



Les maladies d'origine alimentaire, communément appelées "intoxications alimentaires", surviennent lorsqu'une personne tombe malade après avoir consommé des aliments ou des boissons contaminés. La contamination peut être de nature physique, chimique ou biologique. La contamination biologique est causée par des "germes", tels que des bactéries nocives, des virus et même des parasites. Une éclosion de maladie d'origine alimentaire se produit lorsque deux personnes ou plus tombent malades après avoir consommé le même aliment ou la même boisson.

Les signes et symptômes d'une intoxication alimentaire

Les symptômes peuvent varier de légers à graves et durer de quelques heures à plusieurs jours. Voici quelques symptômes courants d'une intoxication alimentaire:

- La Diarrhée
- Vomissements
- Douleurs abdominales
- Nausées
- Fièvre

Facteurs de risque d'intoxication alimentaire

Tout le monde est exposé au risque de contracter une intoxication alimentaire. Toutefois, certaines personnes présentent un risque plus élevé de tomber malades:

- Les enfants de moins de 5 ans
- Les adultes de 65 ans et plus
- Les femmes enceintes
- Les personnes dont le système immunitaire est affaibli

Le Saviez-vous?

- *Listeria monocytogenes (Lm)* est une bactérie potentiellement mortelle pouvant provoquer une maladie appelée listériose. La *Lm* est couramment présente dans des aliments tels que le lait non pasteurisé, les produits laitiers et les charcuteries.
- La listériose est particulièrement dangereuse pour les femmes enceintes et peut entraîner de graves complications, notamment un accouchement prématuré, une mortinaissance ou une fausse couche.
- Chez les nouveau-nés, la listériose peut provoquer des infections sanguines et une méningite.

Mythes courants sur l'intoxication alimentaire

MYTHES	RÉALITÉS
Une intoxication alimentaire est toujours causée par le dernier repas consommé.	Après la consommation d'aliments contaminés par des bactéries ou d'autres agents pathogènes responsables de maladies, les symptômes peuvent apparaître dans un délai de 6 à 48 heures. Certaines bactéries peuvent même mettre jusqu'à deux semaines avant de provoquer des symptômes.
MYTHES Il est possible de savoir si un aliment est sûr en se fiant à son apparence ou à son odeur.	RÉALITÉS Un aliment peut sembler frais et paraître sûr tout en contenant des bactéries nocives ou d'autres agents pathogènes responsables de maladies.
MYTHES Les aliments préparés à la maison sont toujours plus sûrs que ceux préparés dans un restaurant.	RÉALITÉS Une intoxication alimentaire peut être causée par des aliments consommés n'importe où, et pas uniquement dans les restaurants. Nous pensons souvent appliquer à la maison des pratiques sécuritaires de manipulation des aliments, mais ce n'est pas toujours le cas. Une bonne pratique consiste à vous informer sur la sécurité alimentaire afin de bien connaître les méthodes sécuritaires de manipulation des aliments.

Que devez-vous faire si vous pensez souffrir d'une intoxication alimentaire?

- Consultez votre professionnel de santé.
- Parlez à votre médecin de la possibilité d'effectuer des analyses* afin de confirmer l'intoxication alimentaire.

*Le dépistage d'une intoxication alimentaire nécessite un échantillon de selles pour des analyses en laboratoire. Ces analyses permettent de déterminer quel agent pathogène est responsable de votre maladie.

Que fera le Département des services de santé de l'État du Texas (DSHS)?

- Le DSHS surveille et signale les cas de maladies d'origine alimentaire afin de déterminer s'il y a une éclosion.
- En vous faisant dépister pour une intoxication alimentaire, vous fournissez aux épidémiologistes de l'État les renseignements nécessaires pour mener une enquête de retraçage. Ces enquêtes permettent d'identifier la source de la contamination et peuvent aider à prévenir d'autres cas de maladie.

Que pouvez-vous faire pour aider?

Dès l'apparition des symptômes, essayez de vous souvenir de tout ce que vous avez mangé au cours de la semaine précédant votre maladie et notez-le.

- Incluez les restaurants, événements et fêtes auxquels
- Conservez les reçus d'épicerie que vous pourriez avoir gardés, car ils fournissent une liste des aliments que vous avez achetés et
- Signalez votre maladie d'origine alimentaire à votre service de santé local, surtout si vous savez que d'autres personnes sont également tombées malades; et
- Consultez votre professionnel de santé et faites-vous dépister!

Consultez les liens suivants pour obtenir plus d'information

- dshs.texas.gov/laboratoryservices/programs-laboratories/microbiology-unit/consumer-microbiology/what-causes-food-borne
- dshs.texas.gov/foodborneillness
- cdc.gov/food-safety/signssymptoms/index.html

Si vous pensez être confronté à une urgence médicale, composez immédiatement le 911!

