

Publication de la Direction régionale de santé publique de la Capitale nationale

La punaise de lit : une problématique en émergence



Depuis quelques mois, des infestations de punaises de lit ont été signalées dans la région de la Capitale nationale. Les cas d'infestation semblent d'ailleurs en émergence ici comme dans d'autres régions du Québec, notamment à Montréal. Cette situation pourrait être causée par une résistance accrue des punaises aux produits chimiques utilisés pour les exterminer.



Description

La punaise de lit (*Cimex lectularius*) est un insecte mesurant de 5 à 8 mm, de couleur brun-rouge, de forme ovale et aplatie, et qui ne possède pas d'ailes. Dans une habitation, on la retrouve généralement dans

les endroits étroits et sombres. La chambre à coucher est la pièce privilégiée du parasite car il peut s'y alimenter aux dépens de l'humain. Les punaises sont transportées dans les logements par les vêtements, les bagages, les meubles, les livres, les vieux matelas, etc. La punaise adulte est très résistante et peut survivre plusieurs mois sans se nourrir. Les secteurs défavorisés, surpeuplés, où les conditions d'hygiène laissent à désirer sont plus susceptibles aux infestations. La présence de punaises dans une habitation peut être détectée par les petites taches sombres d'excréments et de sang laissées sur les draps, les oreillers et les murs ainsi que par une odeur sucrée désagréable dans la pièce.



Effets sur la santé

Ces insectes sont de type piqueur-suceur et se nourrissent exclusivement de sang, généralement la nuit. La piqûre peut entraîner une réaction allergique qui se traduit par un gonflement localisé de la peau, et qui peut être accompagnée de démangeaisons, d'une inflammation et de lésions dues au grattage. Les gonflements peuvent évoluer en marques rouges (purpura) qui durent quelques jours. Une infection peut survenir à la suite d'un grattage excessif. Le traitement des piqûres se limite à l'application d'un antiseptique et d'une médication anti-histaminique ou anti-inflammatoire. Il est possible que certaines personnes développent des allergies au contact des insectes. Bien que la punaise puisse être porteuse de plusieurs maladies (fièvre-Q, brucellose, tularémie, hépatite B), il n'existe pas encore de preuves que l'insecte cause la transmission de ces maladies chez l'humain.

Sommaire

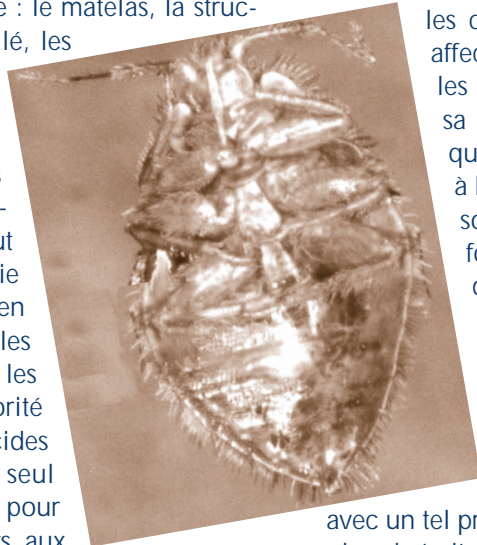
La punaise de lit : une problématique en émergence	1
Santé et changements climatiques	
Un guide pour identifier les clientèles plus vulnérables	2
L'eau ! encore l'eau !	5
Un printemps 2004 en « mémoires »	7
Dépliants « Best sellers » de l'été	8

Spécial
« Santé et environnement »



Conduite en cas d'infestation

D'abord, il est important de faire identifier l'insecte par un expert compétent. La première étape dans le contrôle des punaises consiste à localiser tous les endroits où le parasite peut trouver refuge : le matelas, la structure du lit, le papier peint décollé, les orifices dans le mur, le plancher, les fenêtres, les cadres de portes, les meubles, etc. Il est possible d'enrayer les infestations légères en nettoyant minutieusement le mobilier (l'aspirateur peut être efficace), en lavant la literie avec une lessive ordinaire et en bouchant ou calfeutrant tous les orifices susceptibles d'accueillir les punaises. Toutefois, dans la majorité des cas, l'utilisation de pesticides constitue essentiellement le seul moyen véritablement efficace pour éliminer les insectes. Le recours aux services d'une agence d'extermination reconnue est recommandé afin d'éviter les problèmes liés à la manipulation non professionnelle des produits chimiques. Les lieux devront être évacués pour une durée déterminée par la condition des occupants (de quelques heures à quelques jours). Les femmes enceintes, les enfants, les personnes souffrant d'une maladie respiratoire, cardiaque, rénale ou d'allergies sont souvent plus vulnérables aux produits utilisés. Il est important de s'enquérir des mesures de protection auprès du fabricant du produit ou de l'agence d'extermination. Plus d'un traitement peut s'avérer nécessaire pour se débarrasser définitivement de l'insecte.



