



Les punaises de lit

Guide d'intervention en service de garde



Une réalisation de

la Direction de santé publique de l'Agence de la santé et des services sociaux de Montréal
1301, rue Sherbrooke Est
Montréal (Québec) H2L 1M3
Téléphone : 514 528-2400
www.dsp.santemontreal.qc.ca

et de la Direction de santé publique de l'Agence de la santé et des services sociaux de la
Mauricie et du Centre-du-Québec
550, rue Bonaventure
Trois-Rivières (Québec) G9A 2B5
Téléphone : 819-693-3636
www.dsp04.qc.ca

© Direction de santé publique
Agence de la santé et des services sociaux de Montréal (2012)
Tous droits réservés

ISBN 978-2-89673-229-6 (version PDF)
Dépôt légal - Bibliothèque et Archives nationales du Québec, 2012
Dépôt légal - Bibliothèque et Archives Canada, 2012

Table des matières

INTRODUCTION	1
CE QU'IL FAUT FAIRE – EN RÉSUMÉ.....	1
LA PRÉVENTION	1
L'INTERVENTION.....	2
QUE FAUT-IL SAVOIR?	2
LES PUNAISES DE LIT	2
LES RISQUES À LA SANTÉ.....	3
LES SITUATIONS POSSIBLES.....	3
LA COMMUNICATION.....	4
QUE FAUT-IL FAIRE LORS D'UNE INFESTATION AU DOMICILE?.....	4
COMMENT FAUT-IL SE PROTÉGER?	5
LA PRÉVENTION DE LA PROPAGATION EN SERVICE DE GARDE	5
LA RÉDUCTION DE LA PROPAGATION AU DOMICILE	7
QUE FAUT-IL FAIRE LORS D'UNE INFESTATION AU SERVICE DE GARDE?.....	7
QUI CONTACTER EN CAS D'INFESTATION?	8
LES MOYENS DE CONTRÔLE	8
LES MOYENS DE CONTRÔLE PHYSIQUE	8
LES MOYENS DE CONTRÔLE CHIMIQUES	9
RÉFÉRENCES	10
ANNEXE 1 : ARBRE DÉCISIONNEL POUR LA GESTION DE CAS DE PUNAISES DE LIT EN SERVICE DE GARDE	11
ANNEXE 2 : MODÈLE D'UNE LETTRE DESTINÉE AUX PARENTS	12
ANNEXE 3 : FICHE D'INFORMATION SUR LES PUNAISES DE LIT.....	13
ANNEXE 4 : INFORMATIONS COMPLÉMENTAIRES SUR LES PUNAISES DE LIT.....	15

Introduction

Les punaises de lit, après avoir presque disparu pendant quelques décennies, sont maintenant présentes un peu partout au Québec.

Ce document présente des conseils destinés aux gestionnaires et au personnel des services de garde¹ afin de les guider dans leurs interventions lorsque des indices de la présence de punaises de lit sont identifiés dans le milieu ou lorsque l'on suspecte qu'un enfant a été piqué par cet insecte. Les services de garde, contrairement aux écoles, présentent certaines conditions favorables à la prolifération des punaises de lit dont la présence d'enfants qui font la sieste. Les punaises de lit ayant été transportés dans le milieu peuvent survivre en piquant les dormeurs et infester les pièces où les enfants se reposent.



© 2006, Piotr Naskrecki. Public Health Image Library

Ce guide vise à faire connaître les punaises de lit, leur impact sur la santé, les façons de les détecter et les meilleures pratiques pour gérer les cas d'infestations suspectées ou confirmées tant dans les locaux du service de garde qu'au domicile des travailleurs ou des enfants. De plus, des outils sont proposés, tels qu'un organigramme et un modèle de lettre pour les parents, afin d'accompagner le service de garde dans ses démarches lorsqu'il doit faire face à un problème de punaises de lit.

Les efforts de prévention et d'intervention rapide permettront de favoriser la diminution des cas d'infestation de punaises de lit au Québec et, par le fait même, limiter les impacts sur la santé et sur la qualité de vie des gens.

Ce qu'il faut faire – En résumé

La prévention

1. Une personne devrait être désignée responsable du dossier des punaises de lit dans le service de garde.

¹ L'appellation « service de garde » inclut à la fois les centres de la petite enfance (CPE) en installation, les CPE en milieu privé et les garderies privées subventionnées ou non.

2. L'ensemble du personnel du service de garde devrait apprendre à reconnaître les punaises de lit et les indices de leur présence afin de mieux les détecter.
3. Idéalement, éviter de mélanger les effets personnels des enfants, même en l'absence de punaises de lit. Si l'aménagement du service de garde le permet, tous les effets personnels des enfants ou des travailleurs devraient être rangés dans des casiers individuels ou des contenants hermétiques (ex : contenant de plastique).

L'intervention

Si la présence de punaises de lit est suspectée² ou confirmée³:

1. L'information doit être communiquée le plus rapidement possible à la personne du service de garde responsable du dossier des punaises de lit. Une rencontre doit être organisée par cette personne avec les parents de l'enfant ou le travailleur, en privé, pour discuter de la situation (voir l'arbre décisionnel à l'annexe 1).
2. Des mesures de prévention doivent être mises en place rapidement et discrètement de façon à ne pas stigmatiser les personnes aux prises avec ce problème.
3. **En aucun cas, un enfant ne doit être retiré du service de garde.**
4. L'utilisation de moyens de contrôle physiques ou chimiques pourra être requise pour exterminer les punaises et empêcher la dispersion des punaises de lit dans le service de garde ou tout autre milieu.

La clé du succès, agir rapidement et efficacement, de façon concertée.

