



Chaque année en France, plus de 200 000 personnes sont victimes d'une intoxication alimentaire.

Avec comme conséquences, entre 10 000 et 17 000 hospitalisations et entre 230 et 650 décès (étude de l'INVS de 2004). Au total, 23 agents infectieux nous empoisonnent ainsi l'existence (13 bactéries, 2 virus et 8 parasites). Au menu : les salmonelloses, infections les plus courantes et les plus mortelles (entre 30 000 et 40 000 cas par an, hospitalisation 1 fois sur 4), suivie de la

listériose (78 décès par an), particulièrement dangereuse pour les femmes enceintes, les nouveau-nés, les personnes âgées et les patients immunodéprimés.

Le froid ne tue pas les germes, un produit contaminé ne s'améliore pas sous prétexte qu'il est réfrigéré. La multiplication des germes est simplement ralentie ou stoppée par le froid.

La chaîne du froid

Pour la respecter, achetez les surgelés en dernier et rangez-les dans le congélateur dès votre arrivée au domicile.

Rangement des aliments

Il s'effectue selon les zones :

- tempérée pour les œufs, le beurre, les fruits et les légumes frais : 6 à 10 °C (le haut et l'intérieur de la porte)
- fraîche pour les produits laitiers, fromages frais,... : 4 à 6 °C (au centre et dans les tiroirs)
- froide pour les viandes, volailles, poissons, salades composées... : inférieur à 4 °C (en bas)

Pensez à couvrir les restes de nourriture (film protecteur, boîtes hermétiques) ; ne serrez pas les produits les uns contre les autres (l'air doit circuler) et ne les placez jamais contre la paroi du fond. Ne stockez pas d'aliments encore chauds, laissez-les refroidir auparavant.

Enfin, respectez la durée de conservation des aliments, elle varie de 2 à 3 jours (viande, poisson, aliments cuisinés, charcuterie) à un mois (œufs).



Emballage

Enlever les emballages inutiles, qui contribuent à maintenir l'humidité dans le réfrigérateur ; par exemple les cartons autour des yaourts ou des lots.

Nettoyage

Une fois par mois pour le réfrigérateur (un détergent ménager puis rinçage avec de l'eau additionnée de vinaigre). Pour contrer l'odeur de certains aliments, placez un demi-citron ou un morceau de charbon de bois sur une étagère. Pensez à le dégivrer (si ce n'est pas automatique) réfrigérateur et congélateur dès que le givre atteint quelques millimètres d'épaisseur. Au-delà, cela crée une isolation pouvant engendrer 30 % de surconsommation. Ne négligez pas l'extérieur de l'appareil : dépoussiérez tous les ans la grille au dos de l'appareil et laissez un espace d'au moins 5 cm entre cette grille et le mur pour que la chaleur s'évacue facilement. Nettoyez régulièrement le bac de récupération de l'eau de dégivrage.

Thermostat

On ne le règle pas une fois pour toute et il ne règle pas tout. Interviennent dans son réglage des facteurs comme l'usage (la fréquence d'ouverture de la porte), le climat (la température du logement), le degré de remplissage du réfrigérateur et le fait qu'il soit ou non encastré ; pensez à vérifier régulièrement sa position en fonction de ces critères.