Rôle du professionnel de la santé

La présence de punaises de lit dans une habitation est d'abord considérée comme une nuisance, car les conséquences sur la santé des personnes affectées sont en général mineures. Toutefois, les mécanismes de dispersion de la punaise, sa résistance accrue aux traitements chimiques, le nombre d'infestations apparemment à la hausse de même que les caractéristiques sociales des personnes souvent touchées font qu'une infestation plus généralisée, dans un ou plusieurs immeubles d'habitation par exemple, peut être considérée comme un problème de santé publique. Étant donné ce contexte, les professionnels de la santé doivent s'attendre à rencontrer, dans leur pratique quotidienne, davantage de clients aux prises avec un tel problème, et considérer cet aspect dans leur plan de traitement.

Notre service demeure vigilant face à cette problématique et, aux fins de surveillance, toute recrudescence d'infestations par cet insecte peut être signalée à M. Jean-François Duchesne. Le service Info-Santé/CLSC peut pour sa part donner de l'information générale au grand public sur cette problématique. Par ailleurs, nous collaborons avec la Ville de Québec pour la gestion de certains cas plus difficiles.

Jean-François Duchesne
Conseiller en santé environnementale



Santé et changements climatiques

Un guide pour identifier les clientèles plus vulnérables

Les clientèles vulnérables

Les effets potentiels des changements climatiques sur la santé sont bien définis¹. À court terme, les effets les plus susceptibles de se manifester dans la population sont ceux directement reliés aux extrêmes de température, c'est-à-dire, en été, à la canicule qui elle-même entraîne une exposition intense aux rayons UV, des pénuries d'eau potable et du smog dans certaines régions. Ces

effets sont, entre autres, les problèmes respiratoires, l'hyperthermie, les coups de chaleur, la déshydratation, les coups de soleil et les insulations. Une chaleur exceptionnelle et prolongée peut entraîner une augmentation de la fréquence journalière de décès, comme ce fut le cas en France à l'occasion de la canicule de 2003. Une partie de la population risque d'être touchée par ces effets. Cette population est dite vulnérable. On pensera d'emblée aux asthmatiques, aux enfants, aux