Que faut-il savoir?

Les punaises de lit

Les punaises de lit sont des insectes brunâtres de forme ovale et aplatie, dépourvues d'ailes, mesurant de 4 à 7 mm et visibles à l'œil nu. Elles ressemblent à un pépin de pomme aplati. Elles se nourrissent du sang des humains lorsqu'ils dorment et sont actives surtout la nuit. Par contre, en l'absence de nourriture la nuit, elles pourraient piquer le jour. Contrairement aux poux, elles ne vivent pas sur les personnes.

² Cas suspectés : lorsqu'il y a présence d'indices dermatologiques (ex: piqûres) ou lorsque des indices environnementaux (ex: insectes, taches noires) sont observés sur les vêtements ou les effets personnels d'un individu (sans confirmation des indices ou de la source de l'infestation).

³ Cas confirmés : lorsqu'on a la confirmation d'une infestation par le parent, le travailleur ou l'exterminateur.

Les risques à la santé

Les punaises de lit ne transmettent pas de maladies aux humains. Par contre, leurs piqûres peuvent entraîner différentes manifestations. Elles causent généralement des lésions semblables à des piqûres de maringouin. Les piqûres causent des réactions différentes d'une personne à l'autre, allant d'une absence de réaction à de fortes démangeaisons, qui peuvent conduire à une surinfection des lésions suite au grattage répété. Si les personnes sont piquées à répétition par les punaises de lit, elles peuvent souffrir de troubles du sommeil ou d'anxiété. De plus, la présence de ces insectes au domicile peut inciter les personnes à s'isoler socialement parce qu'elles ont honte ou peur de propager le problème. Il faut aussi se rappeler que les insecticides inadéquatement utilisés peuvent être néfastes pour la santé et l'environnement.



© Imprimeur de la Reine pour l'Ontario, 2010. Reproduit avec la permission de l'imprimeur.

Les situations possibles⁴

Plusieurs situations peuvent se présenter, tant dans les locaux d'un CPE que dans un service de garde en milieu familial :

- Déclaration volontaire d'un parent ou d'un travailleur de la présence de punaises de lit à son domicile.
- Transport involontaire des punaises de lit du domicile vers le service de garde, par le biais des vêtements ou des articles personnels d'un enfant ou d'un travailleur, dans lesquels les punaises se sont dissimulées (ex. : sac à couches, sacs de vêtements de rechange, sacs à main, doudous, etc.)
- Service de garde infesté par des punaises de lit.

L'observation d'une punaise de lit dans le service de garde ne signifie pas que le service de garde est infesté. Une infestation se produit lorsque les punaises de lit se reproduisent et que l'on retrouve des indices (ex. : œufs, nymphes, insectes adultes) dans l'environnement. En cas de doute, consulter un exterminateur (gestionnaire de parasites) pourrait être nécessaire pour confirmer l'espèce retrouvée dans l'environnement.

- Présence d'indices sur la peau d'une personne (enfant ou travailleur). Des lésions fréquentes et semblables à des piqûres de moustiques peuvent indiquer la présence de

⁴ Voir identification et indices à l'annexe 4

punaises de lit au domicile. Une consultation médicale pourrait être requise pour confirmer que les problèmes de peau sont reliés aux piqûres des punaises de lit.

La communication

Lors de cas suspectés ou confirmés, il est important de communiquer l'information le plus rapidement possible au responsable du dossier des punaises de lit. Il faudra prévoir une rencontre avec les parents de l'enfant ou le travailleur, en privé, pour évaluer la situation et discuter des indices environnementaux ou dermatologiques.

L'enfant ne doit pas être retiré du service de garde!

En service de garde, le responsable et les travailleurs devraient faire preuve de discrétion afin d'éviter que l'enfant ne se fasse ostraciser, pointer du doigt ou ridiculiser. Dans une telle situation, il faut se rappeler que tout le monde peut être, à un moment donné, aux prises avec un problème de punaises de lit. Il n'y a pas lieu d'avoir honte ni de blâmer quiconque. Il faut plutôt agir vite et de manière concertée, pour trouver des solutions au problème. Les punaises de lit ne font pas de discrimination et peuvent élire domicile dans les lieux propres comme dans les lieux où l'entretien a été négligé, chez les riches comme chez les moins nantis.

Que faut-il faire lors d'une infestation au domicile?

Dans un cas confirmé d'infestation au domicile, le responsable désigné par le service de garde pourrait :

- Rencontrer les personnes affectées afin de leur expliquer la problématique des punaises de lit, tout en insistant sur le fait que le travailleur, l'enfant ou la famille ne sont pas responsables de ce problème.
- Évaluer la nécessité d'aviser les autres parents des enfants et les travailleurs du service de garde qui pourraient avoir été en contact avec les effets de la personne affectée. Un modèle de lettre est disponible à l'annexe 2.
- Faire une évaluation de la capacité de prise en charge des parents ou du travailleur à mettre en œuvre les mesures nécessaires pour se débarrasser des punaises de lit à la maison. S'ils sont incapables ou dans l'impossibilité d'appliquer ces mesures, le CSSS peut être contacté (ex: pour un soutien psychosocial) selon les besoins.

Lors de la rencontre entre la personne responsable du dossier des punaises de lit et les personnes aux prises avec une infestation de punaises de lit, les informations suivantes pourraient être échangées :

- Un résumé du problème au service de garde
- Un résumé de la situation au domicile
- Des renseignements sur les punaises de lit :
 - La fiche « Les punaises de lit » en annexe 3 pourrait être alors remise.

