

# ALIMENT ACTION

## LES TOXI-INFECTIONS ALIMENTAIRES ET LEURS CONSÉQUENCES

Les intoxications alimentaires comportent de sérieux désagréments pour les personnes qui en sont victimes et elles entraînent annuellement des coûts sociaux importants : quelque 100 millions de dollars au Québec et près de 500 millions au Canada.

Les consommateurs et les consommatrices sont très exigeants en matière de qualité des aliments. Bien qu'ils aient eux-mêmes une part de responsabilité à cet égard, ils s'attendent à ce que les fabricants, les distributeurs et les détaillants fassent preuve de la plus grande rigueur dans toutes les étapes de la chaîne alimentaire. Une seule erreur risque donc d'être coûteuse...

Voici comment le public consommateur, d'une part, et les responsables d'établissements, d'autre part, peuvent contribuer à éviter les toxi-infections alimentaires.

### QU'EST-CE QU'UNE TOXI-INFECTION ALIMENTAIRE ?

Une toxi-infection alimentaire est un empoisonnement consécutif à l'ingestion d'aliments contaminés par :

- des microorganismes pathogènes (bactéries, virus, etc.) qui agiront dans l'intestin; on parlera alors d'une infection alimentaire;
- des toxines d'origine bactérienne ou chimique qui se trouvent déjà dans l'aliment; on est alors en présence d'une intoxication alimentaire.

Les toxi-infections alimentaires sont la cause de douleurs abdominales, diarrhées, crampes, nausées, vomissements, fièvres et maux de tête chez les personnes qui en sont atteintes.

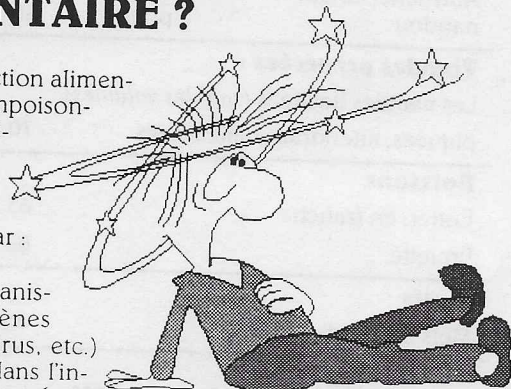
La plupart des toxi-infections sont bénignes et ne durent que quelques jours. Cependant, elles peuvent quelquefois avoir des conséquences graves, surtout si la victime est une personne âgée, un enfant, une femme enceinte ou une personne dont le système immunitaire est affaibli ou déficient.

### QUI EST RESPONSABLE ?

Les toxi-infections alimentaires sont généralement la conséquence soit de négligences ou d'une ou de plusieurs erreurs qui auraient pu être facilement évitées par certaines bonnes pratiques.

Dans le cas de toxi-infections causées par des microorganismes, les facteurs responsables, dans les proportions suivantes, sont :

- 63 % Refroidissement inadéquat des aliments
- 29 % Délai trop long entre la préparation et le service
- 27 % Température inadéquate des aliments maintenus chauds
- 26 % Personne ayant une infection ou manque d'hygiène personnelle
- 25 % Aliments réchauffés de façon inadéquate
- 9 % Mauvais nettoyage de l'équipement et des ustensiles
- 7 % Consommation de restes mal conservés ou mal réchauffés
- 6 % Contamination croisée
- 5 % Cuisson ou traitement de chaleur inadéquats
- 2 % Utilisation d'aliments crus contaminés
- 1 % Approvisionnement douteux



Québec 

Ministère de l'Agriculture, des Pêcheries  
et de l'Alimentation

# NETTOYAGE ET DÉSINFECTION

La propreté des appareils et des accessoires que vous utilisez a un impact direct sur la qualité des aliments et il est très important de nettoyer et de désinfecter la surface de travail et les accessoires utilisés avant de passer d'un aliment à un autre. Pour éviter les contaminations croisées, il est impératif de laver et de désinfecter les ustensiles, l'équipement et les surfaces de travail entre deux usages. La contamination croisée survient lorsqu'on met en contact des aliments cuits ou prêts à manger avec des aliments périssables crus (ex. : viandes, œufs), ou avec des surfaces et ustensiles qui ont servi à manipuler ces derniers.

