



# MORTS INSOLITES

**100 HISTOIRES VRAIES**

Le Studio Minuit présente :

# 100 HISTOIRES VRAIES

de

## MORTS INSOLITES

*Peut-on mourir empalé par une paille, tué par une limace, écrasé par une vache tombée du ciel, empoisonné par une carotte, ou s'étouffer de rire ? NON ? Eh bien si, c'est possible... Malheureusement. Vous allez découvrir les 100 façons les plus absurdes et tragiques, parfois cocasses, de mourir, qui vous feront froid dans le dos et sourire à la fois. À chaque fois, c'est un rappel de l'insoutenable fragilité de l'existence et de la nécessité d'éviter les comportements à risque.*

*Morts insolites - Histoires vraies* est aussi un podcast.

**Retrouvez nos autres productions :**

*Crimes - Histoires vraies*

*Espions - Histoires vraies*

*Sherlock Holmes - Les enquêtes*

*Meurtres en France - Histoires vraies*

**[www.studiominuit.com](http://www.studiominuit.com) / [contact@studiominuit.com](mailto:contact@studiominuit.com)**

# Boisson frappée maison

**E**lena Struthers-Gardner est une jeune retraitée de 60 ans, habitant Broadstone, en Angleterre. Elle a exercé un métier peu ordinaire, surtout pour une femme : celui de jockey. Pendant des années, Elena a risqué sa vie sur des purs sangs galopant à plus de 55 km/h. C'est un métier à haut risque. Certains jockeys meurent à l'entraînement ou pendant des courses, victimes de chutes fatales, lors d'un saut d'obstacles ou piétinés involontairement par le cheval d'un adversaire.

**E**lena Struthers-Gardner, Lena pour ses amis, a survécu à des décennies de risques, et elle profite maintenant d'une retraite bien méritée. Elle est pour l'heure tranquillement chez elle, en train de se préparer une boisson fraîche. Comme elle est soucieuse d'écologie, elle a choisi une paille réutilisable en métal, plutôt qu'une paille en plastique jetable. Mais, une fois sa boisson en main, Lena glisse, perd l'équilibre, et tombe par terre, la tête la première, en plein sur la paille qui lui empale l'œil. La paille pénètre dans son orbite gauche et lui transperce le cerveau.

**M**andy, sa femme depuis quatre ans, a déclaré qu'elle n'avait pas entendu la chute. Elle a trouvé Lena allongée sur le ventre, faisant des « *bruits de gargouillements inhabituels* ».

**S**a mort a conduit le médecin légiste à mettre en garde contre l'utilisation de paille en métal avec un couvercle qui la maintient en place.

# Plat du jour

**E**st-il possible d'être tué par un animal mort depuis au moins 20 minutes ? En théorie, non, ça ne peut pas arriver. Un serpent décapité depuis une bonne vingtaine de minutes ne peut théoriquement plus faire de mal. C'est pourtant arrivé à Peng Fan, le chef cuisinier d'un petit restaurant asiatique très réputé.

**P**eng Fan est en train de préparer un plat du jour à base de cobra cracheur d'Indochine, un met délicat, très apprécié en Asie. On trouve ce serpent dans les pays du sud-est asiatique, notamment au Cambodge, au Laos, en Birmanie, en Thaïlande et au Vietnam. Les adultes mesurent parfois jusqu'à 1,6 m de long. On les trouve dans les plaines, les collines, les forêts et la jungle. Ils se nourrissent principalement de rongeurs, de crapauds et d'autres serpents. Principalement nocturne, le cobra cracheur est plus susceptible de fuir lorsqu'il est dérangé pendant la journée.

**P**ourquoi l'appelle-t-on le cobra cracheur ? Il a la désagréable habitude de cracher son venin dans les yeux de sa victime. Celle-ci peut être aveuglée de façon provisoire ou permanente. Sa morsure est mortelle, causant une paralysie des muscles de l'appareil

respiratoire et une mort par asphyxie.

