

Sole commune (*Solea solea*)

Répartition

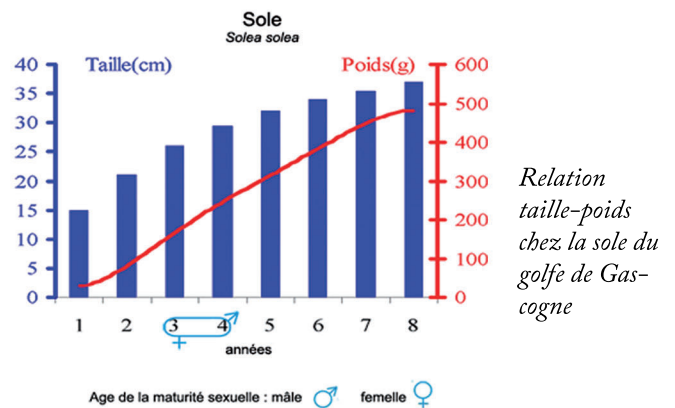
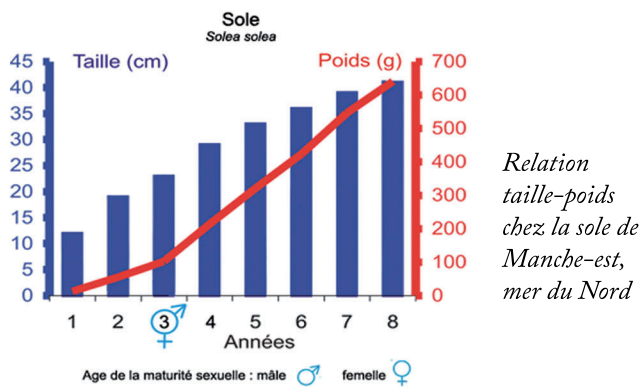
La sole est une espèce constituée de stocks bien individualisés. Sur nos côtes, on distingue la sole du golfe de Gascogne, la sole de Manche Est et la celle exploitée en mer du Nord. La sole commune (*Solea solea*) est de loin la plus répandue dans les eaux de l'ouest de la France. D'autres espèces de sole peuplent toutefois le golfe de Gascogne : la sole-pole, la sole du Sénégal, la sole-perdrix ou encore la sole des profondeurs. Avec une répartition plutôt côtière, surtout en été, elle vit jusqu'à une profondeur d'environ 150 m.

Croissance

Comme pour tous les poissons, la croissance de la sole continue toute la vie de l'animal mais elle se ralentit au fil des années. Si sa croissance varie selon la latitude, celle de la femelle est toujours plus rapide que celle du mâle. A 9 ans la taille moyenne des mâle est de 40 cm contre 42 cm pour les femelles. Dans le golfe de Gascogne la durée de vie maximale est de l'ordre de 25 ans et la taille peut atteindre 60 cm. Pour les soles de Manche est et de la mer du Nord la longévité est encore plus importante puisqu'elle peut atteindre 27 ans pour la femelle et 24 ans pour les mâle pour une taille maximale de 70 cm.

Alimentation

La sole chasse la nuit. Pendant la journée, elle s'enfouit dans le sable ou la vase. L'alimentation de la sole adulte est composée d'animaux vivant sur le fond (vers, crustacés, petits coquillages...).



Habitat

La sole vit sur le fond, avec une préférence pour les sables fins, les sables vaseux ou les vases. Sa tolérance à une dessalure des eaux est importante. On la rencontre toute l'année dans les estuaires. Après l'éclosion, les larves se diffusent pendant une phase pélagique d'une vingtaine de jours avant de se poser sur le fond après une métamorphose. Dans le golfe de Gascogne les juvéniles rejoignent ensuite des nurseries localisées dans des estuaires (Vilaine, Loire, Gironde) et des baies (Bourgneuf, pertuis Charentais). En Manche Est, les nurseries sont très côtières (sondes de moins de 20 m) et principalement localisées le long des côtes de Picardie, du Nord, du Pas-de-Calais et du sud de l'Angleterre. Les juvéniles quittent ces zones côtières vers 2-3 ans pour rejoindre les frayères. Après la ponte, les adultes ont tendance à se rapprocher de la côte au printemps et migrer vers des eaux plus profondes en hiver.

Reproduction

La première maturité sexuelle des soles du golfe de Gascogne a lieu à l'âge de 2 ou 3 ans. La ponte s'effectue principalement de janvier à mars. Les frayères sont situées sur des fonds de 30 à 100 m au large de l'estuaire de la Loire, des pertuis Charentais, ainsi que le long de la côte des Landes. En Manche Est, et en mer du Nord, la sole atteint sa première maturité sexuelle à 3 ans et la reproduction a lieu au printemps, dans les eaux côtières (dans le golfe de Gascogne c'est au large qu'a lieu la reproduction). Selon sa taille, chaque femelle pond de plusieurs dizaines de milliers à plus d'un million d'oeufs. Oeufs et larves vivent une phase pélagique d'environ un mois qui précède la métamorphose. D'une taille de 12 à 15 mm, les alevins s'adaptent alors à la vie benthique et passent leurs deux premières années sur des nurseries côtières avant de migrer vers le large.