



Les jus de fruit non pasteurisés : Un danger potentiel pour la santé

Unpasteurized Fruit Juices and Ciders: A Potential Health Risk

Quel est le problème?

Au cours des dix dernières années, plus de 1 700 personnes sont tombées malades après avoir consommé du jus et du cidre de pomme en Amérique du Nord. La plupart des cas avaient été causés par des jus et des cidres non pasteurisés comme le cidre de pomme, le jus d'orange et la limonade. Les autres cas causés par des jus de fruit frais avaient été provoqués par des jus d'ananas, de carotte, de noix de coco, de canne à sucre, de banane, d'açaï et de fruits mélangés (source : base de données Outbreak Alert! du CSPI). Les agents pathogènes ou agents biologiques responsable de ces maladies et décès comprennent des bactéries (des groupes viraux et parasitaires) et des contaminants métalliques. Les agents pathogènes les plus courants étaient l'*E. coli* O157 et O111, la *Salmonella*, le *Cryptosporidium* et le norovirus. Quelques autres cas avaient été causés par le *Vibrio cholerae*, le *Clostridium botulinum*, la levure et l'hépatite A.

Est-ce un problème grave?

Oui! L'*E. coli* O157:H7 et la *Salmonelle* peuvent vous rendre très malade. Par exemple, certaines personnes subissent des dommages permanents aux reins (syndrome hémolytique et urémique ou SHU) à cause d'infections à l'*E. coli* O157:H7. D'autres en sont mortes. L'hépatite peut causer des dommages au foie. Le botulisme affaiblit la transmission entre les nerfs et les muscles et, dans de graves cas, entraîne la mort. Le *Cryptosporidium* cause des maladies diarrhéiques prolongées.

Qui court le plus grand risque?

Les bébés, les jeunes enfants, les personnes âgées et les personnes dont le système immunitaire est affaibli (comme celles qui ont le VIH ou qui sont traitées pour un cancer) courent le plus grand risque. Ces personnes doivent boire seulement des jus pasteurisés et devraient garder les jus au réfrigérateur.

Les établissements qui servent des jus, comme les écoles, les garderies, les centres de jour pour adultes et les hôpitaux devraient s'assurer que ces jus sont pasteurisés. Les enfants qui participent à des sorties scolaires ou vont dans des marchés agricoles ne devraient pas boire de jus non pasteurisés.

D'où viennent les agents pathogènes comme l'*E. coli* O157:H7?

Ces bactéries se trouvent fréquemment dans les excréments des bovins. La plupart des cas de maladie causés par l'*E. coli* O157:H7 ont été associés à de la nourriture ou de l'eau contaminée par des excréments de bovins. Dans le cas du jus de fruit, les fruits utilisés pour le jus peuvent être contaminés par des excréments d'animaux de plusieurs façons : par leur présence sur le sol où des bovins ou d'autres animaux étaient présents; par des engrais faits de déchets animaux; par le transport dans un conteneur contaminé. L'*E. coli* O157:H7 peut aussi être transmis par les oiseaux et les êtres humains. Cela est vrai pour les pathogènes comme le *Cryptosporidium* (transmis par les bovins), la *Salmonella* (transmise par les oiseaux) et le *C. botulinum* (présent dans les sols). D'autres agents pathogènes, comme le norovirus et l'hépatite A, sont transmis par les humains, à cause de mauvaises pratiques de manipulation des aliments et de lavage des mains.

Comment pouvez-vous protéger votre famille?

N'achetez que des jus qui ont été pasteurisés par le fabricant. La plupart des jus vendus en magasin sont pasteurisés.

Le meilleur moyen d'éliminer des agents pathogènes comme l'*E. coli* O157:H7 et d'autres bactéries est la pasteurisation. Selon Santé Canada et l'Agence canadienne d'inspection des aliments, les personnes plus à risque de tomber gravement malades devraient faire bouillir les jus de fruit non pasteurisés avant de les consommer. C'est la meilleure façon de vous protéger à la maison.

La chaleur gête-t-elle les jus?

La plupart des jus transformés à des fins commerciales sont chauffés à environ 85 °C pendant environ 16 secondes pour détruire la levure et la moisissure. Ces produits sont tout aussi nutritifs que s'ils n'avaient pas été chauffés. Ils ont bon goût et se conservent beaucoup plus longtemps que les jus de fruit non traités.

La réfrigération rend-elle le jus sécuritaire?

La réfrigération ne détruit pas à elle seule l'*E. coli* O157:H7 ou d'autres bactéries. La réfrigération ralentit la croissance des germes, des bactéries, de la levure et de la

moisissure présents dans les jus, mais elle ne peut pas rendre ou garder les jus non pasteurisés sécuritaires. Les contenants de jus ouverts et les jus sans acide comme le jus de carotte devraient toujours être réfrigérés. Lisez les instructions sur l'étiquette.