**P**eng Fan, notre cuisinier, a tranché la tête du serpent, qu'il a mis de côté sur son plan de travail. Il a passé une vingtaine de minutes à préparer sa soupe et à découper le corps du serpent. Le serpent mijote maintenant dans une grande casserole remplie d'aromates et de petits légumes. Une soupe délicieuse.

**L**orsque Peng décide de mettre à la poubelle la tête du cobra qui traînait sur le plan de travail, la tête coupée le mord, lui injectant son venin à action rapide. Les clients du restaurant ont entendu des cris provenant de la cuisine, et, malheureusement, les secours sont arrivés trop tard pour sauver le cuisinier.

**U**n reptile peut conserver des fonctions réflexes encore une heure après avoir été décapité. Bon à savoir, au cas où !

# Une dangereuse recette

**R**ebecca Burger est une jeune femme française, mannequin de 33 ans, fan de fitness, avec près de 200 000 followers sur son compte Instagram. Ça paraît tellement absurde, décalé. Une crème fouettée, c'est un délicieux dessert plutôt courant et bien inoffensif, si on n'en abuse pas. Eh bien, c'est ce qui a tué Rebecca Burger !

**L**e samedi 18 juin 2017, Rebecca décide de se préparer un dessert à base de crème fouettée. Mais la capsule de gaz de son siphon à Chantilly explose et la frappe en pleine poitrine. L'accident étrange et les blessures qui en résultent provoquent un arrêt cardiaque. Arrivés sur les lieux, les pompiers tentent un massage cardiaque et réussissent à la ranimer. Emmenée à l'hôpital, elle reste inconsciente et décède le lendemain. La nouvelle de cet incident tragique s'est répandue lorsque la famille du mannequin a posté sur son compte Instagram une image du genre de la boîte de crème fouettée, avec cette légende : « *Voici le siphon à Chantilly qui a explosé et causé le décès de Rebecca.* »

**C**es accidents se produisent à cause de la pressurisation des récipients. Ce type de distributeur de crème Chantilly

contient des chargeurs d'oxyde nitreux pour pressuriser le récipient et lui permettre de pulvériser de la crème fouettée. Sous pression, le gaz peut exploser et causer de graves blessures : dents cassées, perte d'un œil, coma, fracture au visage et au thorax... L'arrêt cardiaque, qui a entraîné la mort de Rebecca Burger, est souvent confondu avec une crise cardiaque. « *Les crises cardiaques sont causées par un blocage qui empêche la circulation du sang vers le cœur. Le tissu du muscle cardiaque meurt par un manque d'approvisionnement en sang* ». En revanche, lors d'un arrêt cardiaque, le cœur s'arrête soudainement de fonctionner. Cela peut se produire en raison d'un coup violent porté à la poitrine. « *Il est généralement associé à l'impact soudain d'un objet sur la paroi thoracique qui se trouve coïncider avec une partie spécifique du cycle électrique du cœur, qui produit des arythmies cardiaques* ». Lorsque cela se produit, le cœur cesse de pomper le sang et son activité électrique finit par s'arrêter également.

**U**n conseil : méfiez-vous des objets banals de la cuisine, ils peuvent être dangereux. Et n'oubliez jamais que chaque année, les accidents de la vie domestique sont à l'origine d'environ 20 000 morts en France.



# La vache tombée du ciel

**U**n homme s'endort le soir, aux côtés de sa femme. Il ne se réveillera jamais, parce qu'une vache lui est tombée dessus !

