

Unpasteurized Fruit Juices and Cider ... *Know What You Are Drinking*

Fruit juices and cider are healthy and delicious products that Canadians enjoy all year round. The majority of these beverages sold in Canada are pasteurized and safe to drink. But you need to be aware that a small percentage of apple juice, apple cider, and orange juice is unpasteurized. Although unpasteurized drinks are normally safe as well, some carry a risk of being contaminated with harmful bacteria, such as *E. coli* 0157:H7 and *Salmonella*, which can make some people very ill. Learn more about the risks and who is most vulnerable so that you can make an informed choice, because, after all, it's your health!

Pasteurized and Unpasteurized... What's the Difference?

Heating a liquid at high temperature kills harmful bacteria that may be in the product. This is a method of pasteurization most often used for milk, but it is also used for juices and ciders in bottles, cans and juice boxes that are stocked on grocery store shelves. Some fresh juices and ciders, commonly sold at roadside stands, country fairs, juice bars and on ice or in refrigerated display cases at grocery stores, are unpasteurized. This means that there is a chance the product you buy may contain bacteria harmful to your health.

Keeping it Safe and Clean

Most producers of unpasteurized juices and ciders use a careful and hygienic method to prepare their product. They follow a Code of Practice that outlines a set of good manufacturing practices they can follow to avoid contamination of their products by harmful bacteria.

Code of Practice – Key Elements

- *Avoid using fruit dropped to ground*
- *Wash, brush and rinse fruit*
- *Clean and sanitize equipment*
- *Label products properly*
- *Keep unpasteurized products refrigerated*

Who is at risk?

Most people can enjoy unpasteurized juice, but there is a risk, especially for people in vulnerable groups. Those most vulnerable are young children, the elderly, and people with weakened immune systems. The effect of food contamination from *E. coli* 0157:H7 or other bacteria on people in these vulnerable groups can be severe, even deadly.

How will I know if a juice or cider is unpasteurized?

With a new Health Canada policy in place as of August 2000, unpasteurized products should be labelled. Health Canada encourages producers of unpasteurized juices and ciders to voluntarily label their products as "unpasteurized" or "non pasteurisé", so that consumers can look for this word on the label and make a more informed decision about whether or not to buy the product.

What should I do if I am unsure?

If you are not sure if the juice or cider you want to buy is pasteurized, look for the word "unpasteurized" or "non pasteurisé" on the label. If there is no indication on the label, ask the vendor or phone the information number displayed on some products. If you discover the product is unpasteurized, find out if the Code of Practice was followed. If the information is incomplete or you are not satisfied with the answers, you need to consider the risk of consuming the product. People in a vulnerable group are advised to drink pasteurized juice and cider or bring unpasteurized juice and cider to a boil before consuming it. This group includes young children, seniors, or people with weakened immune systems.

Consumer Tips – Reducing the Risk

Boil unpasteurized juice or cider before consuming it if you want to take extra precaution.

Avoid serving unpasteurized products to those most at risk (children, elderly, people with weakened immune systems).

Don't rely on freezing or refrigeration to make unpasteurized juices or ciders safe.

Do ensure freshness and quality by refrigerating these products and respecting the best before dates.

See a doctor immediately at the first sign of illness from food contamination (stomach cramps, vomiting, fever, diarrhea). These symptoms can occur within two to ten days of consuming contaminated food.

For more information on unpasteurized juices and ciders you can:

- visit Health Canada's web site at www.hc-sc.gc.ca/food-aliment/
- visit the Canadian Food Inspection Agency's website at www.cfia-acia.agr.ca/english/plaveg/processed/codee.shtml
- call 1-800-0Canada
- contact your local health unit

ISBN# H49-143/2000

0-662-65172-3



Government
of Canada

Gouvernement
du Canada

Canada

Les jus de fruits non pasteurisés... *Connaissez ce que vous buvez*

Les jus de fruits sont délicieux et sains produits que les Canadiennes et les Canadiens consomment et apprécient tout au long de l'année. La vaste majorité de ces breuvages vendus au Canada sont pasteurisés et peuvent être consommés sans crainte. Mais il est important que vous sachiez qu'un faible pourcentage de ces jus de pomme et de ces jus d'orange n'est pas pasteurisé. Bien que ces breuvages non pasteurisés soient normalement salubres, il n'en demeure pas moins qu'un risque de contamination, par la bactérie *E. coli* 0157:H7 et la salmonelle, puisse exister et que certaines personnes peuvent devenir très malades. En vous informant sur les risques possibles et en sachant quels sont les groupes de personnes les plus susceptibles, vous serez en mesure de faire des choix judicieux. Après tout, il y va de votre santé!

Produits pasteurisés et produits non pasteurisés... Quelle est la différence?

