



Santé
Canada Health
Canada

Votre santé et votre
sécurité... notre priorité.

Your health and
safety... our priority.

Risques associés aux germes

Mise à jour :

août 2011

VOTRE SANTÉ ET VOUS

Risques associés aux germes

ENJEU



Graines et haricots germés, y compris les germes de haricot mungo et de luzerne, ont maintenant leur place dans les magasins d'alimentation, les buffets à salades et les plats servis dans les restaurants au Canada. L'incidence des maladies qui leur sont attribuables croît avec leur popularité. Comme la plupart des cas à l'axi-infection alimentaire ne sont pas déclarés, on ne connaît pas le nombre exact de Canadiens qui ont été malades après avoir consommé des graines ou des haricots germés. Santé Canada prend diverses mesures pour aider à réduire ce risque.

GERMES ET MALADIES D'ORIGINE ALIMENTAIRE

À l'échelle mondiale, il s'est produit au moins 40 éclosions de maladies liées aux germes depuis 1973. Dans la plupart des cas, les maladies étaient causées par des bactéries nocives comme *Escherichia coli* (*E. coli*) ou *Salmonella*.

Depuis 1996, les germes crus de luzerne et de haricot mungo contaminés par la bactérie *Salmonella* ont causé des éclosions en Colombie-Britannique, au Québec, en Ontario, en Saskatchewan et en Alberta, de même

qu'aux États-Unis. L'éclosion la plus importante au Canada est survenue à l'automne 2005 et fut à l'origine de 648 cas de salmonellose en Ontario.

L'éclosion la plus importante au monde s'est produite au Japon en 1996, alors que 6 000 personnes ont été malades et que 17 sont mortes après avoir mangé des germes de radis contaminés par la bactérie *E. coli*. Ce type de bactérie fut également à l'origine d'éclosions impliquant des graines germées survenues dans plusieurs États américains entre 1997 et 2004. En juin 2011, une flambée de *E. coli* associée à des graines germées et concentrée en Allemagne a causé au moins de 47 décès et plusieurs milliers de cas d'infections.

COMMENT SE PRODUIT LA CONTAMINATION



Selon les scientifiques, la contamination proviendrait vraisemblablement des graines utilisées pour produire les germes. Les graines peuvent être contaminées par le fumier épandu dans les champs ou pendant l'entreposage. De plus, les conditions requises pour la culture des germes (chaleur et humidité) favorisent la prolifération bactérienne. L'hygiène déficiente entourant la production des germes a déjà

Canada

causé certaines éclosions de maladies d'origine alimentaire.

La plupart des germes, y compris la luzerne germée, se mangent crus, de sorte qu'ils ne sont pas exposés à des températures suffisamment élevées pour tuer les bactéries qui pourraient s'y trouver. Certains germes, comme celui du haricot mungo, peuvent aussi se manger cuits. Pour détruire les bactéries, on doit faire cuire les germes **à fond**. Une éclosion de salmonellose survenue en Ontario en 2005 a été associée à la consommation de germes de haricot mungo, crus ou de faible cuisson, comme ceux qu'on retrouve dans certains plats sautés.

RISQUES LIÉS À LA CONSOMMATION DE GERMES CRUS

Quiconque consomme des germes crus ou des germes de haricot mungo à faible cuisson risque une exposition à des bactéries nocives comme *E. coli* ou *Salmonella*. Les jeunes enfants, les aînés et les personnes immunodéficientes risquent davantage de souffrir d'effets graves.

Crampes abdominales, vomissements, fièvre et diarrhée sanguinolente sont des symptômes d'une infection à *E. coli*. Ils peuvent apparaître de un à 10 jours après la consommation d'aliments contaminés. Une faible proportion de personnes peut être atteinte du syndrome hémolytique et urémique, qui peut nécessiter une transfusion sanguine et l'hémodialyse. Les cas les plus graves peuvent entraîner des lésions rénales permanentes, voire la mort.

Fièvre, maux de tête, crampes abdominales, diarrhée, nausée et vomissements sont des symptômes d'une infection à *Salmonella*. Ils se manifestent habituellement de six à 72 heures après l'ingestion d'aliments contaminés et durent habituellement de quatre à sept jours. Dans les pires cas, l'hospitalisation peut s'avérer nécessaire.

Si vous présentez un ou plusieurs des symptômes d'une infection à *E. coli* ou à *Salmonella*, vous devriez consulter votre médecin sans tarder.

RÉDUIRE LES RISQUES

Les maladies d'origine alimentaire risquent davantage d'entraîner des effets graves chez les personnes suivantes :

- jeunes enfants
- aînés
- personnes immunodéficientes

Les personnes vulnérables devraient éviter de manger des germes crus, surtout des germes de luzerne et de haricot mungo. Assurez-vous que la salade, le sandwich ou la soupe que vous achetez au restaurant ou à la charcuterie n'en contient pas. Vous devriez aussi éviter de consommer des fèves germées cuites, comme celles qu'on retrouve dans les plats sautés ou les soupes, sauf si vous êtes sûr qu'elles sont bien cuites.