**P**oids d'une vache : environ 1 500 kilos. Multipliez par la vitesse de la chute. Mortel.

**C**'est arrivé à Joao Maria de Souza, 45 ans. Il était au lit avec sa femme, Leni, lorsque l'animal est tombé à travers le plafond de leur maison à Caratinga, dans le sud-est du Brésil. La vache s'était échappée pendant la nuit d'une ferme voisine et avait grimpé sur le toit de la maison, adossée à une petite colline. Le toit en tôle ondulée a immédiatement cédé et la vache d'une tonne et demie est tombée de 2,3 mètres de hauteur sur le côté du lit où dormait M. de Souza, ne lui laissant aucune chance. Il est mort d'une hémorragie interne.

**A**ux dernières nouvelles, sa femme et la vache seraient toutes deux sorties indemnes de l'incident. Le beau-frère de M. de Souza, Carlos Correa, a déclaré dans un journal brésilien : « *Être écrasé dans son lit par une vache est bien*

*la dernière façon dont on s'attend à quitter cette terre. Mais si c'est la volonté de Dieu... Je pense que ce n'est pas la vache qui a tué notre Joao, c'est le temps inacceptable qu'il a passé aux urgences à attendre d'être pris en charge. » Sa mère, Maria de Souza, a déclaré à la chaîne de télévision brésilienne SuperCanal : « Je n'ai pas élevé mon fils pour qu'il soit tué par une vache qui tombe du ciel ! »*

**L**a police de Caratinga, dans l'État du Minas Gerais, a lancé une enquête sur cette mort étrange. Le procureur étudie la possibilité de poursuivre en justice le propriétaire de la vache pour homicide involontaire, s'il est reconnu coupable de négligence concernant la surveillance de sa vache.

**U**n conseil d'ami, méfiez-vous de certains animaux a priori inoffensifs, ils peuvent être étonnamment dangereux. Et n'oubliez pas de jeter un coup d'œil dans le ciel de temps en temps, on ne sait jamais.

# L'anniversaire, la plage et le parasol volant

**U**ne femme est-elle en danger lorsqu'elle est tranquillement installée sur le sable d'une grande plage paisible, au bord de l'océan Atlantique ? En théorie, non, rien ne peut arriver de fâcheux.

**Q**uel pourrait être le risque d'être sur une plage presque déserte en juin, entouré de ses meilleurs amis ? Eh bien, pourtant, il est arrivé un grand malheur à Lottie Michelle Belk, 55 ans. Lottie avait décidé de fêter son anniversaire sur la plage avec un petit groupe d'amis, un samedi tranquille du mois de juin. Mais pas de chance, le vent soufflait assez fort ce jour-là, autour de 30 km/h. Le vent a soulevé un parasol qui, porté par le vent, s'est projeté sur Lottie, l'empalant en plein cœur.

**L**a police de Virginia Beach, dans l'État de Virginie aux États unis, est intervenue sur la plage de la 33e rue, peu après 17 heures, après avoir reçu des appels concernant une femme en arrêt cardiaque. C'était Lottie. Les médecins sont arrivés et l'ont transporté dans un hôpital local, mais

elle est décédée des suites de sa blessure. L'enquête a révélé qu'un parasol planté dans le sable sur la plage a été soulevé par une forte rafale puis a glissé sur le sable. La police a déclaré que le parasol avait poignardé Mlle Belk en pleine poitrine. Le médecin légiste en chef, Donna Price, a déclaré que la cause du décès de Belk était un traumatisme thoracique causé par un objet contondant. Il affirme également que la mort est accidentelle. L'unité des homicides du département de police de Virginia Beach a malgré tout lancé une enquête de routine sur cet incident. Selon Tom Gill, capitaine du service de sauvetage de Virginia Beach, c'est la première fois qu'il entend parler d'une personne tuée par un parasol dans cette ville balnéaire. Gill dit avoir entendu parler de personnes blessées par un parasol qui s'est détaché, mais considère la mort de Belks comme un accident étonnant. Selon M. Gill, il est important de réajuster et de vérifier l'ancrage de son parasol lors de fortes rafales. Si les vents semblent trop forts, Gill suggère tout simplement de démonter le parasol. Selon Rob Lindaur, propriétaire d'une boutique d'articles de plage, le parasol doit toujours être placé face au vent. Que vous fassiez une simple promenade dans l'eau ou sur la plage, Lindaur conseille de ne jamais quitter des yeux son parasol.

