

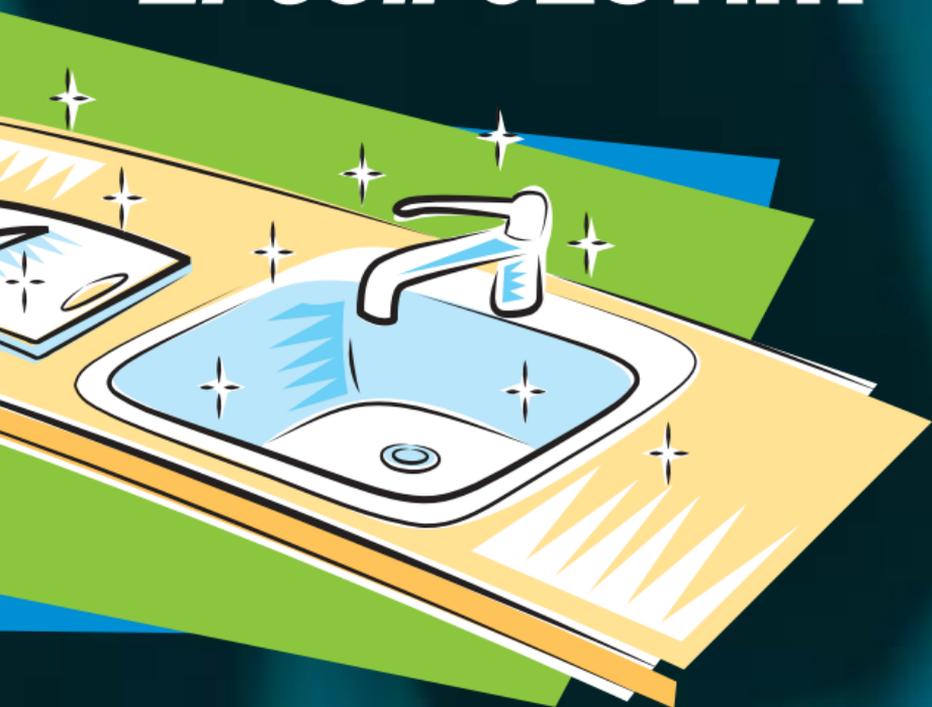


Agence canadienne
d'inspection des aliments

Canadian Food
Inspection Agency



Quelques conseils
sur la salubrité
des aliments :
La bactérie
***E. coli* 0157:H7**



Salubrité
DES ALIMENTS

Canada

Qu'est-ce qu'une maladie d'origine alimentaire?

L'expression est utilisée pour décrire ce qui se passe lorsque des personnes tombent malades après avoir mangé des aliments contaminés par des virus, des bactéries ou des parasites.

Souvent, les gens appellent « empoisonnement alimentaire » les maladies d'origine alimentaire.

Certains pensent même qu'ils ont la

grippe lorsqu'ils souffrent d'un

« empoisonnement alimentaire »

parce que les symptômes sont

pratiquement les mêmes :

crampes d'estomac, nausée,

vomissements, diarrhée et fièvre, pour

n'en nommer que quelques-uns.

Votre hamburger est cuit à 71 °C (160 °F)

– vérifiez avec un thermomètre pour aliments

Qu'est-ce que *Escherichia coli* 0157:H7 et le syndrome hémolytique et urémique?

- *Escherichia coli* 0157:H7 (*E. coli* 0157:H7) est une bactérie. On la trouve dans les intestins du bétail, de la volaille et d'autres animaux.
- La bactérie *E. coli* 0157:H7 peut être transférée à la viande lorsqu'un animal est abattu. Elle peut contaminer le bœuf haché parce que la bactérie est répartie dans toute la viande lorsqu'elle est hachée.
- La bactérie *E. coli* 0157:H7 peut être transférée d'un aliment contaminé à une personne, d'un aliment contaminé à un autre aliment, d'une personne contaminée à une autre ou d'une personne contaminée aux aliments. Cette contamination peut se produire pendant la préparation et la cuisson de l'aliment.
- La bactérie *E. coli* 0157:H7 peut s'attraper en touchant quelque chose qu'une personne infectée a touché, si cette personne a une mauvaise hygiène.
- La bactérie *E. coli* 0157:H7 peut causer une maladie inhabituelle du rein et du sang qu'on appelle le syndrome hémolytique et urémique.
- Plusieurs autres souches de *E. coli* peuvent infecter les gens.

