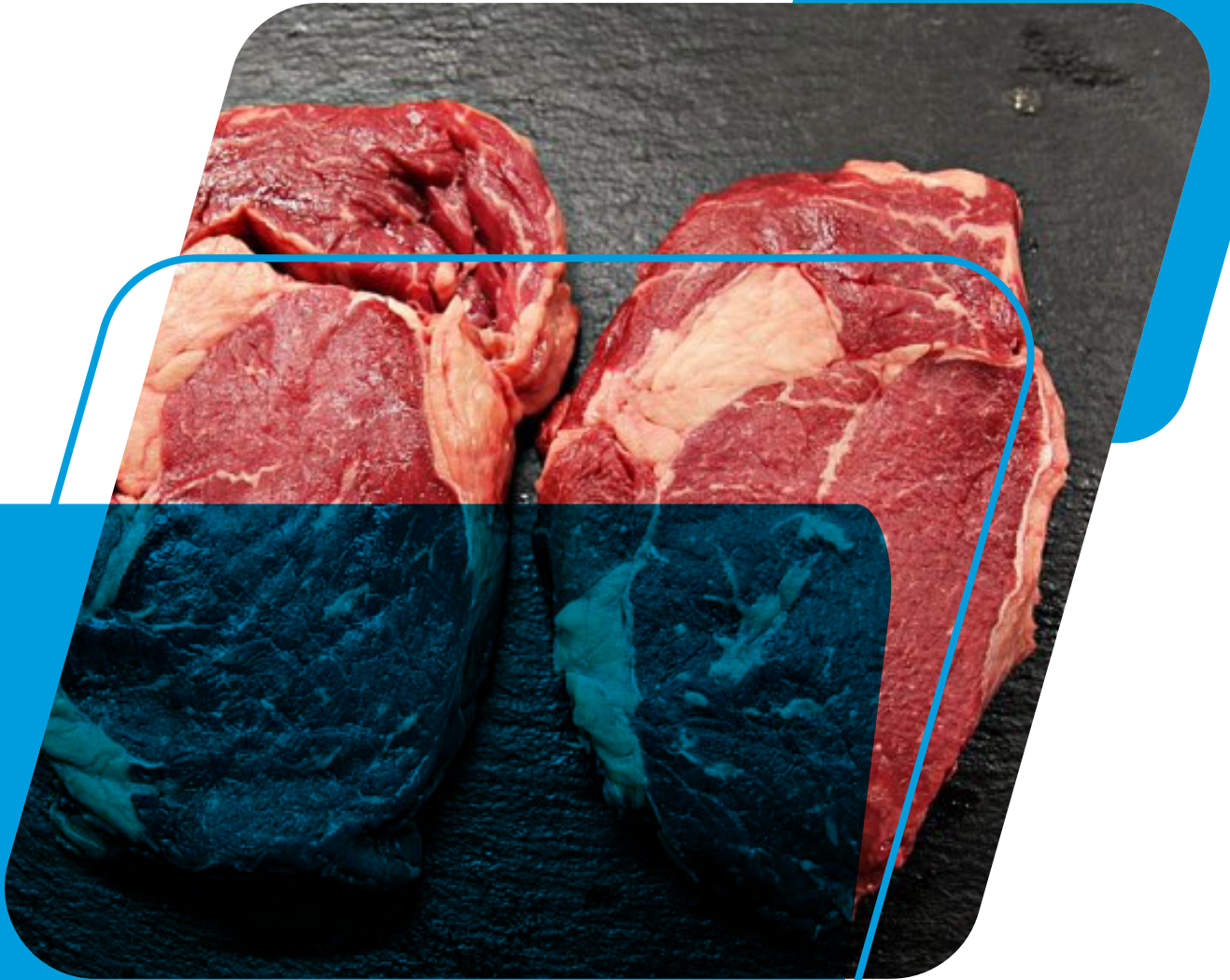


CESPA

Clubs d'Éducation à la Santé
pour une Prévention Active



Capsule-Santé

Viande Contaminée

www.clubs-sante.org



La nouvelle étude tend à montrer combien les infections urinaires d'origine alimentaire sont répandues.

Les scientifiques pointent une cause étonnante de certaines infections urinaires : la bactérie E. coli présente dans la viande.

Une nouvelle étude a utilisé la modélisation statistique afin d'évaluer si la bactérie E. coli, source connue de nombreuses maladies d'origine alimentaire, pouvait être à l'origine de centaines de milliers d'infections urinaires aux États-Unis chaque année – ce qui représenterait une petite fraction des cas d'infections urinaires, mais suffisamment importante pour intriguer et, dans certains cas, inquiéter les experts.

La nouvelle étude s'est penchée sur le poulet, la dinde et le porc en particulier,

car des études antérieures suggéraient que ces aliments pouvaient être contaminés par des souches d'E. coli susceptibles de provoquer une infection urinaire.

Depuis une vingtaine d'années, les scientifiques se demandent si les aliments sont une source potentielle d'infections ; la nouvelle étude tend à montrer combien les infections urinaires d'origine alimentaire sont répandues.

Une infection urinaire se produit lorsque des bactéries pénètrent dans l'urètre et infectent les voies urinaires. Parfois, une infection se développe en raison d'une mauvaise hygiène (par exemple quand on ne s'essuie pas correctement) ou d'un rapport sexuel, et certaines personnes

sont plus prédisposées que d'autres à développer une infection en raison de leur anatomie ou de leur patrimoine génétique.