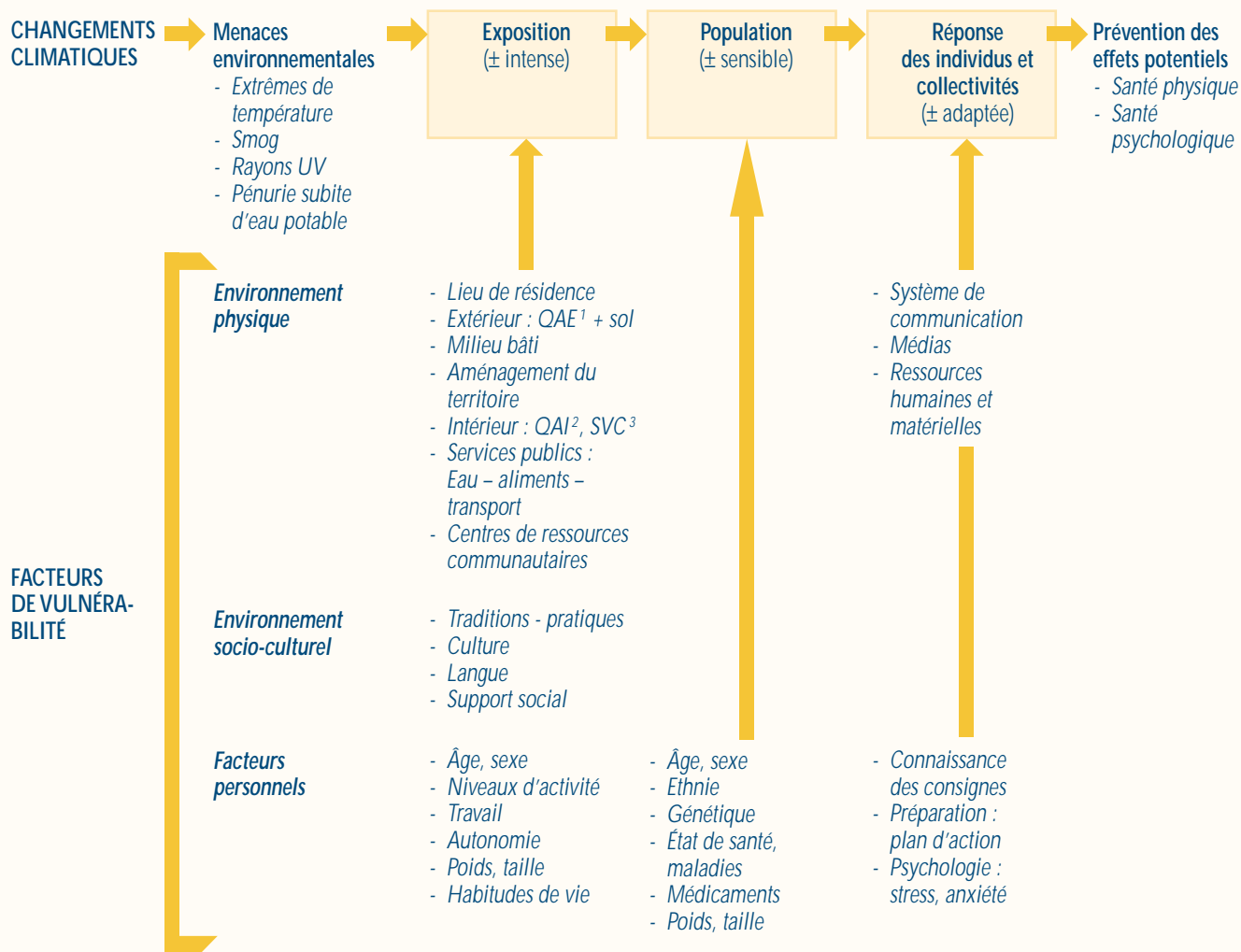
personnes hospitalisées et aux travailleurs manuels. Cependant, dans les faits, chacune de ces clientèles ne doit pas être considérée comme également vulnérable. En effet, à l'intérieur de ces clientèles, le degré de vulnérabilité varie en fonction de multiples facteurs (voir l'annexe). La vulnérabilité d'un individu ou d'une collectivité aux effets de la chaleur dépend de trois paramètres : le niveau d'exposition, la susceptibilité individuelle et la qualité de la réponse aux menaces². Les facteurs personnels et environnementaux influencent ces paramètres. Par exemple, au cours d'un épisode de smog, une personne très sensible sera peu, ou pas touchée si elle est peu exposée et si elle limite ses activités extérieures. Au cours d'un épisode de canicule, une personne âgée hospitalisée, même si elle est atteinte de maladie pulmonaire obstructive chronique, n'est pas très vulnérable si la température dans le centre hospitalier est acceptable. À l'inverse une personne âgée, une personne obèse, une personne peu autonome ou un très jeune enfant doivent être considérés comme

particulièrement vulnérables en période de canicule, surtout s'ils sont laissés sans surveillance dans des conditions de chaleur accablante. De la même manière, une personne en bonne santé, un jogger par exemple, pourra manifester des symptômes respiratoires si elle est très exposée et n'applique aucune mesure préventive à l'occasion d'un épisode de smog.

Les limites des programmes de santé publique

Pour faire face aux menaces reliées à la chaleur accablante, les interventions de santé publique visent à promouvoir chez les individus et les collectivités l'adoption de mesures préventives efficaces : limitation de l'exposition, restriction de l'activité physique, hydratation, plans de mesures d'urgence adaptés, climatisation de locaux, etc. À cette fin, les responsables de la santé publique participent à certains programmes comme Info-Smog, ou aux différentes alertes locales

Réponse adaptée des individus et des collectivités aux menaces à la santé liées aux changements climatiques



¹ Qualité de l'air extérieur

² Qualité de l'air intérieur

³ Système de ventilation et chauffage

(ex. chaleur accablante). Ils utilisent différents outils : mises en garde à la population, communiqués et avis, plans de mesures d'urgence intersectoriels, etc. Toutefois, les clientèles vulnérables ciblées dans le cadre de ces programmes demeurent très générales ; les interventions ne sont pas dirigées vers des populations localisées sur le territoire. Il revient aux responsables de santé publique régionaux, avec l'aide de leurs partenaires (CLSC, CH, municipalités, etc.), d'identifier de façon plus précise les clientèles réellement vulnérables.

