

20
minutes

Pour faire patienter vos fans.

Partagez votre heure d'arrivée.

Uber



« Il y a aussi des pressions locales »

Coraux Pour le biologiste Romain Troublé, le blanchiment des récifs dans le Pacifique n'est pas dû qu'au seul réchauffement climatique

Après deux ans et demi à étudier les récifs coralliens du Pacifique, la goélette scientifique *Tara* a retrouvé Lorient, son port d'attache, samedi. La mission n'en est pour autant pas terminée : il reste à analyser une bonne partie des 36 000 échantillons prélevés. Romain Troublé, biologiste marin et directeur général de la fondation Tara expédition, est toutefois déjà en mesure de livrer les principales observations sur l'état de santé des coraux du Pacifique.

Cent mille kilomètres parcourus, 2 677 plongées... Une campagne scientifique de cette ampleur, c'est inédit, non ?

A ma connaissance, Tara Pacific est la première mission à étudier l'état de santé des récifs coralliens à l'échelle d'un océan. Nous voulions com-

prendre pourquoi ils blanchissent en certains endroits, alors qu'ils sont en bonne santé ailleurs.

Quel premier bilan pouvez-vous tirer ?

Aux abords des îles de Chesterfield, un archipel de la Nouvelle-Calédonie, comme à Wallis-et-Futuna, nous avons trouvé des récifs coralliens quasi intacts. Ils ont pourtant eux aussi connu un épisode de blanchiment, mais ils ont récupéré. A l'inverse, aux Samoa ou dans la Rivière des Perles, au large de Hong Kong, les récifs coralliens sont quasiment tous morts. Ce qui est surprenant, c'est qu'il n'y a parfois que quelques centaines de kilomètres entre une zone intacte et une zone très touchée, sans qu'on puisse savoir toujours pourquoi. Au réchauffement climatique s'ajoutent très certainement des pressions lo-



Romain Troublé à bord de *Tara*, au moment de son retour à Lorient samedi.

cales. Par exemple, le développement des littoraux, le non-traitement des effluents, la pollution plastique, la pêche à la dynamite... Autant inverser la courbe du réchauffement climatique prendra vraisemblablement des dizaines d'années, autant nous pouvons parvenir très rapidement à obtenir des résultats contre ces pressions locales. Via des programmes d'éducation, de formation et aussi des décisions politiques fortes.

N'avons-nous pas, finalement, que peu de connaissances sur le fonctionnement de ces récifs ?
Il nous reste encore énormément de choses à découvrir, en effet. Nous

nous intéressons véritablement aux coraux depuis une cinquantaine d'années seulement, et les outils technologiques qui nous permettent d'entrer finement dans l'analyse datent d'il y a six ans à peine. En revanche, on connaît déjà bien l'importance écologique de ces récifs. Ils abritent un tiers de la biodiversité marine, ils sont des barrières naturelles qui brisent les grosses vagues venues du large. Si les Tuvalu, des îles au ras de l'eau, n'avaient plus ces barrières, elles disparaîtraient de la carte. Enfin, les récifs coralliens sont de formidables atouts touristiques. **Propos recueillis par Fabrice Pouliquen**

Nouveau coup dur pour l'alliance de Merkel

Allemagne Le parti de centre droit d'Angela Merkel et son partenaire social-démocrate de coalition à Berlin ont subi de sévères pertes lors d'élections régionales clés dimanche en Allemagne.

Selon les projections des chaînes de télévision publique, l'Union démocrate-chrétienne (CDU) de la chancelière arrive certes en tête du scrutin de l'Etat-région de Hesse avec 27 à 28 % des voix, mais ce score représente une baisse de plus de dix points par rapport aux précédentes élections de 2013. Elle avait alors obtenu 38,3 %. Le parti social-démocrate (SPD) ressort encore plus éreinté avec environ 19,5 %, contre 30,7 % il y a cinq ans en Hesse, où se situe la capitale financière de l'Allemagne, Francfort.

Cette double sanction pour les partis de pouvoir au plan fédéral à Berlin, associés au sein d'une « grande coalition » difficilement mise sur pied en mars, est une mauvaise nouvelle pour Angela Merkel à un moment où elle est déjà politiquement affaiblie.

Tourner le dos au mal de dos

Santé Personne ou presque n'échappe au mal de dos. Or, « il faut éviter que la douleur ne devienne chronique, ce qui est pourtant le cas pour 15 % des patients », note Norbert Teisseire, rhumatologue. Mais comment faire ?

« Il n'y a pas de recette magique, prévient Marc Rozenblat, médecin généraliste du sport et ostéopathe, auteur de *La tendinite n'existe pas* (éd. St Honoré). Mais quelques réflexes simples permettent d'éviter que les

maux de dos ne s'installent. » D'abord, il faut « arrêter de penser qu'il faut se reposer et rester allongé, prévient-il. Il faut parvenir à maintenir les activités quotidiennes. » Quand on est bloqué, on a mal parce que le muscle se met en contracture. « Pour contrer cela, on essaie d'assouplir le muscle, en mettant du chaud sur la zone douloureuse pour la détendre. »

On peut aussi bloquer le dos en portant une ceinture lombaire. « Mais il faut surtout apprendre à solliciter cette partie du corps de manière électorale, insiste-t-il. Les zones au-dessus et au-dessous de la zone lombaire. » En travaillant davantage les bras pour prendre un objet, en s'accroupissant plutôt qu'en se penchant. Il convient aussi « d'éviter de croiser les jambes, de rester plus d'une heure assis et d'être avachi sur son fauteuil de bureau ». Autre piste : incorporer au quotidien beaucoup d'assouplissements : « Plus on va être souple en dessous et en dessus de la colonne lombaire, moins elle sera mise à contribution », explique l'ostéopathe. Quant au sport, il possède d'indéniables vertus pour soulager les maux de dos. Trente minutes par jour suffisent, selon l'OMS.

Anissa Boumediene



En France, le mal de dos chronique concerne 15 % des patients.

20 secondes

Le gouvernement maintient son cap fiscal. Face à l'inquiétude croissante des Français pour leur pouvoir d'achat, les ministres Bruno Le Maire et Gérard Darmanin ont défendu dimanche une politique fiscale « courageuse », notamment en matière de taxation des carburants.



L'hiver, mortelle saison pour les piétons et les cyclistes.

Les mois d'octobre à janvier concentrent à eux seuls 43 % de la mortalité annuelle des piétons, selon la Sécurité routière, rappelle l'association Prévention routière. Chez les cyclistes, entre octobre et mars, le nombre d'accidents mortels durant la nuit passe de 15 % à 40 %. D'où l'importance d'être vus en portant des brassards et des gilets fluorescents.