

Profiter de la nature et faire des activités extérieures est important pour la santé et le bien-être à tout âge. Il est possible de jouir des bienfaits des activités en plein air tout en réduisant les risques de maladies transmises par les moustiques et les tiques.

RÉDUIRE LES CONTACTS AVEC LES MOUSTIQUES ET LES TIQUES

POURQUOI CETTE INTERVENTION EST-ELLE IMPORTANTE ?

Tant en ville qu'en campagne, la prévention des piqûres de tique et de moustique est importante parce qu'elles peuvent transmettre de graves maladies. La principale maladie pouvant être transmise par une piqûre de tique à pattes noires est la maladie de Lyme. Les symptômes sont variables d'une personne à l'autre et la maladie peut évoluer en différents stades si elle n'est pas traitée (voir maladielymemonteregie.com). La principale infection pouvant être transmise par une piqûre de moustique est celle du virus du Nil occidental (VNO). La majorité des personnes infectées ne présentent aucun symptôme, mais certains peuvent développer la [fièvre du Nil](#).



LE SAVIEZ-VOUS ?

Certaines maladies comme l'anaplasmose, transmise par les tiques, et l'infection par des virus du sérotype Californie, transmise par les moustiques, n'étaient présentes qu'aux États-Unis. Depuis quelques années, elles commencent à être déclarées en Montérégie.

Principe

Réduire les contacts avec les moustiques et les tiques



Impacts sur la santé et la qualité de vie des citoyens

- ↓ Milieux de vie des tiques et moustiques
- ↑ Connaissances des citoyens et travailleurs extérieurs
- ↑ Milieux naturels et biodiversité
- ↓ Diminution des piqûres de moustiques et de tiques

- ↓ Maladies transmises par les tiques
- ↑ Qualité de vie lors d'activités ou de travail extérieur

Les changements climatiques sont responsables de l'augmentation des infections transmises par les tiques ou les moustiques en Montérégie. En effet, des étés plus chauds et plus longs, des hivers moins froids et un changement dans les précipitations peuvent augmenter le nombre et la répartition géographique des tiques et des moustiques. Les adeptes de plein air et les travailleurs extérieurs sont donc plus à risque de se faire piquer. Les personnes de 50 ans et plus ainsi que celles atteintes de maladies chroniques ou dont le système immunitaire est affaibli sont plus susceptibles de développer la forme grave de certaines maladies, comme c'est le cas pour le virus du Nil occidental.

Figure 1. Tiques à pattes noires selon le stade d'engorgement



Source : Canada, 2015 [1]

BÉNÉFICES POUR LA MUNICIPALITÉ ET LA COMMUNAUTÉ

Contribuer à réduire les contacts avec les moustiques et les tiques :

- Favorise la fréquentation des boisés, des parcs et des milieux naturels;
- Encourage la pratique d'activités extérieures;
- Augmente le sentiment de sécurité.

COMMENT PEUT-ON LE FAIRE ?

Pour les tiques: entretenir les espaces publics extérieurs

Les tiques se trouvent principalement dans les forêts, les boisés et les hautes herbes. Il y a moins de tiques dans la végétation ornementale et les surfaces gazonnées qui sont éloignées des zones boisées. La présence d'arbres matures au-dessus des aires de pique-nique, de jeux et des sentiers n'augmente pas le risque de piqûre de tique. Différentes interventions municipales peuvent permettre de réduire le contact des tiques avec les citoyens :

- Apposer des affiches dans les sentiers (Figure 2).
- Entretenir les sentiers pour minimiser le risque de frôler la végétation.
- Dégager les zones fréquentées près des bâtiments.
- Tondre régulièrement le gazon des aires publiques (ex. : terrains de sport).
- Aménager les aires de jeux loin des arbustes et hautes herbes.
- Privilégier le paillis ou le sable autour des modules de jeu.