Peu d'études ont été réalisées afin d'évaluer la portée de ces interventions. Un sondage effectué en 1996 par Stieb, Paola et Neuman auprès de 1 474 résidents du Nouveau-Brunswick, de Toronto, de Haldimand-Norfolk et de Vancouver a révélé qu'environ la moitié d'entre eux se souvenaient d'avoir entendu la mise en garde, et que seulement 50 % de ces derniers avaient retenu un message particulier³.

Une minorité avaient réagi à cette mise en garde en prenant certaines mesures pour se protéger. Toutefois, les personnes plus scolarisées, ou plus à risque en raison de maladies préexistantes, étaient les plus susceptibles de réagir. Plus récemment, une étude réalisée dans la région de Sarnia-Lambton a révélé que 67 % de la population était préoccupée par les effets sur la santé de la qualité de l'air au niveau local⁴. Cependant, 54 % des répondants ne savaient pas comment réduire le risque pour eux et leur famille à l'occasion d'un épisode.

Alors qu'il existe des cartes de vulnérabilité du territoire pour les inondations, les tremblements de terre, les glissements de terrain et un indice permettant de quantifier la vulnérabilité des municipalités quant au risque d'incendie, peu d'études ont été réalisées dans le domaine des changements climatiques. De plus, la perception des messages émis par les responsables de santé publique n'est pas connue.

Les professionnels de la santé et les intervenants locaux : des acteurs indispensables pour la prévention

Les professionnels de la santé (médecins, infirmières, travailleurs sociaux, etc.) et tous les intervenants sur le terrain ont donc un rôle important à jouer pour aider à rejoindre les clientèles vulnérables⁵. Ils côtoient ces clientèles au quotidien et sont donc plus en mesure de les repérer et de les localiser : personnes vivant seules ou sans soutien social, personnes vivant dans des habitations ou résidences où règne une chaleur accablante, personnes peu autonomes, très jeunes enfants, ex-psychiatisés réinsérés dans la communauté, itinérants, personnes qui consomment des médicaments comportant certains risques (ex. : phénothiazines), personnes présentant des signes de déshydratation, de symptômes respiratoires et cardiaques, etc. De plus, ces professionnels et intervenants sont davantage en mesure de surveiller l'état de santé de ces personnes à l'occasion d'un épisode de canicule. Ils peuvent aussi informer et conseiller les gestionnaires et leur clientèle en ce qui concerne les mesures préventives. Au besoin, ils peuvent signaler les cas problèmes aux autorités visées et les orienter vers les services de santé appropriés.

Pierre Lajoie, MD.

Marc Rhinds, MD.

Médecins conseil en santé environnementale

- 1 Canadian Global Change Program. *Implications of global change and human health : Final report of the Health Issues Panel*, Ottawa, The Royal Society of Canada (CGCP Technical Report), 1995.
- 2 Brain, J.D. «The susceptible individual: An overview», dans M.J. Utellm, et R. Frank (sous la dir.). *Susceptibility to inhaled pollutants*, Philadelphia, American Society for Testing and Materials, 1989.
- 3 Stieb D, J. Paola, et K. Neuman. «Do smog advisories work ? Results of an evaluation of the Canadian Smog Advisory Program», *Canadian Journal of Public Health*, vol 87, n°3, automne 1996, p. 166-169.
- 4 Puchtinger, R., P. Payne, D. White, K. Churchill, S. Duncan, *Air Quality Awareness of Sarnia-Lambton Residents*, Point Edward (Ontario), Lambton Health Unit, 55 p.
- 5 Last, J. et Q. P. Chiotti. «Les changements climatiques et la santé», *ISUMA*, vol. 2, n° 4, 2001..

L'eau ! encore l'eau !

L'eau, source de vie et parfois de problèmes, demeure un sujet d'actualité au Québec, où son abondance et sa qualité font l'envie de bien des pays. Cet article traite de deux sujets reliés à l'eau : le fluor qui tout en étant essentiel à la santé, suscite bien des débats, et les nitrates qui, en concentration élevée, peuvent porter atteinte à la santé.

