
Après une catastrophe naturelle ou une situation d'urgence, conservez la nourriture et l'eau en toute sécurité



Si vous vous trouvez dans une situation d'urgence ou de catastrophe naturelle, il est important que vous preniez des mesures pour éviter les maladies causées par les aliments ou l'eau contaminée.

Après une catastrophe naturelle :

Aliments : Jetez tous les aliments qui ont pu entrer en contact avec des eaux d'inondation ou de tempête ; les aliments périssables qui n'ont pas été réfrigérés correctement en raison de coupures d'électricité ; et les aliments dont l'odeur, la couleur ou la texture sont inhabituelles. Les aliments dangereux peuvent vous rendre malade même si leur apparence, leur odeur et leur goût semblent normaux. En cas de doute, jetez-les.

Eau : N'utilisez pas d'eau potentiellement contaminée pour faire la vaisselle, vous brosser les dents, laver et préparer la nourriture, vous laver les mains, faire des glaçons ou préparer des biberons. L'eau potable pour les boissons, la cuisine et l'hygiène corporelle comprend l'eau en bouteille, l'eau bouillie et l'eau traitée. Le département de la santé de votre État, communauté ou tribu peut fournir des recommandations spécifiques pour faire bouillir ou traiter l'eau dans votre région.

Nourriture

Identifiez et jetez les aliments qui ne vous semblent pas propres à la consommation

Suivez les instructions suivantes concernant les aliments et les récipients susceptibles d'avoir été en contact avec des eaux d'inondation ou de tempête.

Jetez les aliments suivants :

- Aliments dont l'odeur, la couleur ou la texture sont inhabituelles. En cas de doute, jetez-les.
- Denrées périssables (y compris les viandes, les volailles, les poissons, les œufs et les restes) contenues dans votre réfrigérateur, lorsqu'une panne d'électricité dure 4 heures ou plus.
- Aliments sans emballage ni boîte de conserve.
- Aliments en conserve ou récipients alimentaires bombés, ouverts ou abîmés. Jetez tous les aliments si du liquide ou de la mousse déborde du récipient lorsque vous l'ouvrez ou si les aliments qu'il contient sont décolorés, moisis ou sentent mauvais.
- Aliments préemballés : Jetez tous les récipients avec bouchon à vis, couvercle-pression, capsule sertie, capsule à vis, bouchon à dessus rabattable, couvercle emboîté ainsi que les conserves faites maison car ils ne peuvent pas être désinfectés. Jetez les aliments contenus dans des boîtes en carton, y compris les cartons de jus de fruits, de lait et de lait maternisé.



Comment réutiliser des boîtes de conserve industrielles et pasteuriser des sachets (comme les emballages flexibles longue conservation des jus de fruits et les emballages des fruits de mer) :

- Enlevez les étiquettes si cela est possible.
- Brossez ou enlevez la saleté ou la vase à l'aide d'un chiffon.
- Lavez les boîtes et les sachets à l'eau et au savon, en utilisant de l'eau chaude si vous en disposez.
- Rincez les boîtes et les sachets à l'eau potable, si vous en disposez.
- Vous pouvez désinfecter les boîtes et les sachets de deux façons possibles. 1.) Placez-les dans une solution composée d'une tasse (250 ml ou 8 oz) d'eau de Javel domestique sans parfum et de 19 l (5 gallons) d'eau pendant 15 minutes.
- OU 2.) Submergez-les dans une casserole, portez à ébullition et laissez bouillir pendant 2 minutes.

- Réétiquetez les boîtes ou les sachets à l'aide d'un marqueur. N'oubliez pas d'y noter la date de péremption.
- Mangez les aliments des boîtes ou sachets reconditionnés le plus rapidement possible.

Les aliments décongelés qui contiennent des cristaux de glace peuvent être recongelés ou cuits. Les congélateurs totalement remplis et restés fermés pendant une coupure d'électricité conservent les aliments en toute sécurité pendant 48 heures (24 heures s'ils ne sont qu'à moitié pleins).

Conservez les aliments en lieu sûr

- Pendant les coupures d'électricité, évitez, dans la mesure du possible, d'ouvrir les portes du réfrigérateur et du congélateur.

