Zeitschrift: Aînés : mensuel pour une retraite plus heureuse

Herausgeber: Aînés

Band: 18 (1988)

Heft: 6

Rubrik: SOS consommateurs : intoxication alimentaire et salmonelles

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 05.12.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

SOS CONSOMMATEURS

Intoxication alimentaire et salmonelles

On n'en parle dans les journaux que lorsque toute une collectivité est atteinte: école de recrues, colonies de vacances ou... joyeux pique-nique. Et pourtant avec le retour des beaux jours, il y a gros à parier que les intoxications alimentaires augmenteront. La cause principale en est la salmonelle.

Qu'est-ce que les salmonelles?

Les biologistes ont recensé environ 1200 types de salmonelles, **bactéries** dont un certain nombre et stéréotypes sont responsables d'infection chez les humains et les animaux. **La salmonellose,** qui résulte de l'ingestion d'aliments contaminés, se manifeste en général par une gastro-entérite (maux de ventre, diarrhée, vomissements) avec forte fièvre, ceci 12, plus souvent 24 ou 48 h après avoir avalé les aliments contaminés. Cette infection n'est pas trop grave, sauf pour les jeunes enfants, **les personnes âgées,** ou **affaiblies par une autre maladie,** en raison des problèmes de déshydratation, entre autres.

Comment cela se produit-il?

Sans entrer dans les détails scientifiques qui prendraient trop de place, disons que la contamination peut se produire **à la source** (préparations industrielles, collectives, tels que restaurants abattoirs) et **transmises par le personnel. L'hygiène des mains** représente la mesure fondamentale à ce niveau en plus **de l'hygiène des locaux et des plans de travail,** ainsi que des conditions d'**entreposage.** Vu la longue chaîne que suivent les aliments et le fait que les salmonelles résistent à certains traitements (la lyophilisation par ex.), **il est souvent difficile de trouver la source exacte de la contamination.** Heureusement les produits les plus sensibles, les œufs, la volaille, la viande, sont ceux que nous consommons **cuits,** ce qui limite les risques, les salmonelles ne résistant pas **à une cuisson de 10 minutes à 65° C.**

A la maison

Hélas, **c'est très souvent à la maison que se trouvent les risques,** certaines règles élémentaires étant tout à fait inconnues des personnes âgées. Règles sévères... mais qui vous éviteront ce que vous appelez peut-être «grippe intestinale» et qui est en fait une vraie intoxication alimentaire.

1. **Bannissez les restes...** tous ces petits tas inutilisables finalement. Jetez, **sans remords,** surtout s'il fait chaud.

2. **Evitez l'usage de l'affreux garde-manger,** responsable à lui seul de bien des maux. Si vous n'avez pas de frigo, n'achetez pas trop à l'avance. Ne mettez rien sur les appuis de fenêtre.

3. **Utilisez 2 planchettes séparées** pour les viandes à hacher et pour les herbes ou légumes que vous mangez crus. Les salmonelles des viandes (qui disparaîtront à la cuisson) auront contaminé votre persil que vous mangerez cru...

4. **Lavez-vous toujours les mains avant et après** avoir touché des produits sensibles.

5. **Cuisez à cœur** poissons, viandes, volailles.

6. **La viande hachée** se mange dans la demi-journée dès achat.

7. Les restes, (s'il y en a!) doivent être mis au frigo **immédiatement, même encore chauds.** Ne les laissez pas refroidir à température ambiante.

8. **Si vous les réchauffez,** il faut les porter à haute température, ne pas seulement les tiédir.

9. **Déballez immédiatement** les produits tels que poisson, viande, volaille et mettez-les dans un récipient ad hoc, que vous rincerez bien à la sortie du frigo, à l'eau bouillante, et que vous ne laisserez pas trainer sur votre table de travail!

10. **Réglez bien votre frigo** et conservez au froid, en dessous de +10° les produits contenant lait, crème, œufs. (Avez-vous un thermomètre?).

11. **Cuisez dès préparation** les mélanges tels que pâte à crêpes, omelettes, biscuits instantanés (soupes, sauces en sachet).

Et... lavez-vous souvent les mains en cuisine.

Ça arrive quand même!

Si vous êtes malade: essayez de déterminer la source de la contamination. Avertissez le médecin. Eventuellement, si c'est possible, faire une liste des aliments ingérés (et où!).

Mais ne devenez pas des obsédés. Mangez de bon cœur. En évitant de laisser des aliments à l'air entre 10 et 40° (les températures de l'été) et en vous rappelant que les salmonelles ne se manifestent par aucun signe visible (rien de changé dans le goût, l'odeur, l'apparence des aliments contaminés), en vous lavant bien les mains, en utilisant du papier ménage plutôt que des torchons, vous éviterez déjà bien des surprises.

J.Ch.

Prochain article: Jeux d'été.