1) Les fluorures

Selon les informations transmises par le ministère de la Santé et des Services sociaux, le Règlement fixant la concentration optimale en fluor pour prévenir la carie dentaire a été publié dans *La Gazette officielle du Québec* le 9 juin 2004. La nouvelle réglementation, en vigueur depuis le 24 juin 2004, fixe la concentration optimale en fluorure dans l'eau potable fluorée artificiellement à 0,7 milligramme par litre, alors qu'elle était auparavant à 1,2 milligramme par litre. Ce changement vise à diminuer l'apport total en fluorure provenant de sources telles que les dentifrices, le rince-bouche, l'eau fluorée, etc. Rappelons que la fluoruration de l'eau potable est une mesure de prévention de la carie dentaire reconnue efficace. Elle permet de rejoindre l'ensemble de la population, tout particulièrement les personnes vivant en milieu défavorisé, pour qui les autres mesures de prévention de la carie dentaire sont plus difficilement accessibles sur le plan financier. Dans la région de la Capitale nationale, la population qui reçoit une eau fluorée artificiellement est estimée à environ 238 000 personnes. Cette eau fluorée est acheminée par l'usine de filtration de la Ville de Québec. Cette usine dessert en totalité ou en partie les secteurs suivants : Wendake, L'Ancienne-Lorette, Charlesbourg*1, Lac-Saint-Charles, Loretteville*, Québec, Sillery, Saint-Émile*, Vanier et Saint-Gabriel-de-Valcartier*.

Denis Gauvin
Conseiller en santé environnementale

2) Les nitrates²

La région de Portneuf, outre ses beaux paysages, est bien connue pour sa culture de pommes de terre. Des études menées dans les années 90 par le ministère de l'Environnement, en collaboration avec notre direc-

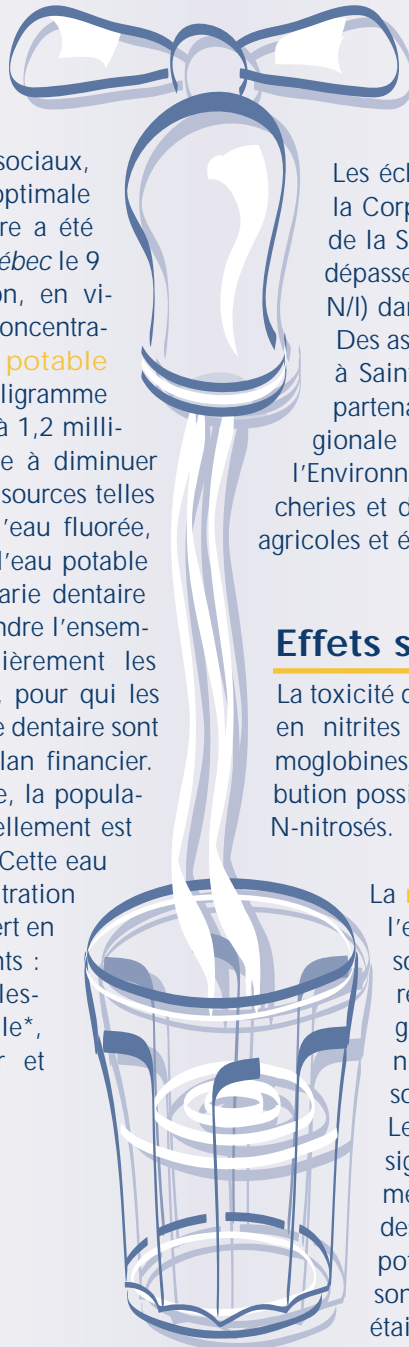
tion, ont démontré une concentration élevée de nitrates dans l'eau de certains puits. Ces puits se trouvaient surtout dans les zones avoisinant les aires de culture intensive qui faisaient usage d'engrais azotés. Dans ce contexte, la Direction régionale de santé publique, en collaboration avec le CLSC de Portneuf, avait amorcé une campagne de sensibilisation auprès des médecins et des professionnels de la santé, des décideurs municipaux, des agriculteurs et dans la population en général.

