

Appel à la prudence pour la préparation de repas durant l'été

WHITEHORSE — Le D^r Brendan Hanley, médecin hygiéniste en chef du Yukon, a publié aujourd'hui un avis rappelant aux résidents du Yukon de prendre certaines précautions pleines de bon sens lorsqu'ils feront un barbecue ou un pique-nique cet été, et ce, afin d'éviter les risques d'empoisonnement alimentaire.

« Nous devons tous nous assurer que les aliments que nous mangeons – ou la façon dont nous les apprêtons – ne contribuent pas à nous rendre malades », a déclaré le D^r Hanley. « Les maladies d'origine alimentaire peuvent être bénignes, graves (exigeant une dialyse à vie) et même mortelles. Les groupes de personnes à risque sont particulièrement vulnérables, c'est-à-dire les bébés et les jeunes enfants, les adultes de plus de 60 ans, les femmes enceintes et les personnes dont le système immunitaire est affaibli. »

Il est important que les gens portent attention à la façon dont ils préparent et conservent les aliments s'ils veulent assurer la sécurité et protéger la santé de chacun. En été, les barbecues et les pique-niques peuvent représenter un défi particulier, car certaines fois, il est impossible de conserver la nourriture au frais ou à l'abri du soleil. La préparation des viandes pour le barbecue peut comporter certains risques, particulièrement en ce qui a trait à certains types d'empoisonnement alimentaire, y compris l'infection causée par la bactérie *E. coli*, dans le cas de viande de bœuf insuffisamment cuite.

« Les aliments peuvent être contaminés par des bactéries, des virus ou des parasites qui peuvent causer des maladies. Selon le type ou la quantité de pathogènes d'origine alimentaire, des personnes peuvent tomber malades quelques heures, quelques jours ou même quelques mois après avoir consommé des aliments contaminés ou bu de l'eau contaminée », a ajouté le D^r Hanley.

Les aliments préparés par des entreprises ou par des épiceries et des restaurants locaux sont généralement sécuritaires, car leurs propriétaires sont fiers de respecter les normes établies; de plus, des inspecteurs-hygiénistes vérifient que ceux-ci adoptent des pratiques relatives à la salubrité des aliments. Cependant, ces inspecteurs-hygiénistes n'inspectent pas votre cuisine, et c'est pourquoi il est important que vous adoptiez également ces mêmes pratiques relatives à la salubrité des aliments.

Pour éviter les empoisonnements alimentaires, veuillez à suivre les quatre conseils fondamentaux suivants :

- évitez la contamination croisée en gardant les aliments crus à l'écart des aliments cuits;
- évitez la propagation des bactéries en vous lavant les mains et en gardant les surfaces propres;
- réfrigérez : gardez au froid les aliments froids! En laissant de tels aliments en attente sur une surface, à des températures non sécuritaires, vous risquez d'attraper une maladie d'origine alimentaire.
- cuisez : veillez à tuer les bactéries dangereuses en faisant cuire les aliments à la température appropriée.

Pour de plus amples renseignements sur les pathogènes d'origine alimentaire et la façon de les prévenir, consultez le site Web www.hss.gov.yk.ca/fr/10eastwanted.php ou demandez par courriel, à l'adresse hss@gov.yk.ca, un exemplaire de la brochure « Les 10 agents pathogènes alimentaires les plus recherchés ».

-30-

D'autres conseils de salubrité alimentaire en saison estivale sont fournis ci-dessous.

Renseignements :

Pat Living
Communications
Santé et Affaires sociales
867-667-3673
patricia.living@gov.yk.ca

Conseils pour assurer la salubrité des aliments lors de barbecues, pique-niques ou en camping

Contamination croisée

- enveloppez la viande crue et la volaille et placez celles-ci au fond de la glacière afin d'éviter que les jus coulent sur d'autres aliments.
- Lavez toutes les assiettes, les ustensiles et les planches à découper qui sont entrés en contact avec de la viande crue ou de la volaille avant de vous en servir pour d'autres aliments.

Se laver les mains et nettoyer les surfaces

- Lavez-vous les mains à l'eau chaude et savonneuse pendant au moins 20 secondes avant et après avoir manipulé de la viande crue ou de la volaille, ou après avoir été à la toilette ou touché des animaux de compagnie.
- Assurez-vous qu'il y aura une source d'eau propre. Sinon, apportez l'eau nécessaire à la préparation des aliments et au nettoyage qui s'ensuivra, ou apportez des chiffons jetables ou des lotions désinfectantes et des essuie-tout.
- Apportez des sacs de plastique propres ou des contenants dans lesquels vous pourrez mettre les restes de nourriture.
- Lavez les fruits et les légumes à l'eau propre.
- Conserver dans une glacière aux parois isolées les aliments périssables qui sont normalement réfrigérés, comme les viandes froides, les viandes cuites et les salades de pâtes ou de patates; utiliser des blocs réfrigérants ou des blocs de glace pour les

conserver à une température de 4 C (40 F) ou moins.

Conserver les aliments au froid

- Réfrigérez ou congelez la nourriture le jour avant le départ en voyage.
- Placez les aliments dans la glacière dans l'ordre suivant : les viandes crues et la volaille au fond et les autres aliments par-dessus; ceux que vous comptez utiliser en premier doivent être les derniers à prendre place dans la glacière.
- Placez la glacière à l'ombre ou à l'abri des rayons directs du soleil et laissez-la fermée le plus possible.
- Utilisez une glacière pour les aliments périssables et une autre pour les boissons. Celle-ci sera ouverte et refermée plus fréquemment.
- Placez les restes de nourriture dans la glacière aussitôt que vous avez terminé de manger.
- Jetez tous les aliments périssables dès que les blocs de glace ont fondu ou que les blocs réfrigérants ne sont plus froids.
- Le principe est simple : dans le doute, jetez!

Cuisson

- Inutile de tenter de deviner. Utilisez un thermomètre numérique pour les aliments afin de vérifier la cuisson des viandes et des volailles, et de vous assurer de les consommer en toute sécurité.

Communiqué numéro 13-155

Stay up to date with the latest Yukon government news by subscribing to our RSS feed here:
<http://www.gov.yk.ca/news/rss.html>. Or follow us on Twitter @yukongov.