- Les recommandations appropriées aux locataires ou aux propriétaires, selon le cas :
 - Locataires: aviser le propriétaire de la situation le plus rapidement possible.
 - Propriétaires⁵: demander à un exterminateur qualifié de procéder à l'élimination complète des punaises de lit.
- L'importance de mettre rapidement en place les mesures de réduction de la propagation à domicile (voir page 8) et celles qui pourraient être appliquées au service de garde.
- Les démarches de suivi à effectuer : les personnes affectées devront tenir la direction du service de garde informée de l'évolution de la situation à la maison et au service de garde, afin de savoir quand réduire ou cesser les mesures préventives et de contrôle mises en place.

Comment faut-il se protéger?

L'extermination complète peut prendre plusieurs semaines. En attendant, les mesures pour prévenir la propagation au service de garde et au domicile devront être mises en place rapidement et seront généralement suffisantes comme mesures de prévention. La famille ou le travailleur et la personne du service de garde responsable du dossier des punaises de lit s'entendront sur une façon de faire pour réduire le risque que les punaises de lit ne se propagent du domicile au service de garde. Ces mesures pourraient cesser complètement un mois après la dernière visite de l'exterminateur si aucun indice de la présence de punaises de lit n'est retrouvé dans l'environnement et si aucune nouvelle lésion n'est apparue sur l'individu concerné.

La prévention de la propagation en service de garde

Voici des mesures pour réduire les risques de propagation au service de garde qui seront à appliquer tant que la situation n'est pas sous contrôle à domicile.

- Idéalement, limiter au minimum les effets personnels (ex. : sac à couches, vêtements, couverture, toutou, doudou) que la personne affectée apporte dans le service de garde. Laisser au service de garde les articles exempts de punaises de lit pour éviter la propagation de punaises d'un lieu à un autre.

⁵ Guide pratique de la Direction de santé publique de l'Agence de la santé de Montréal à l'intention des propriétaires, exploitants et gestionnaires d'immeubles : <http://www.santemontreal.qc.ca/vivre-en-sante/environnement-sain/punaises-de-lit/>

- S'il y a des effets personnels (ex; souliers, vêtements ou manteaux) à risque de contenir des punaises de lit, les déposer en arrivant au service de garde dans un grand sac de plastique de couleur pâle⁶ et bien le refermer ou déposer ces effets dans des contenants individuels fermés hermétiquement. Ceci évitera que les punaises de lit ne sortent du sac ou du contenant et se dispersent dans le milieu. Si une sècheuse est disponible sur place, les effets qui peuvent aller à la sècheuse devraient y être mis au cycle le plus chaud au moins 30 minutes afin de tuer les punaises et les œufs qui pourraient s'y trouver.



© 2012, Direction de santé publique de l'Agence de la santé et des services sociaux de Montréal

- Selon l'évaluation faite de la capacité des parents ou du travailleur à se débarrasser des punaises de lit au domicile, il peut être nécessaire, à l'arrivée au service de garde, d'inspecter discrètement les vêtements portés par la personne affectée ainsi que ses effets personnels. L'inspection devrait se faire dans un local réservé à cet effet. Si l'on observe des indices confirmant la présence de punaises, la personne devra changer de vêtements et ceux-ci devraient être déposés dans un sac hermétique ou mis à la sècheuse. Si une sècheuse n'est pas disponible au service de garde, des vêtements de rechange exempts de punaises de lit doivent être laissés au service de garde.
- Demander aux parents de l'enfant ou à tout autre individu qui habite le même logement que la personne aux prises avec l'infestation, d'éviter d'apporter leurs propres effets personnels quand ils entrent dans le service de garde.
- Pour l'entretien ménager, on peut recommander une vérification périodique et accrue des locaux fréquentés afin de détecter la présence de punaises de lit et s'assurer la mise en application des consignes d'entretien recommandées (ex.: nettoyage minutieux des lieux, utilisation d'un aspirateur). Ce nettoyage peut être fait avant ou après les heures de garde, afin de garder l'anonymat de la personne.
- Quand la personne affectée quitte le service de garde, on lui remettra ses effets personnels dans un sac hermétiquement fermé. Si les vêtements n'ont pas été mis à la sècheuse au service de garde, aviser la personne affectée ou ses parents de le faire à la maison.



© 2012, Direction de santé publique de l'Agence de la santé et des services sociaux de Montréal



© 2012, Direction de santé publique de l'Agence de la santé et des services sociaux de Montréal

⁶ Les punaises de lit peuvent être détectées plus facilement si le sac ou le contenant est de couleur pâle.

La réduction de la propagation au domicile

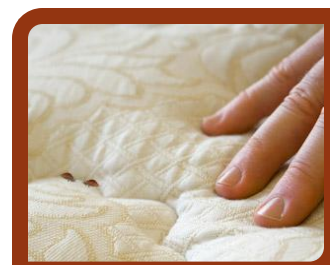
En présence de punaises de lit, le propriétaire devra consulter un exterminateur qualifié afin d'intervenir rapidement.

Voici des mesures pour réduire la propagation au domicile de la personne concernée.