Nourrir des nourrissons et de jeunes enfants lorsque l'eau du robinet n'est pas potable

- Les enfants allaités au sein doivent continuer d'être allaités. Pour les nourrissons nourris au lait maternisé, utilisez, si possible, des biberons de lait maternisé prêts à l'emploi. Si vous ne disposez pas de biberons de lait maternisé prêts à l'emploi et que l'eau du robinet n'est pas potable, il est préférable d'utiliser de l'eau en bouteille pour préparer des biberons avec du lait maternisé en poudre ou concentré. Si vous n'avez pas d'eau en bouteille à disposition, interrogez les autorités locales au sujet de la qualité de l'eau du robinet pour savoir si son ébullition peut la rendre potable. Utilisez de l'eau traitée (voir les instructions de traitement de l'eau ci-dessous) pour la préparation des biberons de lait maternisé si vous n'avez pas accès à de l'eau en bouteille ou bouillie.
- L'ébullition n'élimine pas les produits chimiques contenus dans l'eau et ne rend pas cette dernière potable.
- Si vous préparez un biberon de lait maternisé avec de l'eau bouillie, laissez-le refroidir suffisamment avant de le donner à un nourrisson. Mettez quelques gouttes de lait maternisé sur le dos de votre main pour vérifier qu'il ne soit pas trop chaud.
- Lavez les biberons avant chaque utilisation avec de l'eau en bouteille, de l'eau bouillie ou de l'eau traitée. Jetez les tétines de biberon ou les tétines qui ont été en contact avec l'eau des inondations ; elles ne peuvent pas être désinfectées.
- Lavez-vous les mains avant de préparer les biberons et avant de donner le biberon à un nourrisson. Vous pouvez utiliser du gel désinfectant à l'alcool pour les mains si vous avez peu d'eau ou si votre eau est insalubre.

Nettoyez et désinfectez les surfaces en contact avec des aliments si celles-ci ont été inondées.

Jetez les planches à découper en bois, les tétines de biberons et les sucettes qui sont entrées en contact avec les eaux d'inondation, car elles ne peuvent pas être correctement désinfectées. Nettoyez et désinfectez les surfaces en contact avec des aliments en suivant une procédure en quatre étapes :

- Nettoyez au savon et à l'eau propre et chaude.
- Rincez à l'eau claire.
- Désinfectez en immergeant pendant 1 minute dans une solution composée d'une tasse (250 ml ou 8 oz) d'eau de Javel (5,25 %, sans parfum) et de 19 l (5 gallons) d'eau claire.
- Laissez sécher à l'air.

Remarque : N'utilisez pas votre cheminée pour cuisiner tant qu'elle n'a pas été inspectée pour y déceler les éventuels dégâts et fissures. Des étincelles peuvent s'échapper dans votre grenier par une fissure non détectée et entraîner un incendie.

Ressources associées

- Ask Karen: Chat Online With a USDA Food Safety Expert (Demandez à Karen : discutez en ligne avec un expert en matière de sécurité alimentaire du Département de l'Agriculture des États-Unis (USDA)) (<https://http://www.foodsafety.gov/experts/askkaren/ask-karen-chat.html>)
Base de données en ligne de questions courantes sur la sécurité alimentaire ; discussion en direct du lundi au vendredi de 10 h 00 à 18 h 00 heure de l'Est
- USDA Meat and Poultry Hotline (Ligne d'assistance téléphonique permanente du Département de l'Agriculture des États-Unis (USDA) sur la viande et la volaille : 1-888-MPHotline (1-888-674-6854)
Des experts répondent à vos questions sur la sécurité des aliments, du lundi au vendredi de 10 h 00 à 18 h 00 heure de l'Est
- Keeping Food Safe During an Emergency (Conserver la nourriture propre à la consommation dans les situations d'urgence)
(http://www.fsis.usda.gov/wps/portal/fsis/topics/food-safety-education/get-answers/food-safety-fact-sheets/emergency-preparedness/keeping-food-safe-during-an-emergency/CT_Index) [USDA]
Fiche d'information générale sur la sécurité des aliments et de l'eau, y compris des conseils pour savoir dans quelles circonstances jeter les denrées périssables
- Food Safety, CDC (Sécurité alimentaire, CDC)
Informations sur la sécurité alimentaire et la prévention des intoxications alimentaires

