



## RISQUES ASSOCIÉS AUX GEMES

### Enjeu

Les germes tels les germes de fèves et de luzerne ont maintenant leur place dans les magasins d'alimentation et les buffets à salades partout au Canada. À mesure que la popularité des germes grandit, la fréquence des maladies qui leur est attribuable croît elle aussi. Santé Canada prend des mesures pour réduire votre risque de contracter des maladies liées aux germes.

### Contexte

Les germes sont la forme germinative des graines et des fèves. Environ 10 p. 100 de la population canadienne consomme régulièrement des germes. Étant donné que les sandwichs et les salades achetés dans les restaurants et les épicerie fines peuvent en contenir de petites quantités, davantage de personnes risquent d'y être exposées.

### Germes et maladies d'origine alimentaire

Entre 1995 et 2001, il s'est produit 13 éclosions de maladies d'origine alimentaire liées aux germes dans le monde. Dans la plupart des cas, les maladies étaient causées par les bactéries *E. coli* O157:H7 ou *Salmonella*.

L'éclosion la plus importante s'est produite au Japon en 1996 alors que 6 000 personnes ont été malades et 17 sont mortes après avoir mangé des germes de radis contaminés par *E. coli* O157:H7. D'autres éclosions d'infections par la

même bactérie signalées au Michigan et en Virginie en 1997 ont été attribuées à des graines de fèves germées.

Des germes de luzerne crus (consommés seuls ou dans un mélange de germes) contaminés par des salmonelles ont été associés à un certain nombre d'éclosions, notamment des infections en Colombie-Britannique et au Québec à l'hiver 1996 ainsi qu'en Ontario et en Alberta à l'automne 1997.

### Façons dont les germes peuvent devenir contaminés

Les scientifiques croient que la contamination provient des graines utilisées pour produire les germes. Les graines peuvent être contaminées par du fumier d'animal dans les champs ou durant leur entreposage, et les conditions requises pour la germination sont idéales pour la croissance rapide des bactéries. En outre, les germes sont généralement consommés crus et ne sont donc pas exposés à des températures assez élevées pour tuer les bactéries qui pourraient être présentes.

### Risques liés à la consommation de germes crus

Quiconque consomme des germes crus court un risque d'être exposé aux bactéries *E. coli* O157:H7 ou *Salmonella*. Cependant, le risque de subir des effets graves pour la santé est plus important

chez les jeunes enfants, les personnes âgées et les personnes dont le système immunitaire est affaibli.

Crampes abdominales, vomissements, fièvre et diarrhée sanguinolente sont des symptômes d'une infection à *E. coli* O157:H. Un faible pourcentage des personnes peuvent présenter une atteinte sérieuse appelée syndrome hémolytique et urémique et avoir besoin de transfusions sanguines et d'hémodialyse. Dans les cas graves, les personnes infectées peuvent avoir des lésions permanentes aux reins et même mourir.

Les personnes infectées par la *Salmonella* peuvent présenter de la fièvre, des crampes abdominales et de la diarrhée. Ces symptômes se manifestent habituellement un ou deux jours après l'ingestion d'aliments contaminés et peuvent durer jusqu'à sept jours. Les personnes gravement atteintes pourraient avoir besoin d'une hospitalisation et pourraient même mourir.

Les personnes qui présentent des symptômes associés à une infection à *E. coli* ou à *Salmonella* devraient communiquer immédiatement avec leur médecin.

## Réduction des risques

### Rôle du gouvernement du Canada

Les scientifiques et les responsables de la réglementation du gouvernement collaborent avec l'industrie des germes et les groupes de consommateurs pour améliorer la salubrité des germes. Parmi les mesures prises à ce jour, mentionnons :

- L'élaboration d'un Code d'usage pour la culture et la distribution sûres des germes de graines et de fèves. Ce Code met l'accent sur les bonnes pratiques de production des germes.
- La recherche de méthodes permettant de détruire les bactéries responsables de l'infection sans altérer les graines. Les deux méthodes à l'étude sont le traitement par la chaleur et le traitement chimique par le chlore ou d'autres désinfectants.
- L'inspection périodique des établissements de production de germes par l'Agence canadienne d'inspection des aliments (ACIA) pour assurer que de bonnes pratiques d'hygiène sont en place.
- La poursuite des travaux entrepris par la Direction des aliments de Santé Canada afin de finaliser les recommandations de principe pour l'élaboration d'une stratégie de gestion du risque concernant les pathogènes (agents causant des maladies) dans les graines et les fèves germées.

### Ce que vous pouvez faire

Si vous faites partie de l'un des groupes à risque élevé de maladies d'origine alimentaire, c'est-à-dire les jeunes enfants, les personnes âgées et les personnes dont le système immunitaire est affaibli, vous ne devriez jamais manger de germes crus, particulièrement les germes de luzerne. Assurez-vous de l'absence de germes dans les salades et les sandwichs que vous achetez dans les restaurants et les épiceries fines.

Si vous êtes un adulte en santé, vous pouvez réduire le risque au minimum en prenant les précautions suivantes :

- N'achetez que des germes qui semblent croustillants et dont les bourgeons sont en place. Évitez d'acheter des germes noircis ou qui sentent le moisi
- Respectez la date limite de consommation qui, en vertu de la loi, doit figurer sur les germes préemballés
- Réfrigérez les germes dès votre arrivée à la maison
- Vous pouvez aussi réduire considérablement le risque de maladie en faisant cuire les germes avant de les manger

### Pour en savoir plus

Le Code d'usage sur la production des graines et des fèves germées est affiché sur le site Web de l'Agence canadienne d'inspection des aliments à l'adresse :

<http://www.inspection.gc.ca/francais/plaveg/fresh/sprintf.shtml>

Pour plus de renseignements sur le Programme des aliments de Santé Canada, consultez le site suivant : [http://www.hc-sc.gc.ca/food-aliment/f\\_index.html](http://www.hc-sc.gc.ca/food-aliment/f_index.html)

Pour plus de renseignements sur les bactéries *E. coli* et *Salmonella*, cliquez sur :

le lien vers *Votre santé* et vous traitant de la maladie du hamburger

le lien vers *Votre santé* et vous traitant des infections à *Salmonella*.