- Passer l'aspirateur fréquemment peut réduire le nombre de punaises de lit. Fermer hermétiquement le sac de l'aspirateur et jeter le sac aux ordures à l'extérieur de la maison. S'il s'agit d'un aspirateur sans sac, son contenu doit être vidé dans un sac qui doit être fermé hermétiquement et placé à l'extérieur de l'habitation immédiatement après l'utilisation. Le contenant de l'aspirateur doit ensuite être nettoyé, selon les directives du fabricant, après chaque utilisation.
- Jusqu'à la fin de l'infestation, mettre tous les vêtements et la literie dans la sècheuse à haute température (minimum de 30 minutes). Prendre note que le froid tue également les punaises, mais à des conditions très strictes, ex. : à -17 °C pendant 24 heures. Le congélateur d'un réfrigérateur n'atteint généralement pas cette température.
- Mettre tous les vêtements et effets personnels exempts de punaises de lit dans un grand sac de plastique bien fermé, qui sera déposé à l'extérieur de toute pièce où les enfants font la sieste. Chaque jour, ne sortir du sac que les vêtements requis et les effets personnels, et cela juste avant le départ pour le service de garde. Lors du retour à la maison, tous les articles (ex. : manteau, sac à couches, etc.) susceptibles d'être apportés au service de garde le lendemain⁷ devraient être de nouveau placés dans un sac hermétiquement fermé.

Que faut-il faire lors d'une infestation au service de garde?

Si vous soupçonnez une infestation de punaises de lit dans votre service de garde, il faut d'abord tenter de détecter leur présence. Les indices de la présence de punaises de lit peuvent être des démangeaisons, des piqûres sur la peau (lorsqu'il n'y a pas d'infestations au domicile ou dans un autre lieu fréquenté par la personne concernée) et la présence de taches noires sur les matelas ou de sang sur les draps (voir la liste complète de ces indices à l'annexe 4). Faites appel à un exterminateur pour vous assurer que vous avez bien identifié le problème. Pour savoir si les lésions sont causées par des punaises de lit, consulter un médecin.



© Imprimeur de la Reine pour l'Ontario, 2010. Reproduit avec la permission de l'imprimeur.

⁷ Lors du retour à la maison, toute personne habitant dans le domicile infesté par les punaises de lit, devrait déposer dans un sac hermétiquement fermé tout les articles susceptibles d'être apportés au service de garde, à l'école ou au travail. Il serait préférable de ne pas utiliser un sac avec plusieurs pochettes car ils offrent aux punaises de lit plus d'endroits où se cacher.

L'observation d'une punaise de lit ne signifie pas que le service de garde est infesté. Une infestation se produit lorsque les punaises de lit se reproduisent dans un endroit. Par contre, si l'on soupçonne une infestation, il faut agir rapidement. N'essayez pas de régler le problème vous-même.

Qui contacter en cas d'infestation?

Si vous êtes propriétaire des locaux qui abritent le CPE ou du logement où des services de garde en milieu familial sont offerts, vous devez faire appel à un exterminateur qualifié possédant permis et certificat du ministère du Développement durable, de l'Environnement, de la Faune et des Parcs (MDDEFP). Le MDDEFP impose des règles très strictes lors de l'utilisation d'insecticides, telles que l'exigence de procéder à l'extermination en dehors des heures de service de garde.

Si vous êtes locataire, vous devez signaler la présence des insectes au propriétaire, qui fera venir lui-même l'exterminateur.

Les moyens de contrôle

L'extermination dans les installations des services de garde est rarement nécessaire puisque l'hébergement y est temporaire. Par contre, le service de garde en milieu familial pourrait présenter un niveau de risque supplémentaire, puisque l'hébergement y est permanent. Dans cette dernière situation, l'extermination peut être recommandée (voir annexe 3).

Les moyens de contrôle physique

La préparation des locaux du service de garde touchés par une infestation est essentielle à la réussite de l'extermination.

Voici quelques actions à faire:

- Désencombrer les pièces pour limiter les endroits où pourraient aller se cacher les punaises de lit.
- Passer l'aspirateur et jeter le sac aux ordures à l'extérieur.
- Mettre les vêtements, la literie, les peluches, etc. dans la sècheuse au cycle le plus chaud durant au moins 30 minutes afin de tuer les punaises de lit qui pourraient s'y trouver et leurs œufs. Mettre ensuite ces items exempts de punaises dans des sacs de plastique fermés hermétiquement et ce, jusqu'à la disparition de l'infestation.
- Inspecter les autres objets (jouets, livres, etc.). Les nettoyer et les mettre dans des sacs de plastique fermés hermétiquement jusqu'à la fin de l'infestation.

Les punaises de lit sont sensibles à la chaleur

Les punaises de lit supportent difficilement les températures extrêmes. La température mortelle pour l'insecte se situe à 50 °C. Une exposition à la vapeur chaude ou à une température supérieure à 60 °C tue les punaises et leurs œufs.

Les moyens de contrôle chimiques

S'il s'avère nécessaire de faire venir un exterminateur au service de garde, il faut s'assurer qu'il détienne les permis et certificats appropriés afin de faire une inspection du service de garde, confirmer la présence de punaises de lit et faire l'extermination si nécessaire.

L'extermination en service de garde

Le Code de gestion des pesticides impose des règles très strictes quant à l'utilisation de pesticides (insecticides) dans les services de garde. Ainsi, le dioxyde de silicium (terre diatomée) est le seul ingrédient actif autorisé par le MDDEFP pour lutter contre les punaises de lit dans les services de garde⁸. L'application de dioxyde de silicium doit être suivie d'une période de 8 heures sans reprise des services. En dernier recours, l'utilisation de la cyfluthrine est également permise, mais seulement si l'application de cyfluthrine est précédée de l'application, au moins 7 jours avant, de dioxyde de silicium. Le recours à la cyfluthrine exige la production d'un avis, au moins 24 heures à l'avance, informant l'administration du service de garde des motifs justifiant son application et indiquant le numéro d'homologation du pesticide (insecticide) ainsi que la date et l'heure projetées de son application. Finalement, l'application de la cyfluthrine doit avoir lieu en dehors des heures de services de garde ou éducatifs, et un délai de 12 heures doit être respecté avant la reprise des services.