- Personal Hygiene and Handwashing After a Disaster or Emergency (Hygiène personnelle et lavage des mains après une catastrophe naturelle ou une situation d'urgence)
Conseils pour vous aider à vous protéger des maladies
- Food and Water Safety and Hand Hygiene Resources (Ressources sur la sécurité des aliments et de l'eau et l'hygiène des mains)
Affiches, autocollants, imprimés et communiqués d'intérêt général avec des conseils et des informations

Eau

Eau potable salubre

- Après une urgence, en particulier après une inondation, l'eau potable peut ne pas être disponible ou potable.
- N'utilisez pas d'eau potentiellement insalubre pour faire la vaisselle, vous brosser les dents, laver et préparer la nourriture, faire des glaçons ou préparer des biberons.
- L'alcool déshydrate le corps, ce qui augmente le besoin de boire de l'eau.
- Les inondations et autres catastrophes naturelles peuvent endommager les puits d'eau potable et entraîner la contamination de la nappe phréatique et des puits. Les eaux des inondations peuvent contaminer les eaux des puits avec les excréments du bétail, des excréments humains, des produits chimiques et d'autres contaminants, ce qui peut donner lieu à des maladies si ces eaux sont utilisées pour la consommation humaine; le nettoyage et autres activités d'hygiène.
- Si votre eau provient d'un puits privé qui a été inondé, lisez les conseils suivants pour potabiliser l'eau et utiliser des sources d'eau d'urgence jusqu'à ce que vous soyez certain(e) que votre eau est exempte de contaminants et qu'elle est potable.



Potabiliser l'eau

On peut souvent potabiliser l'eau en la faisant bouillir, en lui ajoutant des désinfectants ou en la filtrant.

IMPORTANT : L'eau contaminée par de l'essence ou des produits chimiques toxiques ne deviendra pas potable après ébullition ou désinfection. Utilisez une autre source d'eau si vous savez ou si vous supposez que l'eau peut être contaminée par de l'essence ou des produits chimiques toxiques.

Faire bouillir de l'eau :

Si vous ne disposez pas d'eau en bouteille, vous devez **faire bouillir l'eau** pour la rendre potable.

L'ébullition est la méthode la plus sûre pour rendre l'eau salubre et potable, car elle tue les organismes à l'origine des maladies, y compris les virus, les bactéries et les parasites.

Vous pouvez améliorer le goût de l'eau bouillie en la versant d'un récipient propre et désinfecté dans un autre et en la laissant ensuite reposer pendant quelques heures, OU en ajoutant une pincée de sel pour chaque quart ou litre d'eau bouillie.

Si l'eau est trouble :

- Filtrez-la à travers un tissu, une serviette en papier ou un filtre à café propre OU laissez les sédiments qu'elle contient se déposer.
- Réservez l'eau propre.
- Faites bouillir l'eau claire pendant une minute (en altitude, au-delà de 1 900 mètres, soit 6 500 pieds, faites bouillir pendant trois minutes).
- Laissez refroidir l'eau bouillie.
- Stockez l'eau bouillie dans des récipients propres et désinfectés (http://www.cdc.gov/healthywater/emergency/safe_water/personal.html#containers) avec des couvercles hermétiques.

Si l'eau est limpide :

- Faites bouillir l'eau claire pendant une minute (en altitude, au-delà de 1 900 mètres, soit 6 500 pieds, faites bouillir pendant 3 minutes).
- Laissez refroidir l'eau bouillie.
- Stockez l'eau bouillie dans des récipients propres et désinfectés avec des couvercles hermétiques.