Les infections urinaires peuvent être pernicieuses et douloureuses. Les personnes qui en sont atteintes peuvent ressentir des symptômes comme une gêne au moment d'uriner ou un besoin fréquent d'uriner ; elles peuvent ressentir des crampes, de la fatigue ou une sensation de piquûre pendant les rapports sexuels.

Selon la D^{re} Monica Woll Rosen, gynécologue-obstétricienne de la faculté de médecine de l'Université du Michigan, certaines personnes peuvent souffrir d'une « hésitation urinaire », c'est à

dire d'une envie d'uriner qui ne produit pas d'urine. Les infections urinaires touchent tant les hommes que les femmes, mais elles sont plus fréquentes chez ces dernières, car leur urètre est plus court.

Les symptômes d'une infection urinaire sont probablement les mêmes, quelle que soit la source de l'infection, explique la Dre Monica Woll Rosen. Bien que la grande majorité des infections urinaires soient bénignes et traitables, dans de rares cas, les infections urinaires peuvent être graves, voire mortelles, ce qui explique pourquoi les chercheurs sont si déterminés à en découvrir les causes.



Parfois, une infection se développe en raison d'une mauvaise hygiène ou d'un rapport sexuel, et certaines personnes sont plus prédisposées que d'autres à développer une infection...

OÙ SE CACHE E. COLI ?

Comment les aliments peuvent-ils provoquer une infection urinaire ?

Une infection urinaire d'origine alimentaire commence de la même manière que la plupart des infections urinaires : lorsqu'E. coli présent dans l'intestin migre de l'anus vers l'urètre, explique le Dr Lance Price, professeur de santé environnementale et professionnelle à l'Université George Washington et l'un des auteurs de la nouvelle étude.

La plupart d'entre nous transportent des bactéries E. coli dans leurs intestins, explique le Dr James Johnson, professeur de maladies infectieuses et chercheur principal sur les infections des voies urinaires à l'Université du Minnesota, et l'un des auteurs de l'étude.

E. coli peut contaminer les aliments, mais les humains et les animaux peuvent également être porteurs de la bactérie et se la transmettre. La plupart du temps, cette bactérie ne nous dérange pas;

seules des souches spécifiques d'E. coli ont la faculté de coloniser les voies urinaires et de provoquer des infections urinaires.

« Tant qu'elles restent à leur place dans l'intestin, tout le monde est content, explique le Dr Johnson. Ce n'est que lorsqu'elles se trompent et qu'elles vont là où elles ne devraient pas être que des problèmes peuvent survenir. »

D'autres aliments, notamment des végétaux, sont susceptibles d'héberger une souche d'E. coli responsable d'infections urinaires, mais ces souches semblent plus souvent présentes dans les viandes que dans d'autres aliments, a indiqué le Dr Price.



Précaution

Il n'existe aucun moyen de déterminer la source d'une infection urinaire sur la base des symptômes, bien que la probabilité d'être infecté par une source non alimentaire d'E. coli est bien plus grande que celle de l'être par une source d'origine alimentaire, a déclaré le Dr Johnson. D'autres bactéries peuvent également être à l'origine d'infections urinaires.

Comment réduire le risque d'infection urinaire d'origine alimentaire ?

Les résultats de cette étude ne signifient pas que vous devriez immédiatement changer vos habitudes alimentaires, explique la D^{re} Michelle Van Kuiken, urologue à l'Université de Californie à San Francisco. « Il n'y a pas de corrélation univoque » entre la consommation de viande et les infections urinaires, dit-elle, ajoutant qu'elle voit de nombreux patients souffrant d'infections urinaires récurrentes qui sont végétariens ou végétaliens.

Mais des recherches plus approfondies pourraient éclairer la façon dont le régime alimentaire peut influencer sur le risque d'infection.

Les récentes découvertes devraient rappeler aux gens de redoubler de précautions lorsqu'ils cuisinent de la viande, souligne le Dr Lance Price.

Cela signifie qu'il faut être attentif non seulement à la manipulation de la viande crue elle-même, mais aussi à celle de l'emballage, en particulier des jus potentiellement chargés de bactéries dans un récipient contenant du poulet cru, par exemple.

Les Centres pour le contrôle et la prévention des maladies recommandent de prendre des mesures de base pour préparer les aliments en toute sécurité et prévenir l'exposition potentielle à E. coli, notamment de se laver les mains avant, pendant et après la cuisson, d'utiliser des planches à découper séparées



D'autres aliments, notamment des végétaux, sont susceptibles d'héberger une souche d'E. coli

pour les viandes crues et d'autres aliments tels que les fruits et légumes, de veiller à ce que les viandes soient cuites à la température appropriée et de réfrigérer les aliments de manière adéquate.

Bien qu'il puisse sembler contre-intuitif d'associer hygiène dans la cuisine et prévention des infections urinaires, le Dr Johnson explique que les nouvelles recherches sur les souches d'E. coli d'origine alimentaire montrent que ces mesures peuvent potentiellement prévenir les infections, tout comme le fait d'uriner après un rapport sexuel, de s'hydrater et de s'essuyer correctement.

« La plupart des gens ne comprennent pas vraiment comment les infections urinaires se produisent », a-t-il déclaré. « Elles arrivent, c'est tout. »

Cet article a été publié à l'origine dans le New York Times.