Quels sont les symptômes de l'infection à *E. coli* 0157:H7?

- *E. coli* 0157:H7 produit une toxine (un poison) dans le corps, qui peut endommager la paroi des intestins et les reins.
- Certaines personnes infectées par *E. coli* 0157:H7 peuvent ne jamais tomber malade. D'autres éprouvent des symptômes semblables à ceux de la grippe. D'autres encore ont des symptômes graves qui peuvent être mortels.



- Les personnes malades peuvent avoir des crampes d'estomac, vomir et faire un peu de fièvre entre deux et dix jours après avoir mangé de la nourriture contaminée par la bactérie *E. coli* 0157:H7. Certaines personnes peuvent avoir la diarrhée et avoir du sang dans leurs selles (colite hémorragique).
- La plupart des gens récupèrent après sept à dix jours.
- Environ 10 p. 100 des personnes infectées par *E. coli* 0157:H7 présentent le syndrome hémolytique et urémique. La plupart sont des enfants et des personnes âgées, dont certains pourront avoir besoin d'une transfusion de sang ou d'une dialyse. D'autres auront des convulsions ou des accidents cérébrovasculaires. L'état de santé de la plupart des personnes atteintes du syndrome s'améliore éventuellement, mais d'autres personnes en meurent. Enfin, certaines personnes vivront le reste de leur existence avec des effets secondaires, comme des dommages permanents aux reins.

Comment attrape-t-on *E. coli* 0157:H7?

- On trouve la bactérie *E. coli* 0157:H7 dans :
 - le bœuf haché,
 - le lait non pasteurisé (cru) et les produits faits de ce lait,
 - l'eau non traitée,
 - les fruits et légumes crus,
 - le jus de pomme ou le cidre non pasteurisés.

Comment nous protéger ma famille et moi-même?

- Enveloppez soigneusement la viande crue avant de la mettre au réfrigérateur. Mettez la viande dans un contenant sur la tablette la plus basse du réfrigérateur afin d'éviter que le jus de la viande ne coule sur d'autres aliments.
- Faites toujours décongeler le bœuf haché au réfrigérateur. Vous pouvez aussi le faire décongeler au four à micro-ondes juste avant de le faire cuire.



- Faites toujours mariner les viandes au réfrigérateur. Préparez un peu plus de marinade et mettez-en de côté pour, après la cuisson, arroser la viande avec une marinade qui n'est jamais entrée en contact avec de la viande crue.

■ Faites toujours cuire le bœuf haché jusqu'à ce qu'il atteigne une température interne d'au moins 71 °C (160 °F). Servez-vous d'un thermomètre pour vérifier.

- N'utilisez jamais la même assiette pour les viandes crues et cuites. Les gens font souvent cette erreur lorsqu'ils cuisent des aliments au barbecue.
- Lavez-vous bien les mains avec du savon et de l'eau chaude pendant 20 secondes avant et après avoir manipulé de la viande crue. Nettoyez et désinfectez tous les ustensiles et le matériel de cuisine, et toutes les surfaces de travail avec une faible solution d'eau de javel (5 ml [1 c. à thé] dans 750 ml [3 tasses] d'eau) après avoir préparé de la viande crue. Rincez à l'eau claire. Laissez sécher à l'air, si possible, ou utilisez des linges à vaisselle propres ou des essuie-tout.
- Ne buvez que du lait pasteurisé. Ne mangez que du fromage et d'autres produits laitiers fabriqués à partir de lait pasteurisé.
- Buvez l'eau de sources approuvées.
- Lavez tous les fruits et les légumes crus avant de les préparer et de les manger.
- Buvez du jus ou du cidre de longue conservation ou dont l'étiquette porte le mot « pasteurisé ». Faites bouillir le jus ou le cidre non pasteurisé avant de le boire.



Nous assurons la salubrité des aliments au Canada

L'Agence canadienne d'inspection des aliments (ACIA) est l'organisme canadien chargé de faire respecter la réglementation sur la salubrité des aliments, la santé des animaux et la protection des végétaux.

La salubrité des aliments et la protection des consommateurs sont essentiels à la santé des Canadiens. La salubrité des aliments au Canada est le pivot de toutes les activités de l'ACIA.

Pour de plus amples renseignements sur la salubrité alimentaire, visitez le site Web de l'Agence canadienne d'inspection des aliments à www.inspection.gc.ca

**Agence canadienne d'inspection
des aliments
Affaires publiques
59, promenade Camelot
Nepean (Ontario) K1A 0Y9**