



Fiche d'information sur la COVID-19 relativement aux fruits et aux légumes frais

L'ACDFL a rédigé le document de foire aux questions (FAQ) ci-dessous à l'intention des membres pour leur permettre de répondre aux questions des consommateurs au sujet de la COVID-19 ainsi que des fruits et des légumes frais. Les questions ont été compilées à partir des sites des gouvernements canadien et américain ainsi que des sites de santé publique et de salubrité des aliments.

Pour obtenir les renseignements les plus à jour, l'Association recommande de consulter les sites aux liens suivants :

- [Canada.ca](https://www.canada.ca); il faut alors cliquer sur le lien Coronavirus (COVID-19).
- [Inspection.gc.ca](https://inspection.gc.ca); le site de l'Agence canadienne d'inspection des aliments (ACIA) fournit des renseignements sur les aliments et le coronavirus.
- canada.ca/fr/sante-publique; il s'agit du site de l'Agence de la santé publique du Canada (ASPC).
- Il est possible de changer la langue dans le coin supérieur droit de la page.
- Les consommateurs sont aussi invités à communiquer avec leur bureau de services de santé local ou provincial ou encore à visiter le site Web approprié pour obtenir des renseignements propres à leur secteur.

FAQ sur la COVID-19 relativement aux fruits et aux légumes frais

1. Qu'est-ce que la COVID-19?

La COVID-19 est une maladie respiratoire grave causée par le coronavirus du syndrome respiratoire aigu sévère 2 (SARS-CoV-2).

2. Que sont les symptômes de la COVID-19?

Les symptômes incluent notamment :

- de la toux;
- de la fièvre;
- des difficultés respiratoires;
- une pneumonie dans les deux poumons;
- une infection, dans les cas graves, pouvant mener à la mort.

3. Que dois-je faire si mon enfant, un membre de ma famille ou moi-même tombe malade?

Les personnes qui tombent malades doivent s'isoler et appeler leur fournisseur de soins de santé principal ou les services de santé locaux pour connaître les directives subséquentes à suivre.

4. La COVID-19 peut-elle être transmise par les aliments?

Pour le moment, aucune donnée probante n'indique que les aliments sont une source ou un moyen de transmission du virus. Les scientifiques et les autorités en salubrité des aliments du monde entier suivent la propagation de la COVID-19 de très près.

Toutefois, il est possible de contracter la COVID-19 en touchant une surface ou un objet que le virus a contaminé, puis en portant la main à la bouche, au nez ou aux yeux, mais il ne s'agit pas du principal moyen de transmission. Par conséquent, il est important de toujours suivre les règles d'hygiène de base, ce qui comprend de bien se laver les mains avant de manger et de cuisiner, de laver les aliments à fond avant de les manger et d'éternuer ou de tousser dans le coude.

5. Comment puis-je savoir que les fruits et les légumes frais sont sûrs?

Les producteurs de fruits et de légumes frais, comme tout autre producteur d'aliments, suivent les programmes de salubrité alimentaire reconnus à l'échelle mondiale en vue de mieux réduire les risques associés à leurs aliments. Par ailleurs, comme les fruits et les légumes frais poussent à l'extérieur ou dans des serres, ces programmes de salubrité alimentaire tiennent compte précisément des risques inhérents liés à ces types d'environnement.

6. Les fruits et les légumes frais sont souvent mangés crus. Une telle consommation augmente-t-elle le risque?

Même si les fruits et les légumes frais sont souvent mangés crus, le risque de contracter la COVID-19 par ces aliments est extrêmement faible. L'ACIA, L'ASPC, le US Centre for Disease Control (CDC) et la US Food and Drug Administration (FDA) mentionnent tous sur leur site Web que les aliments, dont les fruits et les légumes frais, ne sont pas une source de transmission probable. Comme il est indiqué à question 9, les fruits et les légumes doivent être lavés seulement à l'eau courante fraîche.

7. Suis-je sensé(e) laver les fruits et les légumes déjà coupés?

Cela dépend du produit. Les salades en sac indiquant un aliment prélavé ou lavé trois fois ou ayant un énoncé similaire n'ont pas à être lavées de nouveau. Les épinards, le chou frisé ou d'autres légumes-feuilles en sac qui représentent l'ingrédient unique de l'emballage et qui ne font pas partie d'une salade en sac doivent être lavés. Les articles coupés comme le céleri, les carottes ou les poivrons peuvent être lavés à l'eau courante fraîche avant leur consommation.

8. Devrais-je utiliser un détergent pour laver mes fruits et mes légumes?

Non. Le mieux pour les fruits et les légumes frais est de les laver à l'eau courante fraîche. Le savon risque autrement de pénétrer dans les aliments et de causer alors des problèmes gastro-intestinaux à la consommation des aliments.

9. Comment est-ce je choisis, manipule et nettoie mes fruits et mes légumes frais?

Peu importe la situation de COVID-19 actuelle, vous devriez suivre les directives ci-dessous à l'achat de fruits et de légumes frais. Une page Web du gouvernement du Canada, intitulée « Conseils sur la salubrité des fruits et des légumes frais », suggère des façons de choisir, de manipuler, d'entreposer et de consommer les fruits et les légumes frais. Cette page est accessible à l'adresse :

<https://www.canada.ca/fr/sante-canada/services/conseils-generaux-salubrite/conseils-salubrite-fruits-et-legumes-frais.html>

Cette page présente les recommandations suivantes :

Achat

- Examinez attentivement les fruits et les légumes attentivement et évitez de choisir ceux qui présentent des parties meurtries ou abîmées.

