

Fiche de renseignements sur la sécurité alimentaire

La bactérie E. coli 0157



De quoi s'agit-il?

La bactérie E.coli 0157 est une souche de bactérie qui produit une toxine qui se forme dans l'intestin et qui cause des dommages graves aux parois de l'intestin. Le nom médical de la maladie est « colite hémorragique ». Une fois que la bactérie se trouve dans les aliments, elle se développe même à basse température. On ne sait pas combien il faut de bactéries pour causer la maladie, mais on croit qu'un petit nombre suffit pour causer une maladie grave.

On appelle parfois cette maladie « syndrome de la saison du barbecue » parce qu'elle survient souvent l'été quand les gens font cuire des galettes de bœuf haché sur le barbecue et ne font pas assez cuire la viande.

Quels sont les symptômes?

N'importe qui peut attraper la bactérie E. coli 0157. Les symptômes peuvent se manifester de un à quatorze jours après la consommation d'aliments contaminés. Les symptômes comprennent de fortes crampes abdominales et une diarrhée qui peut s'aggraver et devenir sanglante. La plupart des gens guérissent sans problème. Toutefois, la maladie peut être plus grave, en particulier chez les enfants et les personnes âgées. Une forme inhabituelle d'insuffisance rénale appelée « syndrome hémolytique et urémique » (SHU) peut aussi survenir.

D'où vient cette maladie?

La bactérie peut vivre dans les intestins de la plupart des animaux de boucherie – le bœuf, le porc et la volaille – et des humains.

Bien que la maladie causée par la bactérie E.coli 0157 ait été liée à du bœuf ayant subi une cuisson insuffisante, elle a aussi été liée à du lait et à du cidre non pasteurisés, à des saucisses salées à sec et à des fruits et à des légumes contaminés. L'infection peut aussi se répandre quand une personne infectée touche des aliments ou quand des aliments touchent des surfaces contaminées.

Comment éviter d'attraper cette maladie?

Chaque année, il y a en Nouvelle-Écosse plus de 550 cas présumés d'empoisonnement alimentaires. Comme de nombreux cas ne sont pas rapportés, on estime que le nombre est probablement plus près de 18 000 cas. Bon nombre de ces cas sont liés à la cuisson insuffisante de bœuf haché. Voici les meilleures façons de se protéger contre le risque d'infection à la bactérie E. coli 0157.

- Quand vous faites cuire de la viande hachée sur le barbecue ou sur la cuisinière, par exemple des galettes de bœuf haché, faites-la cuire à point jusqu'au centre (température de 71° C ou 160° F). La viande et les jus de viande devraient être bruns et non pas rouges ou roses.
- Lavez-vous les mains comme il faut AVANT de MANIPULER la viande et APRÈS être allé à la toilette.
- Faites décongeler la viande gelée au réfrigérateur et non pas sur le comptoir.
- NE LAISSEZ PAS de viande crue à la température ambiante. Faites cuire immédiatement les galettes de bœuf haché ou réfrigérez-les jusqu'au moment de les faire cuire.
- Assurez-vous que la viande crue ou les jus de la viande crue ne viennent pas en contact avec d'autres aliments. Placez les viandes crues sur la tablette du bas du réfrigérateur pour éviter que les jus ne coulent sur les autres aliments.
- Lavez et désinfectez la vaisselle, les planches à découper et les comptoirs après les avoir utilisés pour préparer de la viande crue. Pour une solution désinfectante, mélangez 1½ cuiller à thé d'eau de Javel à un litre d'eau.
- Dans un restaurant, NE COMMANDEZ OU N'ACCEPTÉZ JAMAIS de la viande hachée dont la cuisson est insuffisante .
- Ne mettez jamais la viande cuite dans l'assiette qui a contenu la viande avant sa cuisson. Les gens commettent souvent cette erreur quand ils font cuire de la viande sur le barbecue.
- Lavez tous les fruits et tous les légumes avant de les manger. Buvez uniquement des jus ou du cidre à longue durée de conservation ou qui ont été pasteurisés.

Pourquoi ce lien avec la viande hachée?

Le bœuf haché est particulièrement dangereux comparativement aux pièces de viande comme les steaks ou les côtelettes, et il peut être une cause importante de maladies d'origine alimentaire causées par la bactérie E. coli 0157. C'est que la bactérie qui se retrouve à la surface de la viande au moment du dépeçage est mélangée à la viande quand on hache la viande. C'est pourquoi il est particulièrement important que le bœuf haché soit cuit à point.

Suivre les principes de la sécurité alimentaire peut vous garder en santé. Si vous avez d'autres questions sur la sécurité alimentaire en Nouvelle-Écosse, communiquez avec un spécialiste de la sécurité alimentaire au bureau régional ou local du ministère ou au bureau de la santé publique de votre localité.