**U**n conseil d'ami : lorsque vous êtes sur une plage, ne

pensez pas uniquement au requin qui pourrait venir vous arracher une jambe pendant une baignade. N'oubliez pas de jeter un coup d'œil autour de vous, on ne sait jamais.

# L'écrivain génial et le petit bouchon

**Q**ue pourrait-il arriver de grave à un homme qui doit seulement se mettre deux gouttes de sérum désinfectant dans les yeux avant d'aller se coucher ? Tranquillement installé dans une suite de luxe d'un grand hôtel de Manhattan. En théorie, tout devrait bien se passer. Mais bon, vous le savez, tout ne se passe pas toujours comme prévu. Ça paraît parfois tellement absurde, décalé. Rendez-vous bien compte, il s'agit d'un écrivain célèbre, un dramaturge à succès, Tennessee Williams, l'auteur d'*Une chatte sur un toit brûlant*, lauréat du prix Pulitzer pour *Un tramway nommé désir* ! Eh bien, le pire est arrivé à Tennessee Williams, âgé de 71 ans, ce soir du 22 février 1983, dans une magnifique suite de l'hôtel Élysée, sur la 54e rue, à Manhattan, en plein cœur de New York.

**N**e sachant pas où mettre le bouchon de son flacon de gouttes oculaires, il l'a mis entre ses dents, le temps de se mettre les gouttes dans les yeux. Il a penché sa tête en arrière, la bouche ouverte, le bouchon entre les dents, les mains accaparées par le compte-gouttes. Un faux mouvement ? Un hoquet ? Un éternuement ? Tennessee Williams a avalé le bouchon du flacon, et il est mort étouffé.

Son corps a été retrouvé le lendemain matin par son secrétaire, John Uecker, qui partageait la suite de deux pièces du dramaturge. M. Uecker a déclaré qu'il avait entendu un bruit dans la chambre de M. Williams vers 23 heures jeudi soir, mais qu'il n'avait pas enquêté. Vers 10 h 45 le lendemain matin, M. Uecker est entré dans la chambre et a trouvé M. Williams, couché à côté de son lit, mort. Le Dr Gross, médecin légiste en chef de la ville de New York, qui a pratiqué l'autopsie, a confirmé que M. Williams était mort tard dans la soirée du jeudi, étouffé par un bouchon en plastique du type de ceux utilisés sur les bouteilles de spray nasal ou de solution oculaire. Selon les médecins, des réflexes nerveux normaux à l'arrière de la gorge forceraient normalement une personne en train de s'étouffer à éjecter tout objet pris dans l'ouverture du larynx, appelé la glotte. Le Dr Gross a déclaré qu'un certain nombre de raisons peuvent avoir affaibli la réaction d'éjection, par exemple lorsqu'une personne est sous l'influence de l'alcool ou de la drogue. Le Dr Gross a déclaré qu'il n'y avait pas de soupçon d'acte criminel et que les décès de ce type sont généralement classés comme accidentels. Au mieux de sa forme, M. Williams était un maître des moments dramatiques et créait des personnages perdus et torturés, luttant pour la dignité et l'espoir dans un monde qui niait souvent les deux. Obsédé par la maladie, l'échec et la mort, il pensait constamment que son

cœur allait s'arrêter de battre. Il avait souffert de plusieurs affections, dont la cataracte, l'arthrite et les maladies cardiaques. « *J'ai eu tous les troubles connus de l'homme* », a-t-il dit un jour.

**U**n conseil d'ami : lorsque vous faites des actes plutôt anodins, dans votre vie quotidienne, soyez prudent. Par exemple, n'oubliez pas de poser à côté de vous le capuchon de votre stylo ou l'opercule d'une bouteille de bière, on ne sait jamais ce qui pourrait vous arriver.



