

## Les jus de fruit non pasteurisés : un danger potentiel pour la santé

### Unpasteurized Fruit Juices: A Potential Health Risk

#### Quel est le problème?

En 1996, il y a eu en Amérique du Nord trois cas d'intoxication alimentaire associés à la consommation de jus de pomme non pasteurisé (cru). Le jus de fruit était contaminé par la bactérie « *E. coli* 0157:H7 ». En tout, 86 personnes tombèrent malades et un enfant en mourut.

Plus récemment, en 1999, 19 personnes de Colombie-Britannique et d'Alberta sont tombées malades après avoir consommé du jus d'orange non pasteurisé contaminé à la *Salmonelle*.

Depuis 1990, il y a eu en Amérique du Nord au moins 14 cas de maladies associés à la consommation de jus de fruits non pasteurisés : jus de pomme, d'orange, de pastèque, de carotte et de noix de coco.

#### Est-ce un problème grave?

Oui! L'*E. coli* 0157:H7 et la *Salmonelle* peuvent vous rendre très malade. Par exemple, certaines personnes ont des séquelles rénales irréversibles à la suite d'infections à *E. coli* 0157:H7. D'autres personnes en sont mortes.

#### Quelles sont les personnes les plus vulnérables?

Les nourrissons et jeunes enfants, les personnes âgées ainsi que les personnes dont le système immunitaire est affaibli (personnes atteintes de VIH ou SIDA, ou subissant un traitement anti-cancéreux) sont les plus vulnérables. Ces personnes ne doivent boire que des jus de fruit pasteurisés.

Les établissements tels que les écoles, les garderies et centres de jour pour adultes ainsi que les hôpitaux doivent veiller à ne servir que des jus de fruit pasteurisés. Les enfants qui participent à des sorties de classe dans des fermes ou des marchés ne doivent pas boire de jus de fruit non pasteurisés.

#### D'où vient l'*E. coli* 0157:H7?

On trouve cette bactérie dans les matières fécales

(excréments) du bétail. La plupart des cas de maladie causés par l'*E. coli* 0157:H7 ont été associés à de la nourriture ou de l'eau contaminée par des excréments de bétail. Dans le cas du jus de fruit, le fruit utilisé pour le jus peut être contaminé par des matières fécales de différentes façons -- fruits étalés sur le sol où paissent les animaux, par des engrais faits à partir de déchets animaux ou par le transport dans des conteneurs qui ont été contaminés. L'*E. coli* 0157:H7 peut également se transmettre par les oiseaux et les êtres humains.

#### Comment protéger votre famille?

La meilleure façon est d'acheter du jus de fruit qui a été pasteurisé par le fabricant. La plupart des jus de fruit commercialisés sont pasteurisés.

#### Comment éliminer la bactérie *E. coli* 0157:H7?

Le meilleur moyen d'éliminer l'*E. coli* 0157:H7 ainsi que d'autres bactéries est la pasteurisation. L'Agence Canadienne d'Inspection des Aliments conseille aux personnes plus à risque (voir plus haut) de faire bouillir le jus de fruit non pasteurisé avant de le consommer. C'est le moyen de protection le plus sûr à la maison.

#### La chaleur abîme-t-elle le jus?

Non! La plupart des jus transformés à des fins commerciales sont chauffés à environ 85° C pendant à peu près 16 secondes pour détruire la levure et la moisissure. Ces produits sont tout aussi nutritifs que s'ils n'avaient pas été chauffés. De plus, leur goût est meilleur et leur conservation plus longue qu'un jus de fruit non traité.

#### La réfrigération améliore-t-elle la conservation?

Non! La réfrigération ne détruit pas l'*E. coli* 0157:H7 ou d'autres bactéries. La réfrigération va ralentir la croissance des germes, des bactéries, de la levure et de la moisissure contenus dans le jus de fruit, mais elle n'en améliorera pas la conservation.

## Et si l'on se lave les mains avant de presser un fruit?

Se laver les mains avant de presser un fruit réduira le nombre de germes et de bactéries nocifs présents sur la peau, mais ne les éliminera pas tous. L'utilisation d'un savon doux et/ou d'une solution d'eau de Javel peu concentrée (une cuillère à café pour un litre d'eau) est une bonne façon de laver le fruit. Du fait que ces organismes peuvent vous rendre malade même s'ils sont présents en nombre limité (spécialement si vous êtes à risque plus élevé), on ne peut pas compter uniquement sur une bonne hygiène des mains pour éliminer le risque de contamination.