Les enfants de 0 à 5 ans sont plus à risque d'être exposés aux insecticides puisqu'ils ont tendance à se traîner par terre et à porter les objets à la bouche. Il est donc essentiel de choisir un exterminateur qui respecte rigoureusement les règles du Code de gestion des pesticides afin de diminuer l'exposition des enfants.

La communication avec tous les parents est essentielle. Assurez-vous qu'ils sont informés des mesures à prendre pour éviter qu'ils ne ramènent des punaises de lit à leur domicile par le biais des effets personnels de leurs enfants et qu'ils sont aussi au courant des mesures entreprises par le service de garde pour corriger la situation.

⁸ L'acide borique est également autorisé par le MDDEFP dans les services de garde, mais son efficacité pour lutter contre les punaises de lit n'a jamais été démontrée.

Références

Pour plus d'information sur les punaises de lit

- Site de la Ville de Montréal : www.lespunaisesdelit.info
- Site de l'Agence de la santé et des services sociaux de Montréal : www.santemontreal.qc.ca/fr/vivre-en-sante/environnement-sain/punaises-de-lit
- Site de l'Agence de la santé et des services sociaux de la Mauricie et du Centre-du-Québec : www.agencesss04.qc.ca/sante-publique/direction-de-sante-publique/directeur.html#954

Pour des questions sur la santé :

- Info-Santé : 8-1-1

Pour des renseignements sur les effets toxiques des pesticides ou insecticides :

- Centre antipoison du Québec : 1 800 463-5060

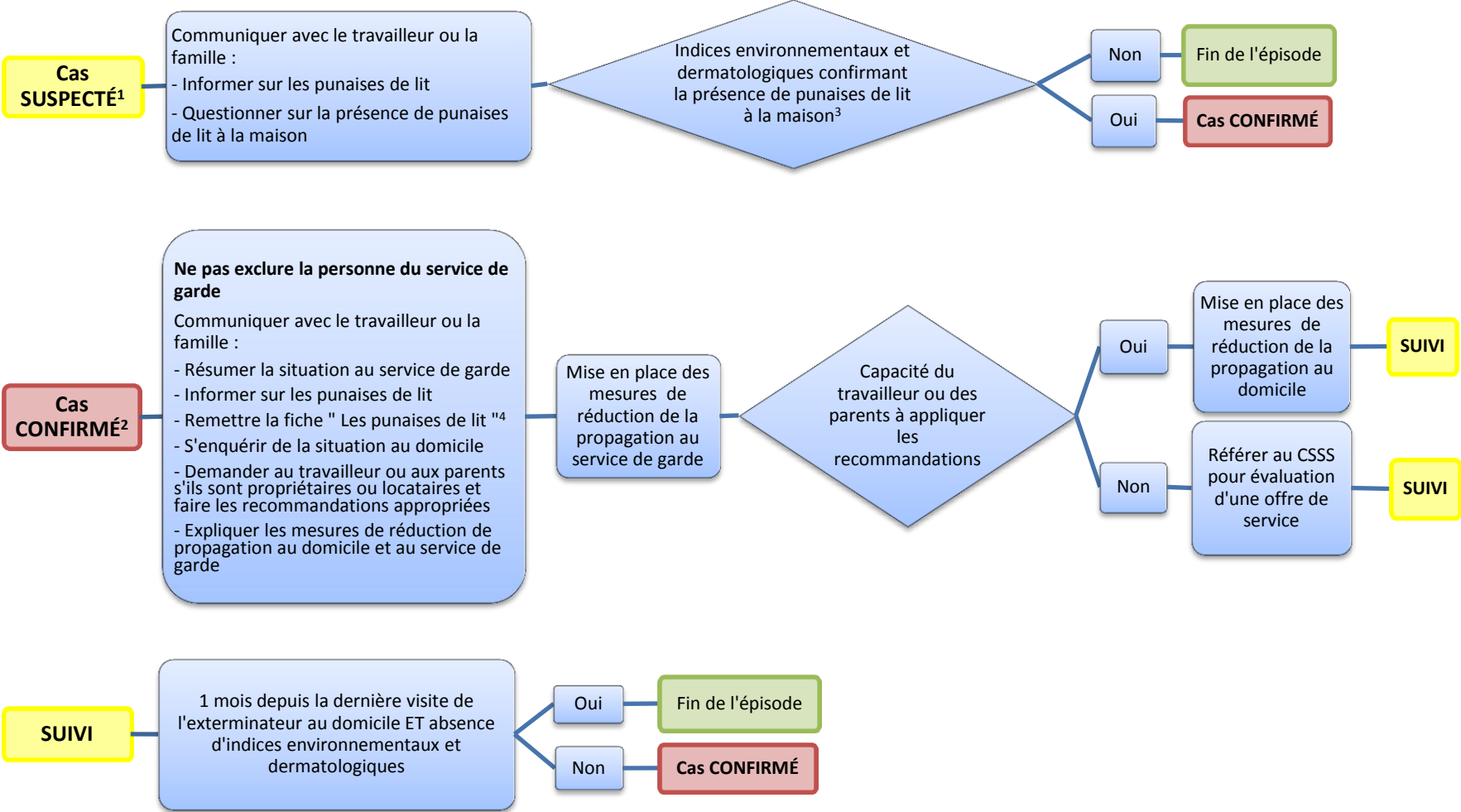
Pour un soutien conseil au service de garde :

- Direction de santé publique des Agences de la santé et des services sociaux de votre région
- Annuaire : <http://msssa4.msss.gouv.qc.ca/fr/organisa/AnnRRSSS.nsf/tous?OpenView>

Document écrit par Geneviève Hamelin, Direction de santé publique de l'Agence de la santé et des services sociaux de Montréal et Ann St-Jacques (Direction de santé publique de l'Agence de la santé et des services sociaux de Mauricie et du Centre-du-Québec)

Révisé par Stéphane Perron et Marie Pinard (Direction de santé publique de l'Agence de la santé et des services sociaux de Montréal), Louise Lajoie (Direction de santé publique de l'Agence de la santé et des services sociaux de la Montérégie) et Sylvie St-Onge (Direction de santé publique de l'Agence de la santé et des services sociaux de Laval).

