

PAR QUELS MOYENS ?

N'ayant pas de traitement curatif du virus, il est donc primordial de lutter contre la prolifération de moustiques et d'éviter les piqûres de moustiques qui transmettent le virus.

Le moustique a besoin de se nourrir de sang, il est attiré par notre chaleur et notre odeur, et il a besoin d'eau pour pondre et se reproduire.

Mesures de protection générales :

- Éliminer les eaux stagnantes sources de gîtes larvaires, sans oublier les gouttières.
- Éviter de sortir aux heures où l'activité des moustiques est la plus forte : « grand matin » et à la tombée de la nuit.
- Éviter les personnes infectées dans les 5 jours qui suivent leurs premiers signes et éviter de se déplacer dans les zones de forte épidémie.
- Diminuer la population de moustiques (jardin, terrasse, maison) sachant que cela n'évite pas les piqûres de moustiques car les moustiques préfèrent le sang humain.

Diminuer la population de moustiques :

En extérieur :

- Pièges à CO₂ : efficaces mais coûteux.
- Pièges à levure : peu efficaces.
- Spirales à brûler ou bougies à base de produits se terminant par -thrine.
- LED, ultrasons, ultraviolets : non efficaces.

En intérieur :

- Installation de moustiquaires aux portes et fenêtres.
- Utilisation de diffuseurs électriques (liquides, plaquettes), bombes aérosols : **non recommandés pendant la grossesse et chez l'enfant en bas âge**. La concentration dans l'air n'étant pas maîtrisée.
- Ventilateur créant un courant d'air devant les ouvertures et autour de soi.
- Climatisation : vraiment efficace si température < 18°C.

Mesures de protection individuelle :

- Port de vêtements longs et clairs, non imprégnés (risque toxique, mesure abandonnée en 2022).
- Moustiquaire de lit, berceau, poussette, si possible imprégnée par le fabricant (**ATTENTION : le bébé ne doit pas porter le tissu à sa bouche**).
- Utilisation de répulsifs (pas avant 6 mois):
 - Préférer en crème ou lotion plutôt qu'en spray (qui peut être en partie inhalé)
 - Appliquer de façon généreuse (attention aux yeux)
 - Renouveler l'application selon la notice produit

LES REPULSIFS CUTANES ANTIMOUSTIQUES :

Les répulsifs sont à sélectionner en fonction du **produit actif et de sa concentration** :

⇒ **Répulsifs déconseillés chez la femme enceinte et le nourrisson :**

- Produits à base de DEET (N, N-diéthyl-3-méthylbenzamide) = non recommandés pendant la grossesse et chez le nouveau-né avant 1 an
- Sont inefficaces : bracelets, patches, ultrasons, applications sur smartphone, huiles essentielles sauf l'Eucalyptus citronné

⇒ **Répulsifs conseillés chez la femme enceinte :**

- Produits à base de **IR3535 à une concentration \leq 20%** : *Marie Rose répulsif et apaisant*®, *Cinq sur cinq famille spray*®, *Parasidose lait antimoustique bébé*®, *Mousti KO lotion bébés et femmes enceintes*®...
- Produits à base d'**Icaridine** ou **Picaridine** ou **KBR3023 à une concentration \leq 20%** : *Insect Ecran Famille*®, *Marie Rose spray haute protection zones tropicales*®, *Forclaz spray répulsif jaune*® (Décathlon)...
- Produits à base de **Citriodol** : huile essentielle d'Eucalyptus citrioda (Eucalyptus citronné) naturel ou de synthèse (**PMD**) à une concentration \leq 10%.

⇒ **Répulsifs chez l'enfant en bas âge :**

Les répulsifs sont à appliquer par un adulte, si répulsif en spray l'adulte doit le pulvériser sur sa main à distance du visage de l'enfant puis l'appliquer sur les parties découvertes.

- **Avant 6 mois, les répulsifs cutanés sont fortement déconseillés.**
- **De 6 mois à 1 an** : produits à base de **IR3535** à une concentration de **10%**.
- **De 1 an à 2 ans** : **IR3535 \leq 20%**, **DEET \leq 10%**.
- **De 2 ans à 3 ans** : **IR3535 35%**, **Icaridine 10 à 25%**, **DEET 10 à 20%**.
- **Après 3 ans** : **IR3535 25 à 35%**, **Icaridine 25%**, **DEET 30%**, **Citriodol \leq 10%**.

⇒ **DONC entre 0 et 6 mois**

- Appliquer les mesures générales.
- Port de vêtements couvrants (à manches longues, pantalons) **non imprégnés**.
- Moustiquaire de lit, berceau, transat, cosy et poussette (attention que l'enfant ne porte pas le tissu à sa bouche) si possible imprégnée par le fabricant. Surtout « grand matin », à la tombée de la nuit, et pendant la nuit.
- **Répulsifs cutanés fortement déconseillés avant 6 mois.**

Références :

- 1- Recommandations sanitaires du Haut Conseil de la Santé Publique pour les voyageurs : [Recommandations aux voyageurs 2024](#)
- 2- <https://www.economie.gouv.fr/dgccrf/les-fiches-pratiques/produits-anti-moustiques-choisir-un-produit-sur-et-efficace>
- 3- <https://www.anses.fr/fr/pieges-moustiques-efficaces>
- 4- <https://solidarites-santegouv.fr> (fiche santé publique sur la protection contre les piqûres de moustiques)
- 5- <https://www.vidal.fr/sante/voyage/avant-voyage/protection-insectes/repulsifs.html>