Et si on lave les fruits avant de faire du jus?

Laver les fruits avant de faire du jus réduira le nombre de germes et de bactéries nuisibles présents sur leur peau, mais ne les éliminera pas tous. L'utilisation d'un savon doux et/ou d'une solution d'eau de Javel peu concentrée (une cuillère à thé ou 5 mL pour un litre d'eau) vous aidera à laver les fruits. Comme il suffit de quelques-uns de ces organismes pour vous rendre malade (particulièrement si vous êtes à risque), on ne peut pas compter uniquement sur le lavage des fruits pour éliminer le risque de tomber malade.

Comment pasteuriser du jus de pomme pour le conserver à la maison

Si vous préparez des jus à la maison, les mesures suivantes vous aideront à les rendre sécuritaires :

1. Lisez les conseils de sécurité de Santé Canada à : www.hc-sc.gc.ca/fn-an/securit/facts-faits/unpast-fruit-juices-jus-fruits-cidre-nonpast-fra.php
2. Quand vous préparez votre propre jus de pommes fraîches – ou d'autres fruits frais – avec un extracteur à jus, suivez le *Code d'usages pour la production et la distribution de jus de pomme et de jus d'autres fruits non pasteurisés au Canada*. Cette ressource a été élaborée par l'Agence canadienne d'inspection des aliments (ACIA). On peut la consulter à : www.inspection.gc.ca/francais/fssa/protra/coddef.shtml. Il faudrait aussi suivre ce code si vous achetez des jus non pasteurisés auprès d'un endroit comme un étalage routier.
3. On peut ajouter de l'acide ascorbique pour prévenir le noircissement du jus. On peut se procurer de l'acide ascorbique et son mode d'emploi dans les établissements qui font du vin.
4. Retirez la pulpe, si vous le souhaitez, en ajoutant une enzyme pectique. Après avoir laissé reposer toute la nuit, siphonnez le jus clair dans un autre contenant pour le chauffer. On peut aussi se procurer des enzymes pectiques dans les établissements qui font du vin.
5. Pasteurisez le jus au bain-marie. Faites chauffer le jus jusqu'à environ 70 °C (158 °F), en remuant souvent. Laissez à 70 °C pendant au moins une minute. Comme cela, vous aurez l'assurance que toutes les bactéries *E. coli* O157:H, de même que d'autres organismes comme la moisissure, sont détruits.
6. Versez le jus dans des bouteilles propres, stérilisées et préchauffées. Scellez avec de nouveaux couvercles. Les bouteilles doivent être préchauffées pour éviter de se casser à cause du choc thermique.
7. Ce jus pourra être conservé assez longtemps s'il est

versé dans des bouteilles pendant qu'il est encore chaud. La chaleur détruira les levures et moisissures en suspension dans l'air. Si le jus est embouteillé après refroidissement, sa durée de conservation sera limitée, même s'il est réfrigéré.

NOTE: Les jus moins acides, comme le jus de carotte ou les jus à haute teneur en pulpe, devraient aussi être pasteurisés en les chauffant à une température d'au moins 70 °C pendant une minute. De plus, ces jus **DOIVENT** être pasteurisés pour prévenir la prolifération des spores de *C. botulinum* qui ne sont pas détruits par la pasteurisation et peuvent provoquer la formation de toxines du botulisme dans le jus. Les jus de fruits non pasteurisés ne devraient pas être consommés par les populations à risque.

Pour en savoir plus sur la salubrité des aliments, consulter les HealthLink BC Files [fiches santé de la C.-B.] suivantes :

[N° 03 Le lait pasteurisé et le lait cru](#)

[N° 22 Mise en conserve domestique – Comment éviter le botulisme](#)

[N° 59a Food Safety: Ten Easy Steps to Make Food Safe](#)

[N° 59b Food Safety for Fresh Fruits and Vegetables](#)

[N° 59c Food Safety: Instructions on Food Labels](#)

Référence (document en anglais) :

[USFDA Guidance for Industry: Juice HACCP Hazards and Controls Guidance First Edition; Final Guidance](#)



BC Centre for Disease Control
AN AGENCY OF THE PROVINCIAL HEALTH SERVICES AUTHORITY

Pour les autres sujets traités dans les fiches HealthLink BC File, visitez www.HealthLinkBC.ca/healthfiles/index.stm ou votre unité de santé publique locale.

Pour obtenir des renseignements sur la santé et des services de santé non urgents, cliquez sur www.HealthLinkBC.ca ou composez le **8-1-1** en C.-B.

Les personnes sourdes ou malentendantes peuvent obtenir de l'aide en composant le 7-1-1 en C.-B.

Des services de traduction dans plus de 130 langues sont disponibles sur demande.