Les échantillonnages faits ces derniers mois par la Corporation d'aménagement et de protection de la Sainte-Anne (CAPSA) montrent encore des dépassements de la norme québécoise (10 mg-N/l) dans l'eau de certains puits de cette région. Des assemblées publiques ont été tenues en juin à Saint-Léonard et à Saint-Alban, où les divers partenaires visés étaient présents (Direction régionale de santé publique, CLSC, ministère de l'Environnement, ministère de l'Agriculture, des Pêcheries et de l'Alimentation, Union des producteurs agricoles et élus municipaux).

Effets sur la santé

La toxicité des nitrates (NO_3) résulte de leur réduction en nitrites (NO_2) et de la formation de méthémoglobines d'une part et, d'autre part, de leur contribution possible à la synthèse endogène de composés N-nitrosés.

La méthémoglobinémie du nourrisson est l'effet sur la santé le plus préoccupant. Ce sont les nitrites qui, en oxydant le fer ferreux de l'hémoglobine en fer ferrique, engendrent la méthémoglobine. Cette dernière ne peut fixer l'oxygène, et réduit ainsi son transport des poumons vers les tissus. Le tableau ci-dessous présente les différents signes cliniques versus le pourcentage de méthémoglobine dans le sang. La plupart des cas associés à la consommation d'eau potable ont été constatés chez des nourrissons de moins de trois mois, lorsque l'eau était contaminée à plus de 25 mg/l. Le risque de décès, bien que possible, demeure rare ; aucun décès attribuable à la méthémoglobinémie n'a encore été signalé au Québec. Les femmes enceintes sont également vulnérables à la méthémoglobinémie,



puisque leur taux peut atteindre 10 % à la 30^e semaine de grossesse. Le nourrisson allaité est quant à lui peu vulnérable à la méthémoglobinémie car les nitrates ne se retrouvent pas dans le lait maternel.

Concentrations de MéthHb	Signes cliniques
10-20 %	Cyanose des membres et du tronc
20-45 %	Céphalées, étourdissements, fatigue, syncope, dyspnée
45-55 %	Baisse du niveau de conscience
55-70 %	Coma, convulsions, choc, arythmies
> 70 %	Risque de décès

Relativement à la contribution possible des nitrites à la synthèse endogène de composés N-nitrosés, des données expérimentales chez l'animal montrent une possibilité de risque **cancérigène** qui n'a pas été confirmée chez l'humain, mais qui incite quand même à la prudence. Certaines études effectuées avec des animaux ont démontré aussi des effets **tératogènes** tératogènes possibles, bien qu'aucune conclusion n'ait pu être établie pour l'humain.

Recommandations

On retrouve de façon normale des nitrates dans l'environnement, et ces concentrations naturelles devraient être inférieures à 3 mg-N/l. La norme québécoise dans l'eau de consommation, fixée à 10 mg-N/l et conforme aux normes canadienne et américaine, est basée sur des considérations de santé. À la lumière de ces informations et des effets des nitrates sur la santé, et selon les concentrations retrouvées dans l'eau potable, nos recommandations sont les suivantes.

Concentrations dans l'eau	Recommandation
> 3 mg-N/l et < 10 mg-N/l	Consommation de l'eau Recherche d'une source possible de nitrates à proximité
> 10 mg-N/l (court terme)	Non-consommation de l'eau pour les nourrissons de moins de 6 mois et les femmes enceintes
> 10 mg-N/l (long terme)	Non-consommation de l'eau pour toute la population
> 20 mg-N/l	Non-consommation de l'eau pour toute la population

Il ne faut pas faire bouillir l'eau, puisque cela a pour effet de concentrer davantage les nitrates. Les solutions de recharge consistent à utiliser l'eau embouteillée, ou de l'eau non contaminée provenant d'une autre source ou d'un nouveau puits. Certains appareils de traitement de l'eau (osmose inversée ou échange d'ions) peuvent être efficaces pour éliminer les nitrates mais doivent être utilisés avec prudence. L'entretien doit être fait de façon rigoureuse (particulièrement en ce qui concerne les filtres), selon les spécifications du fabricant, et l'appareil devrait respecter les normes ANSI/NSF de Santé Canada (à vérifier à l'achat).

Nous recommandons enfin que :

- tout propriétaire de puits s'assure de la qualité de son eau et qu'il la fasse analyser au minimum deux fois l'an (printemps et automne) par un laboratoire accrédité par le ministère de l'Environnement du Québec, et ce, autant pour les paramètres bactériologiques que pour les nitrates, particulièrement s'il réside dans une zone à risque.