**Procédure de nettoyage et de désinfection, manuels et automatiques :**

## 1. Prélavage

Retirer les restes de nourriture.

## 2. Lavage

### Lavage manuel

Utiliser une eau propre, maintenue à une température d'au moins 43 °C à laquelle on a ajouté un détergent.

Changer l'eau dès qu'elle devient sale.

S'il est nécessaire de récurer, utiliser un tampon en nylon, car ceux en métal se désagrègent, ce qui présente un risque pour la santé.

### Lavage automatique

L'eau de lavage doit avoir une température d'au moins 60 °C (140 °F).

## 3. Rinçage

### Rinçage manuel

Rincer avec de l'eau propre, maintenue à une température d'au moins 43 °C.

### Rinçage automatique

L'eau de rinçage atteint au moins 82 °C (180 °F). À cette température, l'étape de la désinfection est également complétée.

## 4. Désinfection

L'étape de désinfection est essentielle, car elle complète le nettoyage en réduisant à un niveau sécuritaire le nombre de microorganismes.

Deux moyens de désinfection peuvent être utilisés : la désinfection par l'eau chaude et la désinfection chimique.

### Désinfection par l'eau chaude

Faire tremper l'objet pendant au moins 30 secondes dans l'eau à 74 °C. S'il s'agit d'une surface de travail, utiliser un désinfectant chimique.

### Désinfection chimique

Utiliser un désinfectant approuvé à des fins d'usage alimentaire et suivre les instructions figurant sur l'étiquette. Exemple de solution désinfectante : 5 ml d'hypochlorite de sodium (eau de Javel) dans un litre d'eau.

À moins d'indications contraires, rincer après avoir appliqué le désinfectant.

Laisser sécher à l'air libre, car l'utilisation de linges à vaisselle peut recontaminer l'objet.

# DANS LE SECTEUR INSTITUTIONNEL

## *Entreposage des aliments*

- **Les aires d'entreposage** doivent être suffisamment grandes et bien éclairées.
- **On doit respecter les températures** de conservation prescrites pour les aliments sensibles à la chaleur.
- **On doit installer des thermomètres** fiables de façon à vérifier la température régulièrement.
- **Les produits crus doivent être entreposés** séparément des produits cuits.
- **On doit vérifier l'intégrité des emballages** et effectuer une bonne rotation des stocks (premiers entrés, premiers utilisés).

## *Locaux, matériel, équipement*

- **S'assurer que l'établissement** alimentaire est construit et aménagé de façon à permettre l'application de toutes les règles d'hygiène.
- **S'assurer que l'équipement**, les ustensiles et les surfaces en contact avec les aliments sont faits de matériaux non toxiques et faciles à nettoyer.
- **Disposer d'eau chaude** (60 °C et plus) et froide en quantité suffisante.
- **Ranger les aliments** sur des supports; ces derniers doivent être au moins à 10 cm du sol afin de permettre un nettoyage efficace du plancher.

Les produits chimiques ou les poisons qui ont causé la toxi-infection alimentaire peuvent provenir :

- de contenants et d'ustensiles toxiques;
- d'additifs chimiques, dont la présence est intentionnelle ou accidentelle.

La plupart des épisodes de toxi-infection alimentaire sont attribuables à une accumulation de facteurs. C'est la raison pour laquelle le total des fréquences présentées au tableau précédent est supérieur à 100 %.

## QUOI FAIRE POUR LES ÉVITER ?

Chaque personne qui manipule des aliments est responsable de la prévention des toxi-infections alimentaires. On favorise l'atteinte de l'objectif de la sécurité alimentaire lorsqu'on établit un minimum de contrôle pour s'assurer de la maîtrise des **points critiques**.

