# **Coronavirus**

## **Les questions à se poser avant d'aller faire ses courses**

Publié le : 21/03/2020

**S'approvisionner en nourriture est l'une des seules occasions encore permises de sortir de chez soi et donc aussi une des principales occasions de transmettre ou attraper le coronavirus.**

**Quelques règles simples et quelques réponses aux questions que l’on se pose permettent cependant de limiter les risques.**

### Concernant le port de gants pour faire ses courses ?

Les études publiées montrent que le virus peut persister sur les emballages en plastique pendant 2 à 3 jours, et sur ceux en carton pendant 24 heures. De fait, *« les gants sont une fausse bonne mesure car on finit par mettre ses mains gantées sur son téléphone et oublier les règles de base. De plus, on risque de se contaminer au moment de retirer les gants »*

*« Mieux vaut se laver les mains en partant de chez soi et en rentrant des courses »*.

Autre précaution utile : emporter ses sacs voire son chariot de courses pour éviter d'avoir à empoigner les caddies ou paniers mis à disposition par le magasin. Les mains des clients qui les utilisent sont en contact prolongé avec leurs poignées et si une personne infectée vous a précédé, la quantité de virus présent peut être importante.

Respecter la distance d'un mètre minimum avec les autres clients et salariés du magasin est bien sûr la règle numéro un. Une solution consiste aussi à *« se faire livrer ou passer par un drive pour éviter de croiser trop de gens ».*

### Faut-il éviter les fruits et légumes en libre-service ?

Tâter, renifler les aliments... un passage obligé pour bon nombre d'acheteurs de fruits et légumes en vrac, et donc une voie possible de transmission du coronavirus ? Pour l'instant, aucun cas de transmission par l'alimentation n'a été identifié.

Mieux vaut tout de même appliquer strictement les règles habituelles par rapport aux fruits et légumes crus, notamment les laver puis les éplucher (ou retirer les couches extérieures pour les endives, choux…).

### Faut-il éviter la nourriture importée de pays fortement touchés ?

Non, car le risque de contamination est moindre sur ces produits, du fait du temps nécessaire à leur acheminent dans les rayons de nos supermarchés. *« en l'état de nos connaissances, il apparaît peu probable que les biens importés, notamment alimentaires* *soient les sources d'une infection avec ce nouveau type de coronavirus »*.a viande d'un animal infecté peut-elle être contaminée ?

Actuellement, l’Agence nationale de sécurité sanitaire de l'alimentation (Anses), *« exclue la contamination* [...] *via la consommation de viande »*.

### Quelles précautions prendre ensuite en cuisine ?

Si le risque de contamination par voie alimentaire est considéré comme faible, il est possible, pour ceux qui ne seraient pas rassurés, *de réduire le risque d’infection en réchauffant les aliments, car le virus est sensible à la chaleur*. Une cuisson à 63 °C pendant quatre minutes permet ainsi de diviser par 10 000 le risque de contamination, rapporte l'Anses.

Le froid, à l'inverse, semble inefficace.

Enfin, pour éviter la contamination entre membres d'un même foyer, s'il est bien sûr impératif de se laver les mains avant de cuisiner, stériliser sa vaisselle et ses couverts s'avère inutile, un lavage suffit.

Le Président de l’UFC Que Choisir de Nîmes

Marc ORIBELLI