# Le cueilleur, la forêt et le python

**Q**ue pourrait-il arriver de grave à Akbar, un Indonésien de 25 ans, qui part en forêt avec une machette et un panier pour récolter des fruits du palmier à huile, un arbre présent dans sa région d'Indonésie ? Une forêt verdoyante, du calme et presque personne à l'horizon. En théorie, rien. Mais bon, vous le savez, rien ne se passe pas comme prévu.

**L**orsque son oncle est venu lui rendre une visite le lendemain, sur l'île de Sulawesi, il a trouvé la maison vide et fermée à clef. Sa femme était partie chez ses parents dans une autre province, et personne parmi ses amis et ses voisins n'avait vu Akbar depuis la journée précédente. L'oncle d'Akbar rassemble quelques villageois pour partir à sa recherche.

**Q**uelques heures après, l'équipe de recherche a trouvé des fruits d'huile de palme éparpillés, un outil de cueillette et une botte. Puis quelques mètres plus loin, ils ont repéré un python réticulé de sept mètres de long, engorgé, gonflé, incapable de se mouvoir après avoir fait un repas manifestement pantagruélique. Dans la nature, on sait que les pythons mangent des singes, des cochons et d'autres

mammifères. Les pythons réticulés s'agrippent à leur proie avec des dizaines de dents courbes et acérées, puis la pressent à mort avant de l'avaler en entier. Ils sont très répandus en Indonésie et dans d'autres parties de l'Asie du Sud-Est. Ce serpent constricteur, l'un des plus grands serpents du monde, mesure en moyenne entre 4 et 9 mètres pour un poids compris entre 90 et 140 kg. Il peut exceptionnellement atteindre 10 mètres, comme une femelle tuée par des indigènes en 1912, à Célèbes en Indonésie et mesurée par un ingénieur. Par ailleurs, une femelle longue de 8,7 mètres, morte en 1963 au zoo d'Highland Park en Pennsylvanie, avait atteint un poids maximal de 145 kilos. C'est une espèce massive comme tous les pythons, mais malgré son poids, il reste plus élancé que d'autres constricteurs, notamment le grand anaconda.

**A**khbar, comme vous pouvez vous en douter, venait de se faire avaler en entier par un python de 7 mètres de long, qui était en train de le digérer. « *Quand son estomac a été coupé, nous avons d'abord vu sa botte et ses pieds près du cou* », a déclaré son oncle au journal local. « *Il semble qu'il ait été attaqué par-derrière, car nous avons trouvé une blessure sur son dos.* » Une vidéo de six minutes sur le site web de la publication Tribun Timur montre des villageois découpant la carcasse du python pour révéler les jambes et le torse de la victime morte, le dénommé Akbar. Il s'agissait

du premier cas au monde, entièrement confirmé, de serpent avalant un humain adulte en entier, et il s'agissait Akbar Salubiro. Triste fin.

**U**n conseil d'ami : lorsque vous allez vous promener en forêt, soyez prudent. Par exemple, n'oubliez pas de regarder derrière vous de temps en temps, on ne sait jamais ce qui pourrait vous arriver.

# L'usine, la plaque volante et le retraité

**Q**ue pourrait-il arriver de grave à un homme qui venait juste de prendre sa retraite, à 59 ans, dans la région de Tarragone, en Espagne et qui était tranquillement installé chez lui en train de lire le journal ? Il était dans sa maison, située dans un quartier résidentiel de Torreforte, une petite ville du sud de l'Espagne. Quelle était la probabilité pour qu'une plaque en fer d'une tonne traverse la ville et passe par sa fenêtre ?

**T**out a commencé pour un grave accident survenu à l'usine pétrochimique IQXE, qui a causé deux morts et huit blessés. La société assure la production d'oxyde d'éthylène et de glycols, et la fabrication de dérivés chimiques. Bref, tout cela paraissait bien loin de Sergio qui habite à trois kilomètres de l'usine.