## PRÉPARATION DES ALIMENTS

### Les températures de conservation

Le respect des températures recommandées est sans doute l'un des facteurs clés pour éviter les toxi-infections alimentaires :

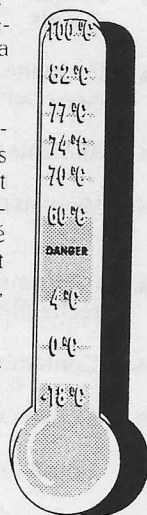
- aliments congelés - 18 °C et moins
- aliments réfrigérés 4 °C ou moins
- aliments chauds 60 °C ou plus

## ... LA TEMPÉRATURE, VOYEZ-Y !

Il est important de réfrigérer le plus rapidement possible les aliments potentiellement dangereux. Rappelez-vous que la zone critique se situe entre 4 °C et 60 °C.

La température de cuisson est aussi très importante, principalement pour les viandes et la volaille. Il faut vérifier si la cuisson est suffisante en mesurant la température interne à l'aide d'un thermomètre enfoncé jusqu'au milieu. Éviter que ce dernier soit en contact avec un os ou piqué dans le gras, car la lecture sera faussée.

Réchauffer à une température interne de 74 °C les aliments qui ont déjà été cuits et refroidis.



## TEMPÉRATURES INTERNES DE CUISSON RECOMMANDÉES

|  |           |                |
|--|-----------|----------------|
| <b>Boeuf, Veau,</b>  | à point   | 70 °C - 160 °F |
| <b>Agneau</b>  | bien cuit | 77 °C - 170 °F |
| <b>Porc</b>  | rosé      | 70 °C - 160 °F |
|  | bien cuit | 77 °C - 170 °F |
| <b>Jambon à cuire, saucisses fraîches</b>  |           | 70 °C - 160 °F |
| <b>Volailles entières :</b>  |           |                |
| poulet, dinde, faisan, pintade, caille, oies, canard, etc.                           |           | 82 °C - 180 °F |
| <b>Pièces :</b>  |           |                |
| poitrines, cuisses, ailes  |           | 77 °C - 170 °F |
| <b>Hachées, farce</b>  |           |                |
| (seule ou dans l'animal)   |           | 74 °C - 165 °F |
| <b>Gibier d'élevage</b>  |           |                |
| Cerf, sanglier, lapin, etc.  |           | 70 °C - 160 °F |
| <b>Gibier sauvage</b>  |           |                |
| Lièvre, caribou, etc.  |           | 77 °C - 170 °F |
| <b>Ratites</b>   |           |                |
| Autruche, émeu,  | Saignant  | 63 °C - 145 °F |
| nandou   | à point   | 70 °C - 160 °F |
| <b>Viandes prépréées :</b>   |           |                |
| Les viandes hachées ( <i>sauf les volailles</i> ), piquées, attendries, délicatisées |           | 70 °C - 160 °F |
| <b>Poissons</b>  |           |                |
| Entier, en tranche   |           | 63 °C - 145 °F |
| Émietté  |           | 68 °C - 155 °F |
| <b>Oeufs</b>   |           |                |
| Mets à base d'oeufs  |           | 70 °C - 160 °F |

### Comment décongeler les aliments

La décongélation des aliments doit se faire selon l'une des trois méthodes suivantes :

- dans un réfrigérateur à une température de 4 °C (méthode à privilégier);
- au four conventionnel, jumelée à la cuisson;
- au four à micro-ondes, suivie immédiatement de la cuisson.

### Protection des aliments

- **Les aliments doivent être protégés** de toute source de contamination.
- **Les produits de nettoyage**, les désinfectants et tous les autres produits toxiques doivent être entreposés dans un endroit distinct de celui où sont conservés les aliments.
- **Il faut organiser les opérations** de façon à ce que le produit ne revienne pas en arrière, ni ne croise une opération antérieure de préparation.

• **Éliminer fréquemment** et adéquatement les déchets, tant à l'intérieur qu'à l'extérieur.

• **Établir un programme** de contrôle et d'extermination des insectes et des rongeurs.

• **Implanter des horaires** de nettoyage et de désinfection, et les respecter.

