

Pour diffusion immédiate

Faites cuire adéquatement les viandes sur le BBQ pour éliminer les bactéries

JOLIETTE, LE 14 JUIN 2011 – En cette période estivale, la Direction de santé publique et d'évaluation (DSPE) de l'Agence de la santé et des services sociaux de Lanaudière rappelle à la population l'importance de bien faire cuire les viandes sur le BBQ.

« La bonne cuisson prévient des problèmes de santé comme les gastroentérites graves associées à l'infection à *E. coli* (communément appelée la maladie du hamburger) et à la salmonellose », tient à souligner D^{re} Joane Désilets de la DSPE.

Il faut savoir qu'en 2010, la DSPE a reçu plus de 80 déclarations de personnes infectées par ces bactéries; c'est pourquoi ce rappel annuel est toujours essentiel.

E. coli

La bactérie la plus souvent en cause lors d'une intoxication alimentaire reliée à la viande hachée ou attendrie se nomme l' *E. coli* O157 : H7. On peut également la retrouver dans les produits laitiers ou les jus non pasteurisés. Cette bactérie produit une toxine qui cause des diarrhées sévères accompagnées de sang dans les selles, de fortes douleurs au ventre et de vomissements. Des complications entraînant des séquelles permanentes et graves peuvent parfois survenir. Les enfants, les personnes âgées et les personnes dont le système immunitaire est affaibli sont plus à risque.

Salmonellose

Cette bactérie se retrouve fréquemment dans les volailles. On peut également la retrouver dans certaines autres viandes, lors de la consommation d'œufs crus ou insuffisamment cuits, et dans certains produits laitiers non pasteurisés. Les symptômes sont ceux d'une gastroentérite qui débute soudainement avec de la fièvre, des frissons, de la diarrhée et des crampes au ventre. Les complications surviennent principalement chez les très jeunes enfants, les personnes âgées et les personnes dont le système immunitaire est affaibli.

Règles importantes à suivre pour éviter une contamination des aliments

- ♦ **Lavez** vos mains avec de l'eau et du savon avant la manipulation de la nourriture. Répétez le lavage de mains lors de la manipulation de viandes crues ou après avoir touché à des objets ayant été en contact avec ces aliments (ex. l'assiette et les ustensiles). Il faut également se laver les mains après avoir fumé, éternué, être allé à la salle de toilette ou avoir touché à un animal.

- ♦ **Assurez-vous que la cuisson est adéquate.** Les viandes hachées et attendries doivent toujours être bien cuites. Le jus écoulé doit être clair et non rosé. Si vous utilisez un thermomètre à cuisson, la température interne de l'aliment doit être d'au moins 70 °C.
- ♦ **Ne jamais consommer de viandes crues.**
- ♦ **Éviter la contamination croisée.** Lorsque des aliments crus entrent en contact direct avec d'autres aliments cuits ou lorsque les ustensiles, assiettes et surfaces de travail ayant été en contact avec les aliments crus servent pour les aliments cuits, cela peut entraîner une contamination. Il est donc recommandé d'utiliser de la vaisselle et des ustensiles propres, une fois la cuisson terminée.
- ♦ **Conservez adéquatement les aliments.** La viande hachée se conserve un à deux jours, au réfrigérateur et trois à quatre mois au congélateur. On ne doit jamais laisser de viande à la température de la pièce. Il faut plutôt décongeler les aliments au réfrigérateur, au four à micro-ondes ou au four conventionnel, immédiatement avant la cuisson.

Pour plus de renseignements, la DSPE vous invite à consulter le site Web suivant :
<http://www.mapaq.gouv.qc.ca/Fr/Consommation/>

Source : Direction de santé publique et d'évaluation
Renseignements : Pascale Lamy
Agente d'information
Direction des communications et des relations publiques
450 759-1157, poste 4437
pascale.lamy@ssss.gouv.qc.ca