Désinfectants

Si vous ne disposez pas d'eau en bouteille propre et saine, et s'il vous est impossible de faire bouillir de l'eau, vous pouvez souvent assainir l'eau à l'aide d'un désinfectant, tel qu'une eau de Javel sans parfum, de l'iode ou des comprimés de dioxyde de chlore. Ceux-ci permettent de tuer la plupart des organismes nocifs, tels que les virus et les bactéries. Cependant, seuls les comprimés de dioxyde de chlore sont efficaces pour lutter contre les organismes plus résistants, tels que le parasite *Cryptosporidium* (<http://www.cdc.gov/crypto/>). Si l'eau est contaminée par un produit chimique, l'ajout d'un désinfectant ne la rendra pas propre à la consommation humaine.

Pour désinfecter l'eau à l'aide d'eau de Javel :

Il existe plusieurs concentrations d'eau de Javel. Assurez-vous de connaître la concentration d'eau de Javel que vous utilisez avant de l'utiliser pour désinfecter l'eau destinée à la consommation humaine. Cette information devrait figurer sur l'étiquette.

- Nettoyez et désinfectez correctement les récipients d'eau (<https://www.cdc.gov/healthywater/emergency/drinking/cleaning-preparing-storage-containers.html>) avant chaque utilisation. Utilisez des récipients approuvés pour le stockage de l'eau. N'utilisez pas de récipients utilisés précédemment pour stocker des produits chimiques ou d'autres substances dangereuses.
- Si votre eau est trouble, filtrez-la à travers un tissu, une serviette en papier ou un filtre à café propre OU laissez les sédiments qu'elle contient se déposer, puis réservez l'eau claire.

En cas d'utilisation d'eau de Javel domestique liquide à 6 % sans parfum :

- Ajoutez un peu moins de 1/8 de cuillère à café (8 gouttes, soit environ 0,5 ml) pour chaque gallon (3,8 l) d'eau claire (ou 2 gouttes d'eau de Javel pour chaque litre ou quart d'eau claire).
 - Si vous n'avez pas d'eau propre ou si vous ne pouvez pas filtrer l'eau, ajoutez un peu moins d'un 1/4 de cuillère à café (16 gouttes, soit environ 1 millilitre) d'eau de Javel pour chaque gallon (3,8 l) d'eau trouble (ou 4 gouttes d'eau de Javel pour chaque litre ou chaque quart d'eau trouble). Secouez bien le mélange.
- Laissez-le reposer pendant au moins 30 minutes avant de l'utiliser.
- Stockez l'eau désinfectée dans des récipients propres et stérilisés (<https://www.cdc.gov/healthywater/emergency/drinking/cleaning-preparing-storage-containers.html>) avec des couvercles hermétiques.

En cas d'utilisation d'eau de Javel domestique liquide à 8,25 % sans parfum :

- Ajoutez un peu moins de 1/8 de cuillère à café (6 gouttes, soit environ 0,5 ml) d'eau de Javel liquide sans parfum (8,25 %) pour chaque gallon d'eau claire (environ 2 gouttes d'eau de Javel pour chaque litre ou quart d'eau claire).
 - Si vous n'avez pas d'eau propre ou si vous ne pouvez pas filtrer l'eau, ajoutez un peu moins d'un 1/4 de cuillère à café (12 gouttes, soit environ 1 millilitre) d'eau de Javel pour chaque gallon (3,8 l) d'eau trouble (ou 3 gouttes d'eau de Javel pour chaque litre ou chaque quart d'eau trouble).

- Secouez bien le mélange.
- Laissez-le reposer pendant au moins 30 minutes avant de l'utiliser.
- Stockez l'eau désinfectée dans des récipients propres et désinfectés (<https://www.cdc.gov/healthywater/emergency/drinking/cleaning-preparing-storage-containers.html>) avec des couvercles hermétiques.

Pour désinfecter l'eau à l'aide d'iode :

- Suivez les instructions du fabricant
- Stockez l'eau désinfectée dans des récipients propres et désinfectés (<https://www.cdc.gov/healthywater/emergency/drinking/cleaning-preparing-storage-containers.html>) avec des couvercles hermétiques.

Pour désinfecter l'eau à l'aide de comprimés de dioxyde de chlore :

- Suivez les instructions du fabricant.
- Stockez l'eau désinfectée dans des récipients propres et stérilisés (<https://www.cdc.gov/healthywater/emergency/drinking/cleaning-preparing-storage-containers.html>) avec des couvercles hermétiques.