#### *Manipulateurs, manipulatrices*

**L'une des principales sources de contamination des aliments** est la manipulatrice ou le manipulateur lui-même. Le personnel doit donc :

- **ne présenter aucune plaie** non recouverte, ni blessure infectée;
- **ne pas être atteint d'une maladie** contagieuse, qui pourrait être transmise par les aliments;
- **porter des vêtements propres**, utilisés exclusivement pour son travail;
- **porter une résille propre** recouvrant entièrement la chevelure. Saviez-vous que l'on perd en moyenne 100 cheveux par jour ?
- **ne pas porter de vernis à ongles**, de montre, de bague, de boucles d'oreilles ou d'autres bijoux. Ces objets abritent des bactéries. D'une part, ils peuvent se détacher et tomber dans les préparations et, d'autre part, leur présence complique le lavage des mains;
- **se laver et désinfecter les mains** et les avant-bras immédiatement après avoir été en contact avec un produit alimentaire contaminé ou chaque fois qu'il y a risque de contamination des produits, par exemple après être allé aux toilettes ou avoir manipulé des déchets;
- **utiliser du savon liquide** ou en poudre, puis se sécher les mains à l'aide de serviettes de papier jetables;
- **ne pas fumer, ni manger** dans les locaux où l'on manipule des aliments;
- **former et sensibiliser le personnel** en hygiène et en salubrité et ce, de façon continue.

#### *Réception et qualité des aliments*

La qualité des aliments est très importante. Il faut donc :

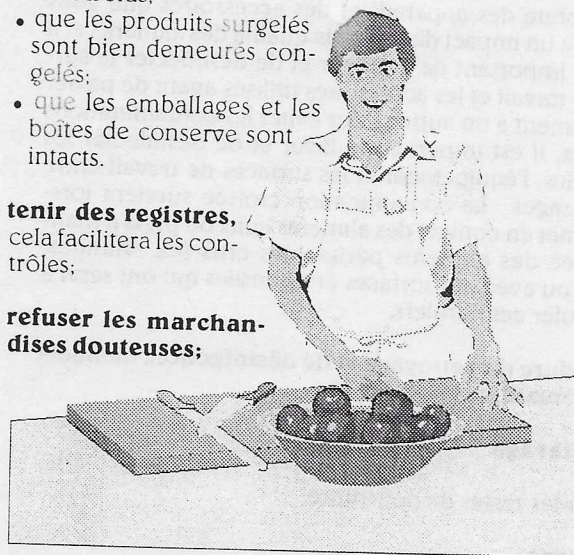
- **s'assurer que les sources d'approvisionnement choisies sont approuvées** et qu'elles respectent les lois et règlements auxquels elles sont assujetties;

• **vérifier, au moment de la réception** des produits alimentaires dans l'établissement :

- que les produits réfrigérés sont froids;
- que les produits surgelés sont bien demeurés congelés;
- que les emballages et les boîtes de conserve sont intacts.

• **tenir des registres**, cela facilitera les contrôles;

• **refuser les marchandises douteuses;**



• **ne pas utiliser d'oeufs fêlés et coulants**, car ils peuvent être contaminés par des bactéries, ce qui constitue un risque important pour la santé;

• **laver les légumes et les fruits** avant de les utiliser;

• **examiner les boîtes de conserve** et ne pas utiliser celles qui sont bombées ou rouillées, ou celles dont le contenu a une odeur anormale, fait des bulles ou gicle quand on ouvre la boîte. Il n'est pas recommandé de servir des conserves maison à cause des risques de botulisme.

## **LA RÈGLE D'OR... DANS LE DOUTE, JETEZ !**

**Pour obtenir de plus amples informations :**  
composez le 1-800-463-5023 ou (418) 380-2120  
ou adressez-vous au bureau de la **Direction régionale de la qualité des aliments et de la santé animale** le plus près de chez vous (voir pages bleues du bottin téléphonique sous la rubrique « **Gouvernement du Québec : Agriculture, Pêcheries et Alimentation** »)  
Courrier électronique : [DGA@agr.gouv.qc.ca](mailto:DGA@agr.gouv.qc.ca)