Le fait de faire chauffer des liquides à température élevée détruit les bactéries dangereuses que peut contenir le produit. Cette méthode de pasteurisation est surtout utilisée dans le cas du lait, mais elle l'est aussi pour ce qui est des jus en bouteilles, en cannettes ou en boîtes de jus, que l'on trouve sur les tablettes des épiceries. Certains jus frais ne sont pas pasteurisés – on les trouve sur les étalages routiers, dans les foires agricoles, dans les juterias, dans les étalages réfrigérés des épiceries et sur des amas de glaçons dans le rayon des fruits et des légumes frais. Ce qui signifie qu'il existe un risque que le produit acheté puisse contenir des bactéries dangereuses à votre santé.

Salubrité et propreté

La plupart des producteurs de jus non pasteurisés utilisent un procédé de fabrication salubre et hygiénique. Ils suivent un Code d'usages qui préconise un ensemble de bonnes pratiques de fabrication, pratiques qu'ils peuvent adopter afin d'éviter que leurs produits ne soient contaminés par des bactéries dangereuses.

Code d'usages – Éléments clés

- *N'utilisez pas les fruits tombés au sol*
- *Lavez, brossez et rincez les fruits*
- *Nettoyez et désinfectez l'équipement*
- *Étiquetez les produits adéquatement*
- *Réfrigérez les produits non pasteurisés*

Qui sont les personnes à risque?

La plupart des jus non pasteurisés sont salubres et la plupart d'entre nous pouvons les consommer sans crainte. Il existe toutefois un risque, particulièrement en ce qui a trait à certains groupes de personnes. Les plus susceptibles sont les jeunes enfants, les personnes âgées et les personnes dont le système immunitaire est affaibli. Les conséquences de la contamination des aliments, par la bactérie *E. coli* 0157:H7 ou par d'autres bactéries, peuvent être sérieuses, voire fatales aux personnes de ces groupes plus susceptibles.

Comment puis-je savoir si le produit que j'achète a été pasteurisé?

Avec la nouvelle implantation de la politique de Santé Canada, effective à partir du mois d'août 2000, les jus non pasteurisés devraient être étiquetés. En effet, Santé Canada conseille aux producteurs de jus non pasteurisés d'apposer volontairement sur leurs étiquettes la mention «UNPASTEURIZED» ou «NON PASTEURISÉ». Les consommateurs seront alors en mesure d'identifier le produit recherché et de décider, en toute connaissance de cause, d'acheter le produit ou non.

Que dois-je faire en cas d'incertitude?

Si vous vous demandez si le jus que vous souhaitez acheter est pasteurisé, recherchez sur l'étiquette la mention «UNPASTEURIZED» ou «NON PASTEURISÉ». Si rien n'est indiqué sur l'étiquette, demandez au commerçant ou appelez au numéro de téléphone inscrit sur l'étiquette de certains produits. Si vous découvrez que le produit n'est pas pasteurisé, vérifiez si le producteur s'est conformé au Code d'usages. Dans l'éventualité où les renseignements seraient incomplets ou que vous ne seriez pas satisfait(e) des réponses reçues, vous devez alors décider de prendre ou non le risque de consommer le produit. Nous conseillons aux personnes faisant partie des groupes plus susceptibles de ne boire que des jus pasteurisés ou de porter à ébullition les jus non pasteurisés avant de les consommer. Ces groupes comprennent les jeunes enfants, les personnes âgées et les personnes dont le système immunitaire est affaibli.

Conseils à l'intention des consommateurs - Réduire le risque

Faites bouillir les jus non pasteurisés avant de les consommer, si vous désirez prendre une précaution supplémentaire.

Évitez de servir des produits non pasteurisés aux personnes les plus à risque, par exemple, aux enfants, aux personnes âgées et aux personnes dont le système immunitaire est affaibli.

Ne vous fiez pas à la congélation et à la réfrigération; ils n'ont aucun effet sur la salubrité des jus non pasteurisés.

Conservez la fraîcheur et la qualité des produits en les réfrigérant et en respectant la mention «à consommer avant».

Consultez un médecin dès les premiers symptômes de contamination alimentaire, par exemple, des crampes abdominales, des vomissements, de la fièvre, de la diarrhée. Ces symptômes peuvent se manifester entre deux et dix jours après la consommation de l'aliment contaminé.

Pour obtenir plus de renseignements concernant les jus non pasteurisés, veuillez :

- consulter le site Web de Santé Canada à : www.hc-sc.gc.ca/food-aliment/
- consulter le site Web de l'Agence canadienne d'inspection des aliments à : www.cfia-acia.agr.ca/francais/plaveg/processed/coddef.shtml
- appeler 1-800-0Canada
- communiquer avec votre unité locale de santé publique

ISBN# H49-143/2000

0-662-65172-3



Gouvernement
du Canada

Government
of Canada

Canada