- Si vous achetez des fruits ou des légumes précoupés ou prêts à manger, assurez-vous qu'ils ont été adéquatement réfrigérés (à 4 °C ou moins). Ils doivent être placés dans un contenant réfrigéré plutôt que simplement déposés sur de la glace.
- Séparez les fruits et les légumes frais de la viande, de la volaille et des fruits de mer dans votre chariot et vos sacs.
- Lavez fréquemment vos sacs réutilisables avec de l'eau savonneuse.

Réfrigération

- Lorsque vous arrivez à la maison, réfrigérez rapidement les fruits et les légumes frais qui doivent l'être. Cela inclut tous les aliments précoupés et prêts à manger. Demandez à votre épicier si vous n'êtes pas certain des produits qui doivent être réfrigérés.
- Lorsque vous réfrigérez des fruits et des légumes, maintenez-les loin de la viande, de la volaille, des fruits de mer et de leur jus.
- Assurez-vous que la température du réfrigérateur est réglée à 4 °C (40 °F) ou moins. Vous garderez ainsi vos aliments hors de la zone dangereuse, qui se situe entre 4 °C (40 °F) et 60 °C (140 °F), où les bactéries peuvent proliférer rapidement.

Nettoyage

- Lavez-vous les mains avec du savon à l'eau tiède pendant au moins 20 secondes.
- Coupez et jetez toutes les parties meurtries ou abîmées des fruits et des légumes, car des bactéries néfastes peuvent s'y développer. Assurez-vous de nettoyer votre couteau à l'eau chaude savonneuse avant de le réutiliser.
- Lavez à fond les fruits et les légumes à l'eau courante fraîche, même si vous avez l'intention de les peler. Cela aide à prévenir la prolifération des bactéries qui pourraient être présentes. (Il s'agit ici d'un conseil de sécurité général qui ne s'applique peut-être pas toujours. Par exemple, vous n'avez pas à laver une banane avant de la peler.)
- Utilisez une brosse à fruits et à légumes propre pour frotter les aliments qui ont une surface ferme (oranges, melons, pommes de terre, carottes, etc.). Il n'est pas nécessaire d'utiliser un savon spécial pour laver des fruits et des légumes frais.
- Vous n'avez pas à laver de nouveau les légumes-feuilles prélavés, emballés et prêts à manger avant de les consommer. Par contre, les légumes-feuilles précoupés et prélavés qui se vendent dans des sacs ou des contenants ouverts devraient être lavés avant d'être mangés.
- Utilisez une planche à découper pour les fruits et les légumes frais et une autre planche pour la viande, la volaille, le poisson et les fruits de mer crus.
- Placez les fruits et les légumes pelés ou coupés dans une autre assiette ou un autre contenant propre pour éviter la contamination croisée.
- Utilisez des essuie-tout pour éponger les surfaces de la cuisine ou changez de torchon pour laver la vaisselle tous les jours afin de prévenir une contamination croisée et la prolifération des bactéries. Évitez d'employer des éponges, car il est plus difficile d'y empêcher la croissance des bactéries.
- Désinfectez le comptoir, les planches à découper et les ustensiles avant et après la préparation des aliments. Utilisez un désinfectant pour la cuisine (en suivant le mode d'emploi indiqué sur le contenant) ou une solution d'eau de Javel (5 ml d'eau de Javel pour 750 ml d'eau) et rincez avec de l'eau.

10. La consommation des fruits et des légumes importés est-elle sûre?

Oui. Le risque de transmission du virus n'est pas plus élevé avec les aliments importés qu'avec les aliments nationaux.

11. J'ai peur qu'on manque de fruits et de légumes frais au Canada. Est-ce que ça risque d'arriver?

Que la population canadienne se rassure : l'approvisionnement en aliments au pays demeurera sûr, fiable et stable. Les renseignements suivants sont fournis sur le site Web d'Agriculture et Agroalimentaire Canada (AAC) :

- Notre système alimentaire au Canada est sécuritaire et stable.
- Nous produisons de la nourriture saine en abondance et nos producteurs agricoles et nos transformateurs sont parmi les plus productifs au monde.
- Les Canadiens peuvent avoir confiance en notre système d'approvisionnement en aliments et en sa capacité de répondre à la demande. Notre système de distribution continuera de fonctionner et de répondre aux besoins des Canadiens.
- Le premier ministre a confirmé que le commerce international et les chaînes d'approvisionnement continueront à fonctionner.
- Les épiceries continueront de recevoir des livraisons d'aliments en abondance sur une base régulière.

Si vous souhaitez avoir de l'aide quant à la réponse à fournir à une question reçue au sujet des fruits et des légumes frais, n'hésitez pas à transmettre la question à :

Jeff Hall

Spécialiste en salubrité des aliments

jhall@cpma.ca

647 409-3570

(Veuillez ne pas donner ces coordonnées aux consommateurs.)