**L**e mardi 15 janvier 2020, à 18 h 35, dans la zone industrielle de la municipalité de La Canonja, l'explosion a eu lieu. Une plaque en tôle d'une tonne - de deux mètres de long et d'un mètre de large - a volé droit devant elle sur trois kilomètres et est entrée par la fenêtre du troisième étage du numéro 7 d'un bloc résidentiel situé sur la Plaza

García Lorca. Immédiatement, la plaque a fait tomber le plancher et le plafond de la maison en dessous, où se trouvait Sergio. Lui, père de deux enfants, était seul chez lui quand le toit lui est tombé sur la tête. Sa femme était sortie faire une promenade avec une de ses petites-filles. À son retour, elle a été stupéfaite, comme ses voisins du quartier, qui ont vu une partie de son immeuble s'effondrer, et par son mari, allongé sur le sol de sa maison, mort. Personne n'aurait imaginé qu'une plaque puisse parcourir trois kilomètres, mais elle l'a fait et a mis fin à la vie de Sergio, 59 ans. Sergio était connu à Torreforta parce qu'il avait tenu un magasin de fruits ouvert pendant des années. En retraite anticipée, il avait fermé sa boutique pour se consacrer entièrement à sa famille. Chaque fois qu'il le pouvait, il aidait ses frères. Deux d'entre eux sont également vendeurs de fruits. L'un, avec sa propre entreprise alimentaire en ville ; l'autre, avec un autre magasin sur le marché local. Préretraité, Sergio s'est consacré à la prise en charge de ses deux enfants et à la vie de famille. Ce qu'il n'avait jamais imaginé - ni lui ni personne d'autre -, c'est qu'une plaque de métal ensanglantée - « *une boule de feu* », selon ses voisins - volerait de l'usine à sa maison. « *C'est un cas peu plausible* » - d'autant qu'il est le seul défunt qui n'a pas travaillé à l'usine -, a reconnu Pau Ricomà, le maire de Tarragone.

**U**n conseil d'ami : lorsque vous êtes chez vous, même si tout paraît plutôt calme, soyez prudent. Par exemple, n'oubliez pas de regarder par la fenêtre de temps en temps, de vérifier s'il n'y a pas une usine pétrochimique à proximité, on ne sait jamais ce qui pourrait vous arriver.

# La star, la décapotable et l'écharpe

**Q**ue pourrait-il arriver de grave à une star qui part faire une promenade à dans l'arrière-pays niçois à la fin de l'été ? Isadora Duncan est une danseuse en parfaite condition physique, elle est belle, riche et célèbre. Les routes à cette époque, en 1927, sont très peu fréquentées et le temps est doux, ensoleillé et magnifique. Quelle était la probabilité qu'Isadora meure étranglée durant cette balade dans sa voiture de luxe, une décapotable ? En théorie, ça ne peut pas arriver. Mais bon.

**T**out a commencé pour une balade en voiture, le 14 septembre 1927. Le jour de sa mort, Isadora Duncan était passagère dans une voiture de sport décapotable toute neuve qu'elle apprenait à conduire. Alors qu'elle se penchait en arrière sur son siège pour profiter de la brise marine, son énorme écharpe rouge s'est enroulée autour de l'essieu, se resserrant d'un seul coup autour de son cou et la traînant hors de la voiture et sur la rue pavée. Elle est morte étranglée sur le coup.

