

Protégez votre enfant *des* infections à STEC



Les infections à *Escherichia coli* producteurs de toxine Shiga (STEC) sont rares mais peuvent provoquer des maladies graves chez les jeunes enfants.

Elles se manifestent par de la diarrhée (souvent avec du sang), des crampes abdominales et des vomissements. Vous pouvez faire beaucoup pour prévenir l'infection chez les enfants! Suivez ces étapes simples pour réduire le risque.

1 Lavez-vous toujours les mains à l'eau chaude et au savon après avoir utilisé les toilettes ou changé des couches. Assurez-vous que même les jeunes enfants se lavent les mains fréquemment et correctement!

2 Faites bien cuire tous les aliments, en particulier ceux à base de viande hachée (boulettes, hamburgers). Assurez-vous que le centre du produit ne reste pas rosé et soit bien cuit. Évitez les cuissons saignantes

6 Lorsque vous cuisinez, séparez les viandes crues et les légumes crus des autres aliments prêts à consommer

7 Lavez immédiatement les planches à découper, les couteaux, les ustensiles et les surfaces de travail après avoir manipulé des aliments crus

3 Si vous achetez du lait cru (non pasteurisé), n'oubliez pas de suivre les instructions d'utilisation et de le faire bouillir avant de le consommer



8 Si quelqu'un dans la famille a mal au ventre... il est préférable d'éviter qu'il cuisine. Après chaque selle, utilisez des gants et de l'eau de javel domestique pour désinfecter les sanitaires et autres surfaces



9 Les sorties en plein air et le contact avec les animaux sont toujours des occasions de bien-être et de croissance. Cependant, souvenez-vous de bien vous laver les mains et de changer de chaussures après avoir été en contact avec les animaux et leur environnement. Assurez-vous que même les enfants fassent de même

4 Si vous achetez des fromages et des produits laitiers, préférez pour votre enfant ceux à base de lait pasteurisé, thermisé ou à longue maturation



5 Suivez les instructions sur l'étiquette pour la préparation et la consommation des aliments. Lavez les fruits et légumes. Ne laissez pas les enfants consommer de la pâte crue pour biscuits et gâteaux avant la cuisson

10 Les piscines et petites piscines à la maison et à la mer améliorent le bien-être des enfants si l'eau est sûre, propre et toujours fraîche



Pour plus d'informations, contactez votre pédiatre

