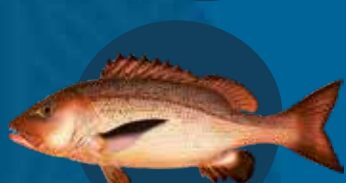
**Chirurgien lignes bleues**  
*Acanthurus nigroris*



**Certaines espèces de perroquet**  
*Scarus sp.*



**Saumonée léopard**  
*Plectropomus laevis*



**Vivaneau chien rouge**  
*Lutjanus bohar*



**Vivaneau rayures noires**  
*Lutjanus semicinctus*



**Empereur Saint-Pierre**  
*Lethrinus harak*



**Empereur gueule longue**  
*Lethrinus olivaceus*



**Mérou camouflage**  
*Epinephelus polyphekadion*



**Diagramme taches blanches**  
*Plectorhinchus albovittatus*



**Mérou queue carrée**  
*Plectropomus areolatus*



**Saumonée hirondelle**  
*Variola louti*



**Barracuda**  
*Sphyraena barracuda*



**Carangue à grosse tête**  
*Caranx ignobilis*



**Murène javanaise**  
*Gymnothorax javanicus*



**Murène points jaunes**  
*Gymnothorax flavimarginatus*

## Invertébrés

À Vanuatu, les trocas, les turbos et les bénitiers géants sont réputés ciguatoxiques.



**Troca**  
*Rochia nilotica*



**Turbos**  
Turbinidae



**Bénitiers**  
Tridacnidae



Les poissons toxiques ne présentent pas d'aspect, d'odeur ou de goût particulier. Les ciguatoxines sont résistantes à la cuisson, à la congélation, au fumage et à la salaison.