ANNEXE 1 : Arbre décisionnel pour la gestion de cas de punaises de lit en service de garde



¹ Cas suspecté : présence d'indices dermatologiques (ex : piqûres) sur un individu ou d'indices environnementaux (ex: insectes, taches) observés sur les vêtements ou les effets personnels (sans confirmation des indices ou de la source de l'infestation).

² Cas confirmé : confirmation d'une infestation de punaises de lit par la famille, le travailleur ou l'exterminateur

³ Consulter l'annexe 4

⁴ Consulter l'annexe 3

ANNEXE 2 : Modèle d'une lettre destinée aux parents

(Date)

Objet : Présence de punaises de lit

Madame,
Monsieur,

Nous tenons à vous informer que nous avons détecté la présence de punaises de lit au service de garde de votre enfant. Des actions préventives et de contrôle ont été mises en place rapidement.

Les punaises de lit sont des insectes bruns de forme ovale et aplatie, sans ailes, d'une longueur de 4 à 7 mm. Elles sont visibles à l'œil nu et ressemblent à un pépin de pomme aplati. Elles se nourrissent du sang des humains et sont actives surtout la nuit. Les punaises de lit ne donnent pas de maladies aux humains. Les piqûres peuvent causer des démangeaisons comme une piqûre de moustique. Les punaises de lit ne se transmettent pas d'une personne à l'autre comme les poux par exemple mais se transportent d'un lieu à un autre en se cachant dans les effets personnels des individus.

Demeurez vigilant, si vous voyez des punaises de lit chez vous, vous devez contacter un exterminateur qualifié pour qu'il procède à l'extermination ou, si vous êtes locataire, vous devez informer rapidement votre propriétaire pour qu'il le fasse. Veuillez également aviser la direction du service de garde le plus vite possible.

Pour en savoir davantage, consultez la fiche d'information en pièce jointe. Si vous avez des craintes pour vous ou votre enfant, appelez Info-Santé au 811, ou parlez-en avec votre médecin.

Veuillez recevoir, Madame, Monsieur, mes sincères salutations.

(Nom de la responsable du service de garde)

p.j. Fiche d'information sur les punaises de lit

ANNEXE 3 : Fiche d'information sur les punaises de lit



© 2006, Piotr Naskrecki. Public Health Image Library

Une punaise de lit, qu'est-ce que c'est?

- Une punaise de lit est un insecte brunâtre, sans ailes, de la grosseur d'un pépin de pomme.
- Elle pique les êtres humains la nuit pour se nourrir de leur sang.
- Elle ne transmet pas de maladies.
- Elle se cache généralement le long des coutures des matelas, mais peut se dissimuler ailleurs.
- Elle ne vole pas et ne saute pas sur les gens. Elle se déplace en marchant.

Comment savoir s'il y a des punaises de lit dans votre domicile?

- Vérifiez les indices suivants, si vous ne voyez pas d'insectes :
 - Petits points noirs sur les coutures du matelas
 - Petites taches de sang sur les draps et les oreillers
 - Piqûres sur la peau semblables aux piqûres de moustique



© Imprimeur de la Reine pour l'Ontario, 2010.
Reproduit avec la permission de l'imprimeur.



Comment se rendent-elles dans les domiciles?

- Les punaises de lit se déplacent en se cachant dans les objets transportés d'un lieu à un autre, par exemple : valise, sac à main, vêtements, meubles, surtout matelas et meubles rembourrés comme les fauteuils.
- Elles peuvent aussi se propager d'un logement à un autre.

Comment prévenir les infestations de punaises de lit?

- Évitez de vous procurer des matelas ou meubles usagés ou des objets trouvés à l'extérieur ou dans les ordures. Ils peuvent être infestés de punaises de lit.
- Si vous vous procurez des vêtements usagés :
 - Les mettre dans un sac de plastique scellé avant de les introduire dans la maison.
 - Vider le sac directement dans la sècheuse et faire sécher au cycle le plus chaud au moins 30 minutes.



© Imprimeur de la Reine pour l'Ontario, 2010.
Reproduit avec la permission de l'imprimeur.

Responsabilités du locataire

Plus on intervient rapidement, meilleurs seront les résultats. Le locataire doit :

- Aviser immédiatement son propriétaire dès qu'il aperçoit des punaises de lit dans son logement.
- Suivre attentivement les consignes de l'exterminateur.
- Consulter la municipalité ou la Régie du logement, si le propriétaire ne réagit pas à l'avis.

L'évaluation que fera la municipalité de la situation sur son territoire, de même que sa capacité à supporter et prendre en charge ce volet, est variable d'une municipalité à l'autre.

Responsabilités du propriétaire

Dès qu'il est avisé de la présence de punaises de lit dans un logement, le propriétaire doit :

- Entreprendre des démarches, en s'entendant au préalable avec son locataire, afin de corriger la situation.
- Mandater une entreprise en extermination afin de procéder à l'élimination complète des punaises de lit.
- Permettre à l'exterminateur **d'inspecter** toutes les pièces et tous les logements de l'immeuble afin d'enrayer l'infestation.