Filtres

De nombreux filtres à eau portables peuvent éliminer certains parasites causant des maladies tels que le Cryptosporidium (<http://www.cdc.gov/crypto/>) et le Giardia (<http://www.cdc.gov/healthywater/drinking/private/wells/disease/giardia.html>) de l'eau destinée à la consommation humaine.

- Si vous choisissez un filtre à eau portable, essayez d'en sélectionner un dont les pores soient de taille suffisamment petite pour éliminer toutes les bactéries et les parasites. La plupart des filtres à eau portables n'éliminent ni les bactéries ni les virus.
- Lisez attentivement et suivez les instructions du fabricant du filtre à eau. Après filtrage, ajoutez un désinfectant tel que l'iode, le chlore ou le dioxyde de chlore dans l'eau filtrée afin d'éliminer les virus et bactéries qui subsistent. Pour plus d'informations sur les filtres à eau, reportez-vous à la page Choisir des filtres à eau domestiques et d'autres systèmes de traitement de l'eau (<http://www.cdc.gov/healthywater/drinking/home-water-treatment/water-filters.html>).

Ressources de traitement de l'eau

Pour en savoir plus sur les filtres à eau et les traitements qui peuvent éliminer les organismes tels que les virus, bactéries et parasites (p. ex., *Cryptosporidium* (<http://www.cdc.gov/crypto/>)), consultez les ressources suivantes :

- Potabiliser l'eau en cas de situation d'urgence
(<http://www.cdc.gov/healthywater/emergency/drinking/making-water-safe.html>)
- Guide des filtres à eau http://www.cdc.gov/parasites/crypto/gen_info/filters.html
- Un guide pour le traitement et l'assainissement de l'eau de consommation pour une utilisation dans l'arrière-pays et en déplacement
(http://www.cdc.gov/healthywater/drinking/travel/backcountry_water_treatment.html)
Informations sur l'efficacité de plusieurs méthodes de traitement de l'eau
- Guide des eaux en bouteille vendues dans le commerce et des autres boissons
(https://www.cdc.gov/parasites/crypto/gen_info/bottled.html)
- Désinfection d'urgence de l'eau de consommation
(<http://www.epa.gov/safewater/faq/emerg.html>)

Trouver des sources d'eau d'urgence

Des sources alternatives d'eau claire peuvent se trouver à l'intérieur et à l'extérieur du foyer. NE BUVEZ PAS d'eau si elle a une odeur ou une couleur inhabituelle, ou si vous savez ou supposez qu'elle peut avoir été contaminée par de l'essence ou des produits chimiques toxiques ; utilisez une autre source d'eau.

Voici quelques sources d'eau envisageables :

- L'eau du chauffe-eau de votre maison (qui fait partie de votre système d'eau potable, pas du système de chauffage de votre maison)
- Des glaçons fondus faits avec de l'eau qui n'a pas été contaminée
- L'eau du réservoir de vos toilettes (pas de la cuvette), si elle est claire et qu'elle n'a pas été chimiquement traitée avec des nettoyeurs pour toilettes tels que ceux qui changent la couleur de l'eau
- Le liquide des fruits et légumes en conserve
- L'eau des piscines et des spas qui n'a pas été contaminée par les eaux de l'inondation ou de la tempête peut être utilisée pour l'hygiène personnelle, le nettoyage et les utilisations annexes, mais pas pour la consommation humaine.

Écoutez les rapports des autorités locales pour obtenir des conseils sur les précautions à prendre au regard de l'eau chez vous.

