



Agence canadienne
d'inspection des aliments

Canadian Food
Inspection Agency

Quelques conseils sur la salubrité des aliments : **La salmonelle**



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,

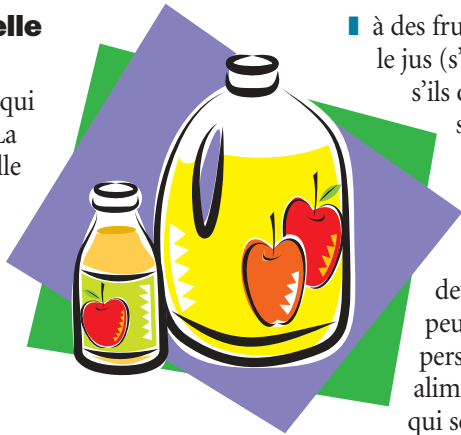
vomissements, diarrhée et fièvre, pour

n'en nommer que quelques-uns.

Quatre étapes faciles pour éviter les maladies d'origine alimentaire

Qu'est-ce que la salmonelle et la salmonellose?

- La salmonelle est une bactérie qui peut rendre les gens malades. La maladie causée par la salmonelle s'appelle la salmonellose.
- La salmonelle vit dans l'environnement, et dans les aliments et les intestins des animaux. Cela signifie que les aliments ou les endroits exposés aux déchets animaux peuvent contenir la salmonelle.



Quels sont les symptômes de la salmonellose?

- Les symptômes de la salmonellose d'origine alimentaire comprennent la diarrhée, les crampes abdominales, les vomissements et la fièvre. Ces symptômes apparaissent entre 6 et 72 heures après qu'une personne a été exposée à la bactérie. Les personnes ayant la salmonellose peuvent être malades pendant plusieurs jours. Parfois, la salmonelle infecte l'organisme au complet.

Comment attrape-t-on la salmonellose?

En étant exposé à :

- de la viande crue ou pas assez cuite, notamment la volaille;
- du lait non pasteurisé (cru) et des produits faits de lait non pasteurisé, comme les fromages de lait cru;
- aux œufs (ce qui est rare);
- à des germinations (graines et fèves germées non cuites);



- à des fruits et légumes crus et à leurs produits, comme le jus (s'ils ont été exposés à des sols contaminés ou s'ils ont été en contact avec un produit ou une surface contaminée ou des mains sales).

Comment nous protéger ma famille et moi-même?

- Les personnes qui ont la salmonellose ne devraient pas préparer des aliments parce qu'elles peuvent répandre la bactérie et rendre d'autres personnes malades. Il faut éviter de manger des aliments qui ont été préparés par quelqu'un qui souffre de salmonellose.
- Suivez ces règles de base pour vous assurer que les aliments sont sans danger :
Nettoyage – Lavez-vous bien les mains avec du savon et de l'eau chaude pendant 20 secondes avant de manipuler ou de préparer les aliments, et lavez-les de nouveau après. Nettoyez et désinfectez tous les ustensiles de cuisine et toutes les surfaces de travail avant et après en utilisant une faible solution d'eau de javel (5 ml [1 c. à thé] dans 750 ml [3 tasses] d'eau). Rincez à l'eau claire. Laissez sécher à l'air, si possible, ou utilisez des linges à vaisselle propres ou des essuie-tout. Lavez les



fruits et légumes frais à l'eau claire. Utilisez une brosse à légumes. N'utilisez jamais des œufs souillés ou fêlés.

Séparation – Évitez que les aliments ne se contaminent entre eux. Gardez les aliments crus séparés de ceux prêts à manger lorsque vous achetez, rangez et préparez les aliments.

Réfrigération – Réfrigérez les aliments à une température de 4 °C (40 °F) ou moins ou congelez-les à -18 °C (0 °F) ou moins.

- **Cuisson** – Faites cuire les aliments jusqu'à ce qu'ils atteignent la bonne température et gardez-les à 60 °C (140 °F) ou plus. Évitez de garder les aliments dans la zone des températures dangereuses (entre 4 °C et 60 °C ou 40 °F et 140 °F). Faites cuire les œufs jusqu'à ce que les jaunes et les blancs soient fermes. Faites cuire la farce séparément de la volaille afin que les deux aliments soient cuits à la bonne température. Ne mangez pas d'œufs crus ou pas assez cuits dans le lait de poule, la mayonnaise, la sauce hollandaise, la pâte à biscuits crue, les sauces à salade, la crème glacée et les mousses. Ne buvez que du lait, du jus et du cidre pasteurisés.

Aliment

Jambon prêt à manger, entièrement cuit

Tranches et rôtis de bœuf, d'agneau et de veau

Bœuf, porc, veau et agneau hachés, côtelettes, côtes et rôtis de porc, plats à base d'œufs

Farces et plats en cocotte, saucisses fumées, restes

Poitrines de poulet et de dinde

Dinde et poulet entiers, pilons, cuisses et ailes de poulet et de dinde

Dinde et poulet hachés

Température

Vous pouvez le manger froid ou le réchauffer.

71 °C (160 °F) à point
77 °C (170 °F) bien cuit

71 °C (160 °F)

74 °C (165 °F)

85 °C (185 °F)

85 °C (185 °F)

85 °C (185 °F)

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**