## Comment pasteuriser du jus de pomme conservé à la maison

Si vous préparez du jus de fruit à la maison, les étapes suivantes seront nécessaires à une bonne conservation :

1. Assurez-vous que votre jus de fruit non pasteurisé provient d'une manipulation qui respecte le « *Code d'usage de la production et de la distribution des jus de pommes et autres jus de fruits/cidre au Canada* », publié par l'Agence canadienne d'inspection des aliments (ACIA). Vous pouvez lire ce code sur Internet sur le site web suivant : [www.inspection.gc.ca/english/plaveg/protra/codee.shtml](http://www.inspection.gc.ca/english/plaveg/protra/codee.shtml)
2. On peut ajouter de l'acide ascorbique pour éviter que le jus ne noircisse. Les instructions d'emploi de l'acide ascorbique sont disponibles dans les ateliers de vinification.
3. Retirez la pulpe, si vous voulez, en ajoutant une enzyme pectique. Après avoir laissé reposer toute la nuit, transvasez le jus clair dans un autre conteneur pour le chauffer. On peut également trouver des enzymes pectiques dans les ateliers de vinification.
4. Pasteurisez le jus en le faisant chauffer au bain-marie. Faites chauffer le jus jusqu'à environ 80° C (176° F), en remuant fréquemment. Laissez à 80° C pendant au moins 2 minutes. De cette façon, vous serez assuré que l'intégralité de la bactérie *E. coli* 0157:H7, ainsi que les autres organismes pathogènes (moisissures, etc.) sont détruits.
5. Versez le jus dans des bouteilles propres et préchauffées. Bouchez avec de nouvelles capsules. Les bouteilles doivent être préchauffées pour éviter qu'elles ne se cassent par choc thermique.

6. Ce jus pourra être conservé assez longtemps s'il est versé dans des bouteilles alors qu'il est encore chaud. La chaleur détruira les levures et moisissures en suspension dans l'air. Si le jus est embouteillé après refroidissement, sa durée de conservation sera limitée, même s'il est réfrigéré.

**REMARQUE :** Les recherches montrent que la quasi-totalité de la bactérie *E. coli* 0157:H7 (99,99 %) est détruite en chauffant le jus de pomme à au moins 60° C (140° F) pendant 2 minutes. Des jus moins acides (comme le jus de carotte ou de pastèque) ou à haute teneur en pulpe devront être chauffés à une température supérieure (au moins 70° C) pendant 2 minutes.

## Pour plus d'informations sur la sécurité sanitaire des aliments, consulter les fichiers sanitaires de Colombie-Britannique suivants :

[N° 2 La maladie du hamburger](#)

[N° 3 Lait cru - Un risque pour la santé publique](#)

[N° 17 Salmonellose](#)

[N° 22 Mise en conserve à la maison - Comment éviter le botulisme](#)

[N° 43 Toxoplasmose](#)

[N° 58 Campylobacter](#)

[N° 59 Dix mesures susceptibles de garantir la sûreté de vos aliments](#)

**Pour plus de renseignements sur les dossiers santé de C.-B., veuillez consulter le site Internet suivant :**

**[www.bchealthguide.org/healthfiles/index.stm](http://www.bchealthguide.org/healthfiles/index.stm),  
ou vous rendre à votre unité de santé publique locale.**

**Appelez le service Info-Santé disponible 24 heures sur 24 offert par les infirmières et les infirmiers de C.-B. pour parler à une infirmière ou un infirmier autorisés :**

- Dans la région métropolitaine de Vancouver, composez le 604-215-4700
- Ailleurs en C.-B., composez le numéro sans frais 1-866-215-4700
- Pour les sourds et malentendants, composez le 1-866-889-4700
- Un pharmacien ou une pharmacienne est disponible tous les jours de 17 h à 9 h
- Un service de traduction est offert dans plus de 130 langues sur demande.

**Visitez le Guide-Santé en ligne de C.-B., un monde d'information santé sur lequel vous pouvez compter, à l'adresse suivante : [www.bchealthguide.org](http://www.bchealthguide.org)**