Responsabilités de l'exterminateur

L'exterminateur doit :

- S'assurer de prendre tous les moyens possibles pour détecter la présence des punaises de lit dans toutes les pièces d'un logement et, le cas échéant, tous les logements de l'immeuble.
- S'assurer que les punaises **sont** détruites à tous les stades de leur développement (y compris les oeufs), ce qui implique que l'exterminateur retourne au moins deux fois sur les lieux pour s'assurer que le traitement a été efficace.
- Éviter d'utiliser inutilement des insecticides. Les matelas peuvent être traités avec de la vapeur chaude.
- Détenir un permis et un certificat du ministère du Développement durable, de l'Environnement, de la Faune et des Parcs (MDDEFP)

ANNEXE 4 : Informations complémentaires sur les punaises de lit

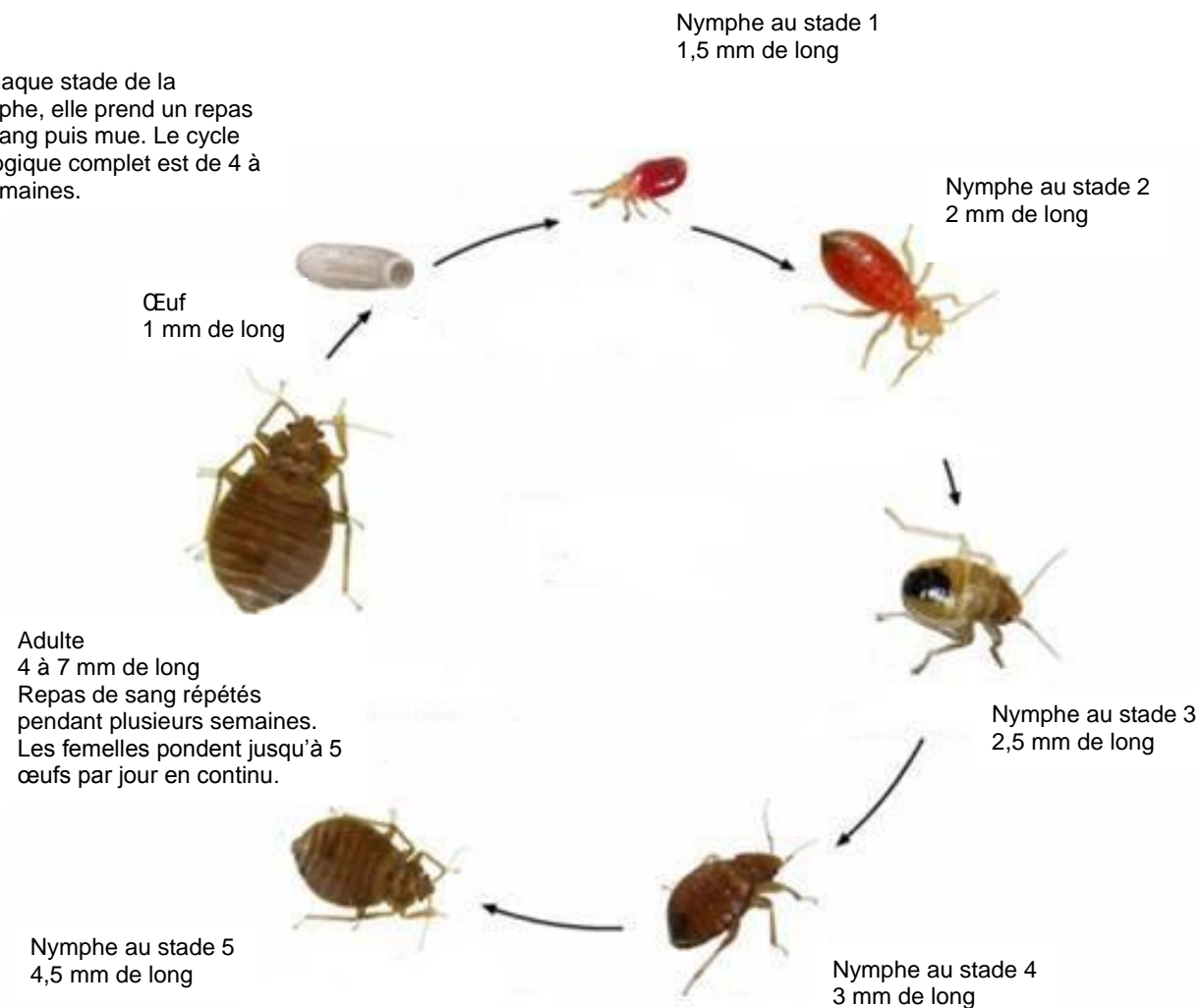
Une stratégie de lutte intégrée devra être mise en place dans le service de garde. Elle mettra en parallèle différentes actions : l'identification, la surveillance et les moyens de contrôle, qui devront être clairs pour l'ensemble des membres du personnel. Une évaluation de l'efficacité des interventions devra être faite en continu dans le service de garde.

Identification

Il faut d'abord apprendre à identifier la présence de punaises de lit afin de mieux les détecter dans le service de garde. L'identification des punaises de lit se fait à l'aide d'indices dans l'environnement et pourrait également se faire à l'aide d'indices sur la peau. En cas de doute, faites appel à un exterminateur pour vous assurer que vous avez bien identifié le problème. En cas de lésions sur la peau, s'assurer de bien confirmer le diagnostic auprès d'un médecin.