À l'extérieur du foyer :

L'eau des source situées à l'extérieur du foyer doit être traitée comme décrit dans le document Potabiliser l'eau en cas de situation d'urgence

(<https://www.cdc.gov/healthywater/emergency/drinking/making-water-safe.html>). Celles-ci comprennent :

- L'eau de pluie
- Les ruisseaux, les rivières et autres masses d'eau en mouvement
- Les étangs et lacs
- Les sources d'eau naturelles

Sources d'eau insalubres

N'utilisez jamais l'eau des sources suivantes :

- Radiateurs
- Chaudières (qui font partie du système de chauffage de votre maison)
- Matelas à eau (les fongicides ajoutés à l'eau et/ou les produits chimiques du vinyle peuvent rendre l'eau impropre à l'usage)

Puits d'eau potable privés

Les inondations et autres catastrophes naturelles peuvent endommager ou contaminer les puits. Les puits creusés, les puits forés, et les autres puits dont la profondeur est inférieure à 50 pieds (15 mètres) ont plus de chances d'être contaminés, même si les dommages ne sont pas apparents.

- Après une catastrophe naturelle, il est plus sûr de boire de l'eau en bouteille tant que vous n'êtes pas certain(e) que votre eau est exempte de contaminants et qu'elle est potable.
- Si de grandes inondations se sont produites ou si vous soupçonnez que le puits a été contaminé, NE BUVEZ PAS son eau. Utilisez une source d'eau potable telle que l'eau en bouteille ou traitée (<https://www.cdc.gov/healthywater/emergency/drinking/creating-storing-emergency-water-supply.html>).
- Contactez le département de la santé de votre communauté locale, de votre État ou de votre tribu pour obtenir des instructions spécifiques concernant les puits et le dépistage.

IMPORTANT : Les rejets et les déversements d'essence et d'autres produits chimiques sont courants pendant les inondations.

- L'eau contaminée par de l'essence ou des produits chimiques toxiques ne deviendra pas potable après ébullition ou désinfection. Tant que vous n'avez pas la certitude que l'eau est potable, utilisez de l'eau en bouteille ou une autre source d'eau potable.
- Si vous soupçonnez que votre eau a été contaminée par de l'essence ou des produits chimiques, contactez le département de la santé local pour obtenir des conseils spécifiques.

Pour plus d'informations : Désinfection des puits après une catastrophe naturelle
(<http://www.bt.cdc.gov/disasters/wellsdisinfect.html>)

Ressources associées

- Water-related Emergencies and Outbreaks (Urgences et épidémies liées à l'eau)
(<http://www.cdc.gov/healthywater/emergency/index.html>)
Site des CDC dédiés aux besoins en eau avant, pendant et après les catastrophes naturelles ou situations d'urgence
- Drinking Water Wells (Puits d'eau de boisson)
(http://www.cdc.gov/healthywater/emergency/safe_water/wells/) Assurez-vous que l'eau de votre puits est apte à la consommation
- Personal Hygiene and Handwashing After a Disaster or Emergency (Hygiène personnelle et lavage des mains après une catastrophe naturelle ou une situation d'urgence)
(<https://www.cdc.gov/disasters/floods/sanitation.html>)
Conseils pour vous aider à vous protéger des maladies
- Food & Water Safety and Hand Hygiene Resources Ressources relatives à la sécurité des aliments et de l'eau et à l'hygiène des mains (<https://www.cdc.gov/disasters/handhygiene.html>)
Affiches, imprimés, autocollants et communiqués d'intérêt général avec des conseils et des informations faciles à utiliser
- Cleaning and Sanitizing With Bleach After an Emergency (Nettoyer et désinfecter à l'eau de Javel après une urgence) (<https://www.cdc.gov/disasters/bleach.html>)
Informations sur la façon de nettoyer les surfaces pour éviter la propagation de germes
- Guidelines for the Management of Acute Diarrhea After a Disaster (Directives pour la gestion de la diarrhée aiguë après une catastrophe naturelle)
(<https://www.cdc.gov/disasters/disease/diarrheaguidelines.html>)
Une incidence plus élevée de diarrhée aiguë peut avoir lieu dans les situations post-catastrophe où

l'accès à l'électricité, à l'eau potable et aux installations sanitaires est limité

Page last reviewed: September 11,2017

Page last updated: September 12,2017

Content source: National Center for Environmental Health (NCEH) (<http://www.cdc.gov/nceh/>)/Agency for Toxic Substances and Disease Registry (ATSDR) (<http://www.atsdr.cdc.gov/>), National Center for Injury Prevention and Control (NCIPC) (<http://www.cdc.gov/injury/>)