Figure 2 . Affiche Tiques



Cliquer sur l'image



POUR ALLEZ PLUS LOIN

Consultez l'ensemble des fiches de notre collection [ici](#)

COMMENT PEUT-ON LE FAIRE ? (SUITE)

Pour les moustiques: contrôler leur abondance

Différents moyens peuvent être utilisés pour réduire le nombre de moustique. Puisque les moustiques pondent leurs œufs dans une eau stagnante, l'élimination ou le contrôle de ces sites de reproduction sont des mesures préventives efficaces. Cette mesure concerne principalement les terrains résidentiels (voir section Sensibilisation des citoyens). Des pièges utilisant des leurres olfactifs, notamment le gaz carbonique ou l'octénol, peuvent aussi être utilisés dans les secteurs à protéger.



LE SAVIEZ-VOUS ?

Les milieux naturels et une riche biodiversité favorisent la présence d'animaux auxquels les moustiques vont se nourrir plutôt que de se tourner vers les humains. Qui plus est, des animaux ont la particularité de transmettre peu ou pas certaines maladies comme le VNO, ce qui réduit le nombre d'insectes porteurs des agents infectieux. Ainsi, la présence de ces animaux permet de réduire le nombre de personnes susceptibles d'attraper des maladies potentielles. Ce phénomène s'appelle effet de dilution, en référence au fait qu'il réduit la présence du virus dans la population) (pour plus de [détails](#)).



BON À SAVOIR

Certaines municipalités appliquent dans des cours d'eau un insecticide provenant de la bactérie *Bacillus thuringiensis* variété *israelensis* (Bti) pour contrôler le nombre de moustiques et ce, afin de diminuer cette nuisance. Il n'existe toutefois pas de preuve formelle de son efficacité pour prévenir les infections humaines. De plus, de récentes orientations gouvernementales recommandent d'éviter ou de réduire l'utilisation du Bti afin de prévenir les impacts possibles sur la faune, notamment dans les habitats essentiels des espèces menacées et vulnérables [2].

SENSIBILISATION DES CITOYENS

Les municipalités peuvent sensibiliser leurs citoyens à l'égard des lieux, des activités à risque et des mesures de prévention à adopter, via leurs sites web, leurs médias sociaux, les bulletins municipaux, les panneaux électroniques, etc. Pour toute question supplémentaire ou en présence de symptômes, les citoyens peuvent appeler Info-Santé 811.

Les informations qui peuvent être diffusées concernant la prévention des piqûres de tique se trouvent ici → [Conseils maladie de Lyme](#)

- Les symptômes à surveiller;
- Les **lieux** et les **moments** à risque de piqûre de **tique**;
- Les exemples d'**activité** à risque de piqûre de **tique**;
- Les **mesures de protection** individuelles pour prévenir les piqûres de **tique**;
- Les **mesures d'aménagement des terrains** résidentiels pour prévenir les piqûres de **tique** (voir section « Outils » pour compléments).



BON À SAVOIR

La présence de tique et le risque d'attraper la maladie de Lyme pourraient faire en sorte que certaines personnes évitent les milieux à risque et la pratique d'activités extérieures. Les messages de sensibilisation citoyenne devraient donc éviter d'être alarmiste et mettre l'accent sur les mesures de prévention individuelle à adopter.

Les informations qui peuvent être diffusées concernant la prévention des **piqûres de moustique** se trouvent ici → [Conseils piqûres de moustiques](#) et [Réduire le nombre de moustiques](#)

- Les **mesures de protection individuelles** pour prévenir les piqûres de **moustique**;
- Les **mesures d'aménagement des terrains** résidentiels pour prévenir les piqûres de **moustique** (voir section « Outils » pour compléments).

SENSIBILISATION DES TRAVAILLEURS MUNICIPAUX ET DES MONITEURS DE CAMPS D'ÉTÉ

Les municipalités peuvent former et sensibiliser les travailleurs municipaux, principalement ceux accomplissant des tâches extérieures (ex. : voirie, aménagement paysagiste, etc.) qui peuvent être plus exposés aux moustiques et aux tiques, quant aux mesures de prévention et de protection à mettre en œuvre.

