

IN CASO DI INFESTAZIONE

**OCCORRE AGIRE
RAPIDAMENTE!**

La lotta meccanica

Le cimici dei letti si moltiplicano molto rapidamente! La lotta meccanica (quindi senza insetticida) è indispensabile per diminuire al massimo il numero di insetti nell'abitazione. Si possono usare contemporaneamente i metodi riportati sotto:

- La biancheria infestata deve essere lavata ad almeno 60°C.
- La biancheria e i piccoli oggetti possono essere congelati a -20°C per almeno 72 ore.
- I recessi e i tessuti di arredamento possono essere puliti con il vapore a 100°C.
- Le cimici dei letti e le uova possono essere aspirati. Il sacco dell'aspirapolvere dovrà essere immediatamente sostituito dopo la pulizia e gettato nei rifiuti imballato in un sacco di plastica chiuso ermeticamente.
- Tutti gli oggetti infestati e gettati nei rifiuti devono essere tassativamente imballati in sacchi di plastica chiusi ermeticamente.
- La biancheria e gli oggetti non infestati o puliti possono essere messi al riparo in sacchi di plastica ermetici in modo da non essere ricontaminati.

La lotta chimica

La lotta chimica (con insetticidi) esige l'intervento di un **professionista della disinfestazione riconosciuto** che dovrà intervenire almeno 2 volte per sradicare le cimici dei letti perché le uova sono poco sensibili agli insetticidi e resistono al primo passaggio.

Consigli pratici sulla diagnosi delle cimici dei letti e sulla scelta di un disinfestatore sul sito Internet dell'ARS Paca.

COME

PROTEGGERSI?



Le cimici dei letti colpiscono tutte le categorie di abitazioni. La pulizia di un luogo non garantisce da sola la protezione contro le colonizzazioni.

Alcuni gesti semplici permettono tuttavia di proteggersi:

- Mantenere l'abitazione pulita senza ingombrarla con oggetti inutili.
- Passare regolarmente l'aspirapolvere.
- Evitare di prendere vestiti, mobili imbottiti o materassi usati (in particolare in strada) perché possono essere già infestati dalle cimici dei letti.
- Sorvegliare la comparsa di punture sospette.

Prestate attenzione quando viaggiate!

Hotel, ostelli della gioventù, treni notturni, ecc. sono luoghi a rischio di contaminazione da parte delle cimici dei letti.

Per prevenire un'infestazione della vostra casa al ritorno da un soggiorno a rischio, lavate tutta la biancheria a più di 60°C e disinfestate la valigia (insetticida anti-scarafaggi sulle cuciture e le chiusure, in alternativa passare la valigia con acqua e una spazzola).

Crédit photos : Dr. P. DELAUNAY (CHU de Nice).

Remerciements : Dr. P. DELAUNAY (CHU de Nice), JM. BERENGER (Assistance Publique - Hôpitaux de Marseille), F. FUSCA (Centre hospitalier du pays d'Aix) et J.L. DUPONCHEL (Service Communal d'Hygiène et de Santé d'Aix-en-Provence).

www.paca.ars.sante.fr

> Prévenir
> Santé environnement
> Espèces nuisibles et envahissantes
> Punaises de lits

Création & réalisation CPCAM 13 - SRGI/studio graphique - Février 2021.

CIMICI
DEI LETTI

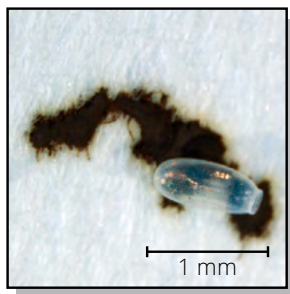
ars
Agence Régionale de Santé
Provence-Alpes
Côte d'Azur

CHI

SONO?



Le cimici dei letti adulte sono grandi tra i 4 e i 7 mm. Non volano e non saltano. Sono di colore bruno-beige, molto piatte e simili nell'aspetto a un confetto. Possono vivere da 6 a 12 mesi. Durante la sua vita una femmina depone da 200 a 500 uova.



Uova e deiezioni della cimice dei letti



Cimice dei letti adulta

- **Le cimici dei letti non amano la luce, si nutrono di sangue umano e pungono raramente gli animali.** Pungono ogni 3-4 giorni se l'abitazione è occupata. Possono restare senza mangiare per 6-12 mesi se l'abitazione è vuota.

COME

SI DIFFONDONO?



La contaminazione delle abitazioni può avvenire per **trasporto passivo** (attraverso l'uomo, delle valigie, dei vestiti, dei mobili e materassi recuperati o usati) ma queste cimici possono anche spostarsi in **modo attivo**, da pochi metri ad alcune decine di metri, quando sono alla ricerca di nutrimento.

CHE FASTIDI

PROVOCANO?

- **Le cimici dei letti non trasmettono malattie all'uomo** ma sono responsabili di alcuni fastidi.
- Possono causare disturbi del sonno, ansia, isolamento sociale, ecc.

Le punture sono il primo indizio di presenza delle cimici. Situate in generale sulle parti scoperte del corpo (mani, braccia, viso, gambe, ecc.), assomigliano a punture di zanzara, talvolta si presentano sotto forma di una linea di 4-5 punture abbastanza caratteristiche.

Il prurito causato da queste punture può essere importante.



Cimice dei letti giovane



Punture delle cimici dei letti

DOVE

VIVONO?



- Le cimici dei letti vivono preferibilmente nelle **camere da letto e nelle sale con divano**, luoghi di riposo per gli ospiti (o per se stessi) e fonti di possibili nascondigli (materassi, pieghe di tessuti, ecc.).

Quando la popolazione diventa importante, si disperdono verso altri locali o altri appartamenti.

COME

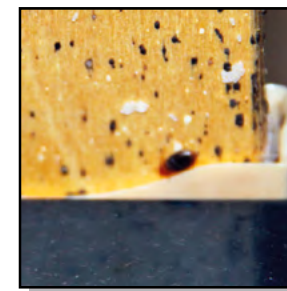
INDIVIDUARLE?



Le cimici dei letti sono difficili da osservare perché rifuggono la luce naturale o artificiale.

Si possono cercare **tracce delle loro deiezioni** (nere, da 1 a 3 mm e che impregnano i tessuti) o **tracce di sangue** (sulle lenzuola, dovute allo schiacciamento delle cimici durante il sonno).

La posizione delle punture sul corpo può permettere di stabilire quale parte dell'abitazione è infestata.



Doga di legno con deiezioni e uova



Cimice dei letti adulta su un materasso

Ad esempio, se viene punto solo il braccio, bisogna cercarle preferibilmente sul lato del letto corrispondente.

- Per identificare formalmente la presenza di cimici dei letti nell'abitazione, chiedere una **diagnosi entomologica** ad un professionista della disinfestazione che conosca la biologia delle cimici.

