



---

# Fiche de renseignements

---

## FAITS CONCERNANT LA SALUBRITÉ DES ALIMENTS : *LISTERIA*

### Qu'est-ce qu'une toxi-infection alimentaire ?

On est en présence d'une toxi-infection alimentaire quand une personne consomme des aliments contaminés par des bactéries, des virus ou des parasites pathogènes. Cet état est souvent appelé « empoisonnement alimentaire » ou intoxication alimentaire. Beaucoup de cas d'intoxications alimentaires ne sont pas signalés parce que les symptômes ressemblent souvent à ceux d'une grippe. Voici certains des symptômes les plus communs d'intoxication alimentaire : crampes d'estomac, nausées, vomissements, diarrhée et fièvre.

### Qu'est-ce que *Listeria monocytogenes* et la listériose?

- *Listeria monocytogenes* est une bactérie que l'on trouve souvent dans l'environnement, en particulier dans le sol, la végétation, les aliments du bétail et les matières fécales des humains et des animaux.
- La consommation d'aliments contaminés par *Listeria monocytogenes* peut causer une maladie appelée listériose.

### Quels sont les symptômes de la listériose?

- Les symptômes sont, entre autres, des symptômes pseudo-grippaux, des nausées, des vomissements, des crampes, de la diarrhée, des maux de tête, de la constipation et une fièvre persistante. Ils apparaissent habituellement de 2 à 30 jours, et parfois jusqu'à 90 jours, après la consommation de l'aliment contaminé.
- Les très jeunes enfants, les personnes âgées ou celles dont le système immunitaire est affaibli sont les plus vulnérables. Les symptômes pseudo-grippaux peuvent être suivis par une infection cérébrale ou sanguine qui peuvent chacune entraîner la mort.
- La femme enceinte qui contracte la listériose pendant les trois premiers mois de la grossesse s'expose à une fausse-couche. Si la maladie se manifeste plus tard pendant la grossesse, elle peut accoucher d'un mort-né ou d'un nouveau-né gravement malade.

### **Dans quelles circonstances est-ce que je risque d'entrer en contact avec *Listeria monocytogenes*?**

- On peut trouver *Listeria monocytogenes* dans divers produits laitiers, légumes, poissons et produits carnés.
- À la différence de la plupart des autres bactéries nuisibles, *Listeria monocytogenes* se multiplie lentement sur certains aliments conservés au réfrigérateur.
- Cette bactérie peut également se propager par contact avec un produit infecté ou une surface infectée, comme les mains ou les surfaces de travail, pendant la préparation des aliments.

### **Comment puis-je nous protéger, ma famille et moi?**

- Conservez les aliments hors de la zone de températures dangereuses (entre 4 et 60 EC ou 40 EF et 140 EF). Réglez la température du réfrigérateur à 4 EC (40 EF) ou moins. Réfrigérez les aliments rapidement.
- Faites cuire de part en part ou bouillir à gros bouillon les aliments comme les hot-dogs et les produits de la volaille.
- Évitez de consommer du lait cru non pasteurisé ou des aliments qui en contiennent comme le fromage au lait cru.
- N'achetez que la quantité de produits qui sera consommée en une ou deux journées.
- Lavez soigneusement les légumes crus avant de les manger.
- Lavez-vous les mains avant, pendant et après la manipulation de tous les types d'aliments, en particulier de la viande et de la volaille crues.
- Nettoyez les ustensiles, les planches à découper et les surfaces de travail à l'aide d'une solution d'eau de javel diluée (5 ml/1 c. à thé d'eau de javel dans 750 ml/3 tasses d'eau), avant et après l'usage.
- N'utilisez pas les mêmes ustensiles avec les aliments crus et les aliments cuits.
- Respectez les dates « meilleur avant » en particulier dans le cas des aliments emballés de longue conservation.

### **Si vous êtes enceinte ou si votre système immunitaire est affaibli**

- Évitez les fromages à pâte molle comme le brie, le camembert, le féta et le *queso blanco fresco*. Les femmes enceintes peuvent consommer sans restriction les autres produits laitiers comme le fromage à pâte dure, le fromage fondu, le fromage à la crème, le cottage ou le yogourt.
- Évitez les pâtés réfrigérés.
- Même si le risque de listériose associé aux aliments des comptoirs déli comme les produits de viande ou de volaille tranchés préemballés est relativement faible, les femmes enceintes et les personnes immunodéprimées pourraient décider d'éviter de consommer ces aliments.
- Évitez les produits de poisson fumé réfrigéré à moins que vous ne les fassiez cuire en les ajoutant par exemple à un autre plat.

### **Que font les producteurs et les transformateurs pour protéger les consommateurs?**

- C De la ferme jusqu'au magasin de détail, des efforts sont déployés pour réduire les risques associés à *Listeria monocytogenes* tout au long du processus de production des aliments.
- C Les entreprises et les associations sectorielles s'emploient à mettre au point des systèmes qui amélioreront davantage la salubrité de leurs produits.

### **Que fait l'Agence canadienne d'inspection des aliments (ACIA) pour protéger les consommateurs?**

- L'ACIA administre et applique 12 lois qui régissent la salubrité et l'inspection des aliments au Canada et à ses frontières.
- Les inspecteurs de l'Agence contrôlent la transformation des aliments dans les établissements d'abattage et de transformation agréés par le fédéral.
- Ils vérifient également les dates d'emballage et les étiquettes dans les magasins de détail.
- Les laboratoires de l'Agence continuent de mettre au point des tests rapides et rentables pour mieux détecter les agents pathogènes nouveaux et connus qui contaminent les aliments et se propagent d'une étape à l'autre du processus de fabrication.
- Avec la collaboration de l'industrie, l'Agence se dirige vers un système d'inspection modernisé, fondé sur des principes scientifiques.

Pour en savoir davantage sur les intoxications alimentaires et obtenir des conseils sur la manipulation sans risque des aliments, visitez le site Web de l'Agence canadienne d'inspection des aliments à l'adresse [\*www.inspection.gc.ca\*](http://www.inspection.gc.ca)

Septembre 2001  
P0022F-01