Les informations qui peuvent être diffusées concernant la prévention des piqûres de tiques et de moustiques se trouvent ici →

- [Outils de sensibilisation et de prévention de la maladie de Lyme en milieu de travail](#)
- [Les tactiques anti-tiques : Mesures de prévention de la maladie de Lyme en milieu de travail](#)
- [Outils de sensibilisation et de prévention des maladies transmises par les moustiques en milieu de travail](#)

EXEMPLES INSPIRANTS

Tiques - Guide du nouvel arrivant (section Maladie de Lyme)

- MRC de Brome-Missisquoi

Document PDF :

<https://bit.ly/49QsluS>

Moustiques - Plan d'action pour lutter contre les insectes piqueurs

- Ville de Bécancour

Document PDF :

<https://bit.ly/3wO9ho6>

Outils de communication pour faciliter la compréhension de tous (infographies)

- Direction de santé publique de l'Estrie

Voici un [exemple](#) tiré du site Facebook de la DSPu de l'Estrie.

ACCROITRE LES BÉNÉFICES POUR LES POPULATIONS VULNÉRABLES

Des personnes, comme les travailleurs étrangers temporaires et certains immigrants récents, peuvent avoir de la difficulté à lire en français ou en anglais. Les outils de sensibilisation devraient donc utiliser un langage simple et des images pour illustrer l'action ou le comportement attendu.

RESSOURCES



LE SAVIEZ-VOUS ?

Les Centres intégrés de santé et de services sociaux (CISSS) peuvent vous accompagner pour rendre vos communautés plus saines et faire des choix qui auront un impact positif sur la qualité de vie de vos citoyens.



[Contactez-nous!](#)



Maladie de Lyme.
Portail Santé Montérégie
Page Web : <https://bit.ly/3TtWK1P>



Moustiques - Virus du Nils occidental (VNO)
Gouvernement du Québec
Page Web : <https://bit.ly/49TKsWj>



Tiques - Fiche : Avant qu'une tique vous pique... document nom du document.
Ministère de la Santé et des Services sociaux
Page Web : <https://bit.ly/48RpLsH>



Tiques et Moustiques - Pour un été au camp en santé
Direction de santé publique de la Montérégie
Page Web : <https://bit.ly/43hDUhy>



Tiques - Aménagement des terrains résidentiels pour se prémunir contre la maladie de Lyme
Direction de santé publique de la Montérégie
Page Web : <https://bit.ly/3wVaOc4>



Tiques - Maladie de Lyme : Ressources de sensibilisation
Agence de santé publique du Canada
Page Web : <https://bit.ly/3PkHh1z>



Moustiques - Consignes pour l'élimination de l'eau stagnante
Direction de santé publique de la Montérégie
Document PDF : <https://bit.ly/4c97dXL>



Tiques - Brochures d'information : La maladie de Lyme au travail (en espagnol)
Institut national de santé publique du Québec
Page Web : <https://bit.ly/3TWl3uZ>

Citation suggérée :

Direction de santé publique de la Montérégie. (2024). *Fiche intervention – Réduire les contacts avec les moustiques et les tiques*. Répertoire de fiches pour des communautés saines et durables. Longueuil : Centre intégré de santé et de services sociaux de la Montérégie-Centre, 6 p.

Référence :

1. Canada. (2015). *Tiques à pattes noires*. Repéré à <https://www.canada.ca/fr/sante-canada/services/conseils-pour-contrôle-parasites/tiques-pattes-noires.html>.
1. Ministère de l'Environnement, de la Lutte contre les changements climatiques, de la Faune et des Parcs (MELCCFP). (2023). *Orientation relative au contrôle des insectes piqueurs à l'aide du Bacillus thuringiensis variété israelensis (Bti) et du Lysinibacillus sphaericus (Ls)*. Gouvernement du Québec, 22 p. Repéré à <https://cdn-contenu.quebec.ca/cdn-contenu/faune/documents/habitats/orientation-Bti.pdf>.