

**Zeitschrift:** Aînés : mensuel pour une retraite plus heureuse  
**Herausgeber:** Aînés  
**Band:** 20 (1990)  
**Heft:** 4

**Rubrik:** Plumes poils & Cie : la Belle au bois dormant

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 13.01.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

PIERRE LANG  
**PLUMES  
POILS & CIE**

# La Belle au bois dormant

Les semaines à venir vont être très chargées pour toutes les marmottes de nos Alpes. Fini de jouer à la princesse endormie, car les premiers rayons d'un soleil printanier vont se transformer en princes charmants et les plus hardies d'entre elles vont pointer leurs petits nez frémissants à l'entrée des terriers, jeter un regard interrogateur vers les plaques de neige qui peuvent encore entourer leur lieu d'hibernation et sortir enfin de cette longue nuit d'hiver. Ce qui est intéressant à étudier chez cet animal est ce phénomène du réveil, propre à de nombreuses espèces qui se sont vu gratifiées de ce don de pouvoir échapper aux rigueurs du climat.



Un cerveau bien en éveil!

Photo Y. D.

C'est déjà en octobre qu'elles ont commencé le changement de leur rythme de vie, faisant ample provision de nourriture rapidement transformée en graisse brune, carburant dont elles auront un impérieux besoin lors du réveil. Mais la véritable observation d'une hibernation n'a pu se faire qu'en laboratoire où l'on a pu noter toutes les modifications subies par l'organisme: chute de la température corporelle qui, habituellement de 38/39°,

va descendre jusqu'à 4 ou 5°, variant légèrement suivant les conditions climatiques extérieures. Simultanément les battements du cœur vont ralentir, passant de 90 à 40 par minute, tandis que les inspirations qui étaient de 25 à 30 pendant cette même période vont se trouver réduites à 1 ou 2 seulement. A ce stade l'animal, pour un œil non exercé, paraît mort! Il n'en est pourtant rien et le sommeil hivernal de la marmotte ne s'effectue jamais d'une seule

traite, car elle a des «besoins» qu'elle doit satisfaire toutes les quatre semaines environ et elle se réveille, dormant à moitié, à vider sa vessie!

Mais comment se passe le réveil? N'allez pas imaginer qu'il lui suffit d'un premier rayon de soleil pour se sentir prête à bondir de rocher en rocher en sifflant un air joyeux. Cette émergence de la torpeur hivernale est difficile, car elle ne doit pas «brusquer» les choses sous peine de détériorer son orga-

nisme. Pour cela, elle va puiser dans sa fameuse réserve de graisse brune qui est le vrai «combustible» dont elle disposera pour rallumer sa chaudière. Très lentement, cette matière va se répartir dans tout l'organisme, tandis que le système nerveux sympathique déclenchera la constriction violente des vaisseaux sanguins chargés de propager la chaleur dans la région thoracique et la colonne vertébrale. Et c'est toujours la partie antérieure de l'animal qui se réchauffe en premier, suivie de la partie postérieure et des membres... ce qui paraît logique si l'on veut bien admettre que l'animal doit contrôler le mécanisme du réveil et que pour cela il a besoin d'un cerveau bien en éveil! Mais l'ensemble du processus se prolonge pendant de longues minutes et pendant toute cette phase la marmotte est agitée de tremblements, laissant à penser qu'elle traverse là une période délicate et peut-être douloureuse. Le reste n'est plus que routine alimentaire, car il lui faut récupérer très vite les kilos perdus si elle veut, fière et agile, parcourir à nouveau les versants de nos «monts indépendants».

P. L.

**BAUME  
DU TIGRE**

en pharmacies et drogueries

**AIDE CHAQUE JOUR À NOUVEAU!**

Maux de tête, névralgies, douleurs musculaires et articulaires, sciatique, lumbago, refroidissements, lésions dues au sport.