**M**ais faisons un petit retour en arrière : Isadora Duncan est née en 1877 à San Francisco et elle a déménagé en Europe pour devenir danseuse. Elle a toujours aimé danser – à l’adolescence, elle travaillait comme professeur de danse à l’école de musique de sa mère –, mais Isadora n’était pas une ballerine de formation classique, elle n’était pas destinée à devenir une danseuse étoile. Au contraire, elle avait l’esprit bohème, elle était libre d’esprit et ses danses étaient empreintes d’improvisation et d’émotion ; elles étaient chorégraphiées, disait-elle, « *pour redécouvrir les beaux mouvements rythmiques du corps humain* ». Contrairement aux tutus courts et aux chaussures rigides que portaient les danseurs de ballet à l’opéra, Isadora dansait généralement pieds nus, enveloppée dans des toges et des foulards fluides. Le public féminin, en particulier, l’adorait : à une époque où le ballet classique perdait la faveur de nombreuses personnes sophistiquées, les spectacles d’Isadora célébraient l’indépendance et l’expression de soi. Elle menait également une vie bohème et excentrique en coulisses : elle était féministe, partisane de l’amour libre et communiste. Sa vie privée était tragique, surtout en ce qui concerne les automobiles : en 1913, ses deux jeunes enfants se sont noyés lorsque la voiture dans laquelle ils se trouvaient a plongé depuis un pont dans la Seine à Paris, et Isadora elle-même a été gravement blessée dans des accidents de voiture en 1913



et 1924. L'accident de 1927 avec son écharpe lui a été fatal.

**U**n conseil d'ami : lorsque vous êtes en voiture, même si tout paraît plutôt calme, soyez prudent, n'oubliez pas que plus de 3 200 personnes meurent sur les routes de France chaque année.

# Le passionné, le jus de carotte et la vitamine

**Q**uelle est la probabilité qu'un jus de carottes tue un homme dans la force de l'âge et sans allergie ? Eh bien, c'est arrivé à Basil Brown, un défenseur de l'alimentation saine de 48 ans de Croydon, en Angleterre, mort d'une lésion du foie après avoir consommé trop de jus de carotte, ce qui a rendu sa peau jaune vif et a empoisonné son foie. En théorie, ça ne peut pas arriver, tout devrait bien se passer. Mais bon, vous le savez, tout ne se passe pas toujours comme prévu. Ça paraît parfois tellement absurde, décalé.

**T**out a commencé par une véritable passion pour l'alimentation saine et de qualité, les produits frais et les jus de fruits pressés. Basil Brown, un Anglais de 48 ans, était probablement atteint d'orthorexie (du grec orthos, « correct », et orexis, « appétit »). C'est un ensemble de pratiques alimentaires, caractérisé par la volonté obsessionnelle d'ingérer une nourriture saine et le rejet systématique des aliments perçus comme malsains, notamment la malbouffe, le fast food et la junk food. Mais à

trop vouloir bien manger, Basil a sombré dans un excès inverse : il s'alimentait en trop grande quantité d'aliments sains. En 10 jours, il a fini par boire environ 38 litres de jus de carotte, ce qui représente environ 70 millions d'unités de vitamine A ! C'est-à-dire que Basil a pris 10 000 fois l'apport journalier recommandé de vitamine A en 10 jours. Le jus de carotte est extrêmement riche en vitamine A et contient de grandes quantités d'autres nutriments, comme la vitamine K et le potassium. Mais si vous en ingérez beaucoup trop, votre foie finit par être empoisonné. C'est ce qui est arrivé à Basil. Le docteur David Haler, le médecin légiste qui a pratiqué l'autopsie, a déclaré que l'effet de l'énorme apport en vitamine A provenant des carottes et des comprimés multivitaminés était indiscernable d'un empoisonnement alcoolique. Il produit le même résultat, a-t-il dit, à savoir une cirrhose du foie.

**U**n conseil d'ami : lorsque vous tenez absolument à manger sainement, n'en faites pas une obsession, soyez mesuré, n'oubliez pas que vos organes internes doivent ensuite traiter tous ces aliments. Par exemple, n'oubliez pas de varier votre alimentation, pensez à ce pauvre pauvre Basil Brown, on ne sait jamais ce qui pourrait vous arriver.