Si vous êtes un adulte en santé et souhaitez consommer des germes, vous pouvez réduire les risques en prenant les précautions suivantes :

- Achetez des germes qui ont été conservés au réfrigérateur. L'appareil devrait être réglé à 4 °C (40 °F) ou moins.
- Choisissez des germes qui ont un aspect croustillant; n'achetez pas de germes dont la couleur est foncée ou qui ont une senteur de moisi.
- Si vous achetez des germes en vrac, utilisez des pinces ou un gant ou couvrez-vous la main avec un sac pour les ensacher.
- Réfrigérez les germes dès votre arrivée à la maison. Votre réfrigérateur devrait être réglé à 4 °C (40 °F) ou moins. Vérifiez à l'aide d'un thermomètre pour appareils électroménagers.

- Respectez la date de péremption indiquée sur l'emballage des germes préemballés. Jetez les germes après quelques jours ou dès qu'ils perdent leur texture croustillante.



- Si vous décidez de consommer des germes de haricot mungo, faites-les cuire **à fond** afin d'éliminer toutes les bactéries pouvant être présentes. Pour réduire le risque de contracter une maladie d'origine alimentaire, ne consommez jamais de germes de haricot mungo crus ou légèrement cuits.

RÔLE DU GOUVERNEMENT DU CANADA

Santé Canada collabore avec des représentants de l'industrie, les responsables de la santé publique, l'Agence canadienne d'inspection des aliments et divers intervenants afin de mettre en place des méthodes de culture plus sûres. Voici quelques-unes des mesures adoptées à ce jour :

- Mise au point de la *Politique sur la gestion du risque pour la santé lié à la consommation de graines et de fèves germées*.
- Élaboration de la ligne directrice *Prélèvement et analyse de pousses et de l'eau d'irrigation usée* à l'intention de l'industrie.
- Mise au point d'un *code d'usage* pour la culture et la distribution de graines et de haricots germés insistant sur les pratiques exemplaires de production.
- Inspections périodiques des établissements de production par l'Agence canadienne d'inspection des aliments (ACIA), qui s'assure que le processus est hygiénique.
- Santé Canada et l'ACIA préparent du matériel éducatif supplémentaire à l'intention des consommateurs et de



Risques associés aux germes

Mise à jour:

août 2011

VOTRE SANTÉ ET VOUS



l'industrie de la production de graines et de fèves germées.

- Santé Canada avise en outre le public des risques liés à la consommation de germes et indique les précautions à prendre en l'occurrence.

POUR EN SAVOIR PLUS

- Portail du Gouvernement du Canada, **Salubrité des aliments** : www.salubritedesaliments.gc.ca
- Section du site Web de Santé Canada sur **les graines et fèves germées** : www.hc-sc.gc.ca/fn-an/securit/ill-intox/info/sprouts-pousses_f.html
- Section du site Web de Santé Canada sur **les maladies d'origine alimentaire** : www.hc-sc.gc.ca/fn-an/securit/ill-intox/index_f.html
- Section du site Web de l'Agence de la santé publique du Canada sur **la salubrité des aliments** : www.phac-aspc.gc.ca/fs-sa/index-fra.php
- **Programme des aliments** de Santé Canada : www.sante.gc.ca/aliments
- **Aliments** : www.hc-sc.gc.ca/hl-vs/iyh-vsv/food-aliment/index-fra.php

POUR L'INDUSTRIE ET LES PROFESSIONNELS

- **Politique sur la gestion du risque pour la santé lié à la consommation de graines et de fèves germées** de Santé Canada : www.hc-sc.gc.ca/fn-pn/legislation/pol/sprouts_pol_pousses_f.html
- **Prélèvement et analyse de pousses et de**

l'eau d'irrigation usée : www.hc-sc.gc.ca/fn-an/legislation/guide-ld/sprout_water_testing_analyse_pousses_eau_f.html

- **Code d'usage sur la production hygiénique de graines germées** de l'Agence canadienne d'inspection des aliments : www.inspection.gc.ca/english/fssa/frefra/safsal/sprointe.shtml

RESSOURCES CONNEXES

- **À bas les BACTÉRIES^{MD}**, à : www.canfightbac.org/fr/
- **Agence canadienne d'inspection des aliments (ACIA)** : www.inspection.gc.ca
- **The Food Safety Network** : www.foodsafetynetwork.com (anglais seulement)
- **Organisation mondiale de la Santé – Sécurité sanitaire des aliments** : www.who.int/topics/food_safety/fr/
- Pour vous renseigner sur la sécurité des produits alimentaires, de santé et de consommation, consultez le site **Web Canadiens en santé** : www.canadiensensante.gc.ca
- Vous trouverez des articles complémentaires sur la santé et la sécurité dans la section **Votre santé et vous** du site : www.sante.gc.ca/vsv

Vous pouvez aussi composer sans frais le 1 866 225-0709 ou le 1 800 267-1245 pour malentendants.

Mise à jour : août 2011
Version originale : Juillet 2002

© Sa Majesté la Reine du chef du Canada, représentée par le ministre de la Santé, 2011

ISBN : H13-7/30-2011F-PDF

N° de catalogue : 978-1-100-97845-1