Le cycle de vie de la punaise de lit :

À chaque stade de la nymphe, elle prend un repas de sang puis mue. Le cycle biologique complet est de 4 à 9 semaines.



Indices environnementaux

Les indices confirmant la présence de punaises de lit dans l'environnement se retrouvent généralement le long des coutures du matelas, sur le sommier et sur la literie (ex. : draps). Voici les indices environnementaux :

- taches de sang;
- excréments (points noirâtres);
- traces d'œufs (petits et translucides);
- exuvie (peau rejetée lors de la mue) jaunâtre;
- insectes à tous les stades (nymphe ou adultes) du cycle de vie, etc.

Indices dermatologiques

- Les piqûres de punaises de lit se retrouvent surtout sur les bras, les épaules et le dos, parfois sur les jambes et rarement sur le visage.
- Les lésions ressemblent aux piqûres de moustique.
- Les piqûres sont généralement groupées (3-4) ou en ligne dans le cas d'infestation.
- On découvre des piqûres de manière répétée chaque matin, et seulement aux endroits sans vêtements.
- En début d'infestation, les punaises ne piquent souvent qu'une seule des deux personnes partageant le même lit.
- Les gens peuvent réagir de façon différente aux piqûres, certains ne réagissent pas du tout alors que d'autres ont des réactions allergiques sévères.
- Les réactions peuvent être immédiates ou tardives.



© Imprimeur de la Reine pour l'Ontario, 2010. Reproduit avec la permission de l'imprimeur.

La surveillance des indices est un travail d'équipe qui demandera la participation de l'ensemble du personnel du service de garde.

Voici quelques caractéristiques de la punaise de lit :

- se retrouve sous plusieurs formes (œuf, nymphe et adulte);
- petite (taille d'un pépin de pomme) et de forme aplatie
- se cache dans un espace où se glisserait une carte de crédit;

- se nourrit de sang pendant le sommeil;
- fuit habituellement la lumière;
- préfère rester près de sa source de nourriture : le sang humain (ex. : matelas);
- ne reste sur la personne que le temps de se nourrir.

Une vérification minutieuse du matelas, du sommier, de la literie (draps, oreillers, couvertures), des textiles ainsi que des meubles et tapis se trouvant à proximité de l'endroit où dort la personne devrait permettre de détecter la présence de punaises de lit.

Démarche d'intervention pour l'extermination au domicile

Si les personnes affectées sont propriétaires : elles ont la responsabilité de demander à un exterminateur qualifié (détenant un permis et un certificat du MDDEFP) de venir procéder à l'extermination. Les méthodes efficaces d'extermination sont présentées dans un guide à l'intention des propriétaires⁹.

Si les personnes concernées sont locataires, en vertu du bail de location, le locataire et le propriétaire partagent la responsabilité de maintenir le logement dans un état de propreté et de salubrité. Le propriétaire est responsable de s'assurer que l'exterminateur a éliminé les punaises de lit dans tout son immeuble. Il doit donner accès à tous les appartements, lieux communs, sous-sol, grenier, etc.

Si un problème de punaises de lit survient :

- 1- Signalez rapidement au propriétaire la présence de punaises de lit verbalement, puis par écrit si nécessaire, en décrivant de façon précise le problème et demandez des actions rapides. Remettez une fiche d'information (annexe 3) et un guide au propriétaire. Prenez soin d'expédier l'avis écrit (par courrier recommandé) de façon à obtenir un accusé de réception et de conserver une copie de la correspondance.
- 2- Si le propriétaire ne fait rien dans un délai de 10 jours suivant la réception de la lettre, le locataire devra :

⁹ Guide pratique de la Direction de santé publique de l'Agence de la santé de Montréal à l'intention des propriétaires, exploitants et gestionnaires d'immeubles : <http://www.santemontreal.qc.ca/vivre-en-sante/environnement-sain/punaises-de-lit/>

- adresser une demande au service d'inspection de sa municipalité¹⁰, en incluant les copies de la correspondance et des preuves (ex. : photos) si disponibles, si l'autre partie ne donne pas suite à la requête;

NOTE : Dans certains cas, les municipalités pourront assurer la salubrité des immeubles sur leur territoire pourvu qu'elles aient une réglementation municipale¹¹ sur la nuisance ou l'insalubrité . L'évaluation que fera la municipalité de la situation sur son territoire, de même que sa capacité à supporter et prendre en charge ce volet, peuvent varier.

- 3- Si un service d'inspection n'est pas disponible, les locataires peuvent communiquer avec la Régie du logement du Québec¹². De l'information plus détaillée sur les recours possibles (mise en demeure, dépôt d'une demande) est disponible dans les bureaux régionaux de la Régie du logement, si l'autre partie refuse de donner suite à votre requête et de corriger la situation.

Les locataires peuvent demander l'aide d'un organisme communautaire de défense des droits des locataires tel que le comité logement de leur région. Il est possible de se renseigner auprès du Regroupement des comités logement et association de locataires du Québec (RCLALQ) pour connaître le comité logement de son secteur¹³.

¹⁰ Par exemple, pour rejoindre le service des inspections de la Ville de Montréal, signalez le 311.

¹¹ www.mamrot.gouv.qc.ca/amenagement-du-territoire/guide-la-prise-de-decision-en-urbanisme/protection-de-lenvironnement/reglements-sur-lenvironnement-la-salubrite-la-securite-et-les-nuisances/

¹² www.rdl.gouv.qc.ca

¹³ www.rclalq.qc.ca



Québec 

Une réalisation de :

- Agence de la santé et des services sociaux de Montréal
- Agence de la santé et des services sociaux de la Mauricie et du Centre-du-Québec