

Ce sont les océans qui ont façonné le sommeil des cétacés au fil des millions d'années de leur évolution. Pour aboutir à des particularités remarquables.

En tant que mammifères vivant dans l'eau, sans pouvoir se cacher des prédateurs pour dormir et devant rester près de la surface pour respirer, les dauphins (on en déduit que les baleines aussi) ont développé un mode de sommeil particulier : le sommeil *unilatéral* ou *unihémisphérique*. Un hémisphère du cerveau se repose entre 20 et 30 minutes, tandis que l'autre reste éveillé, et vice versa à plusieurs reprises en 24 heures. Ainsi l'hémisphère éveillé contrôle les mouvements, la nage et la respiration (ce qui pose d'ailleurs problème aux vétérinaires lorsqu'ils ont besoin d'anesthésier un dauphin). Ces phases de repos totaliseraient entre 5 et 8 heures de sommeil quotidien.

Au stade actuel de nos connaissances scientifiques, nous supposons que, du fait de cet unilatérité, les cétacés n'ont pas de périodes de sommeil paradoxal. C'est encore un mystère, mais si cela s'avèrerait exact, nous pourrions en déduire que les baleines et les dauphins ne rêvent pas.

Max-Olivier Bourcoud

Source : *Cetacean sleep: An unusual form of mammalian sleep*, Oleg I. Lyamin, Paul R. Manger, Sam H. Ridgway, Lev M. Mukhametov, Jerome M. Siegel, *Neuroscience and Biobehavioral Reviews* 32 (2008) 1451–1484