Les infirmières du CLSC de Portneuf, pour leur part, continuent de sensibiliser les futures et nouvelles mères à cette problématique :

- par des recommandations de santé;
- en informant sur les solutions de recharge disponibles;
- en insistant sur l'importance de bien connaître la qualité de l'eau de son puits.

La vigilance demeure toujours de mise afin d'éliminer le plus possible les risques sur la santé des populations exposées aux nitrates, particulièrement dans la région de Portneuf.

Pour plus d'information, la population peut communiquer avec Info-Santé CLSC ou avec le CLSC de son territoire. Pour les professionnels de la santé qui veulent en savoir plus, communiquer avec l'auteure de cet article au 666-7000, poste 233.

Reine Roy
Conseillère en santé environnementale

1 Les astérisques identifient les secteurs desservis en partie.
2 Institut national de santé publique. Fiches Nitrates/Nitrites, 2003.

Un printemps 2004 en « mémoires »

L'Équipe Santé et environnement de la Direction régionale de santé publique de la Capitale nationale a eu l'occasion cette année de présenter, en vertu de ses mandats de protection et de prévention, deux mémoires dans le cadre de consultations publiques tenues localement.

1. Plan de gestion des matières résiduelles de la Communauté métropolitaine de Québec (CMQ) Rive-Nord

Le 4 mai dernier, l'équipe présentait un mémoire dans le cadre de la consultation publique sur le sujet mentionné en titre. Cette consultation était menée par une commission indépendante itinérante qui, en vertu de la *Politique québécoise sur la gestion des matières résiduelles 1998-2008*, devra statuer sur ce programme.

Ce bref mémoire aborde le sujet, d'un point de vue de santé publique, en cinq grandes sections, soit :

- les risques à la santé de la population reliés à des contaminants pouvant provenir de l'incinérateur de déchets domestiques ;
- les risques à la santé de la population reliés aux modes de gestion des matières putrescibles, notamment le compostage ;
- les risques à la santé de la population reliés aux contaminants pouvant provenir de l'enfouissement sanitaire, et plus particulièrement du site d'enfouissement de Saint-Joachim ;
- les notions de gestion du risque en santé publique ;
- les recommandations de santé publique.

Les D^{rs} Pierre L. Auger, Pierre Lajoie, Henri Prud'homme et Marc Rhainds, les auteurs du mémoire, ont procédé à une recension de la littérature scientifique sur le sujet et constaté que les conclusions étaient souvent contradictoires. Compte tenu de ces contradictions, ils ont invoqué le principe de précaution. Dans ce contexte, étant donné le manque d'information précise, la présence de populations sensibles dans le voisinage de l'incinérateur et la méconnaissance des risques à long terme reliés au site d'enfouissement de Saint-Joachim, les auteurs, afin de protéger les gens de la Communauté métropolitaine de Québec Rive-nord qui pourraient être exposés, ont émis leurs recommandations en s'appuyant sur les connaissances théoriques actuelles sur les dangers associés aux contaminants présents ou susceptibles de l'être.

De façon prioritaire, le mémoire préconise une politique énergétique de réduction à la source (élimination des emballages, récupération, revalorisation, compostage,

etc.), appariée à une réduction progressive de 50 % de la capacité de l'incinérateur ; celui-ci devra donc subir une modernisation partielle afin de répondre aux normes de la Communauté économique européenne, qui ont, présentement, les normes les plus sévères. Toujours selon le mémoire, ces actions devraient s'accompagner de la mise en exploitation d'un centre de stabilisation biologique des déchets résiduels avant leur enfouissement sanitaire, en plus d'un centre de compostage sécuritaire, fermé et centralisé, et ce, en prévoyant ultimement la fermeture de l'incinérateur.

Pierre L. Auger, médecin-conseil en santé environnementale

2. Projet de prolongement de l'axe du Vallon (Ville de Québec)

Un second mémoire était déposé le 1^{er} juin dernier dans le cadre des audiences tenues par le Bureau des audiences publiques sur l'environnement (BAPE) relativement au prolongement possible de l'autoroute du Vallon. Ce dernier mémoire, dont voici un résumé, a été préparé en collaboration avec deux autres équipes de la DSP, soit l'équipe Sécurité dans les milieux de vie et l'équipe Habitudes de vie et maladies chroniques.

Comme les autres directions de santé publique du Québec, celle de la Capitale nationale appuie le protocole de Kyoto sur les changements climatiques ainsi que l'approche de développement durable, ce dernier concept est défini dans le rapport Brundtland (Organisation des Nations-unies, 1987), comme « un développement qui répond aux besoins du présent sans compromettre la capacité des générations à venir de satisfaire à leurs propres besoins ».

Dans un tel contexte, notre organisation se doit de privilégier les projets d'aménagement et de développement intégrant la protection de la qualité de l'air, des espaces naturels ainsi que de la qualité de vie en général. Elle se doit également d'appuyer les projets encourageant le transport alternatif sur son territoire afin de valoriser les centres-villes au détriment de l'étalement urbain et de favoriser l'utilisation judicieuse de sources d'énergie propre.

Le projet de prolongement de l'axe du Vallon a été élaboré par la Ville de Québec et le ministère des Transports du Québec avec un souci fort louable de réduire les effets sur la santé, la sécurité et l'environnement. Néanmoins, notre direction est d'avis que ce projet ne souscrit pas à l'approche de développement durable et contribuera plutôt à favoriser l'étalement urbain, l'utilisation de véhicules automobiles au détri-

ment du transport alternatif et l'accroissement des gaz à effet de serre.

Devant la possibilité que ce projet puisse voir le jour, le mémoire contenait, notamment, plusieurs recommandations relatives à la sécurité routière, aux interventions d'urgence du réseau de la santé, au transport en commun, aux modes de transport alternatif, au climat sonore ainsi qu'aux espaces récréatifs de proximité.

Philippe Guerrier
Conseiller en santé environnementale

N.B. Ces deux documents, peuvent être consultés sur notre site Internet à l'adresse suivante :
www.rsss03.gouv.qc.ca/D-Publications-DSPQ08.html.

Si vous désirez une copie papier, communiquer avec madame Lina Bergeron au **666-7000, poste 514**.

Dépliants « Best sellers » de l'été

Compte tenu des changements climatiques à l'oeuvre, nous devons nous préparer à des vagues de chaleur plus fréquentes et nous prémunir des effets néfastes des rayons du soleil. C'est pourquoi nous joignons à notre bulletin les deux dépliants suivants :

« **Quand il fait chaud à mourir ... Prudence** »

« **Danger ! Le bronzage pourrait avoir votre peau** »

Sur une note positive cette fois, nous vous présentons un petit dépliant du ministère de l'Agriculture, des Pêcheries et de l'Alimentation, en collaboration avec le ministère de l'Environnement et de la Faune et le ministère de la Santé et des Services sociaux, qui nous informe sur les bénéfices de la consommation du poisson :

« **Connaissez-vous les oméga 3 ? Moi, oui...** »

Ces dépliants seront expédiés à chacun des CLSC de la région de la Capitale nationale et à certains autres partenaires de la Direction régionale de santé publique.



Pour obtenir des copies supplémentaires de ces dépliants, vous pouvez communiquer avec M^{me} Lina Bergeron au 666-7000, poste 514.

Malgré que certains risques y soient associés, la belle saison a quand même plusieurs avantages, les vacances par exemple. C'est d'ailleurs avec un grand plaisir que l'Équipe Santé et environnement vous souhaite du beau temps et du repos pendant vos vacances.

Henri Prud'homme, médecin coordonnateur
Reine Roy, adjointe à la coordination
Denis Gauvin, conseiller en santé environnementale
Philippe Guerrier, conseiller en santé environnementale
Jean-François Duchesne, conseiller en santé environnementale
Marc Rhains, médecin conseil en santé environnementale
Pierre Auger, médecin conseil en santé environnementale
Pierre Lajoie, médecin conseil en santé environnementale

Bulletin
de **santé publique**

V. 16, no. 4, août 2004

Publication de la Direction régionale de santé publique de la Capitale nationale 2400, d'Estimauville, Beauport (Québec) G1E 7G9

Adresse internet : www.dspq.qc.ca

Pour information, contactez Ginette Langevin au 666-7000, poste 215 ou ginette.langevin@ssss.gouv.qc.ca

Infographie : Atelier Infograph

Envoi de poste publication 40007047

Agence
de développement
de réseaux locaux
de services de santé
et de services sociaux

Québec
Capitale nationale

