



# GUÍA SOBRE CHINCHES DE CAMA

*Prevención y el exterminio*

Esta guía proporciona información sobre cómo detectar y erradicar las chinches.

## ¿Qué son las chinches de cama?

Las chinches de cama son diminutos parásitos sin alas que se alimentan de sangre que pasan por tres etapas básicas de la vida: huevo, ninfa y adulto. Una ninfa recién eclosionada del huevo es del tamaño de una semilla de amapola y muy pálida hasta que se alimenta. Antes de alimentarse, una chinche adulta posee el tamaño y la forma de una semilla de manzana, es de color marrón rojizo oscuro y plana como una tarjeta de crédito. Estos insectos tienden a esconderse en lugares tranquilos, como el lugar donde una persona duerme o se sienta durante un período prolongado de tiempo.

Una chinche promedio vive aproximadamente 10 meses. Las hembras ponen de uno a cinco huevos al día, crecen hasta alcanzar la edad adulta en 21 días y pueden sobrevivir durante meses sin alimentarse. En lugares muy infestados las chinches habitan en cualquier parte de la habitación.

Los chinches se alimentan de sangre. Su boca posee estiletes finos que insertan en la piel en busca de un vaso sanguíneo. Además, pueden moverse y morder de forma continua. Su boca libera saliva que contiene proteínas y enzimas sobre la piel que pueden causar una reacción alérgica en algunas personas. Las reacciones alérgicas varían, pero las más comunes son pequeñas protuberancias, ampollas o pústulas rojas o blancas que pican.

## ¿CUÁL ES EL RIESGO DE TENER CHINCHES EN EL HOGAR?

Hasta la actualidad, se ha demostrado que las chinches transmitan enfermedades a los humanos. Sin embargo, el síntoma más común de las picaduras son ronchas en la piel. Los riesgos se relacionan con el uso de insecticidas para desinfectar el hogar, en particular, cuando los individuos intentan erradicar las chinches de cama sin la ayuda o el consejo de un exterminador de plagas profesional.

Las personas que no tienen experiencia en el uso de plaguicidas deben usar pulverizadores en aerosol y productos profesionales para controlar las chinches en sus hogares. Se desconoce el impacto en la salud pública de la sobreexposición a los estafilococos que se utilizan para controlar las chinches, sin embargo, no recomendamos el uso de "bombas de insecticida" y pulverizadores debido a la exposición dañina y el riesgo de explosiones que implica el uso de estos artefactos.





## ¿QUIÉN DEBE OCUPARSE DE LA ELIMINACIÓN DE LAS CHINCHES?

En la mayoría de los casos, el propietario o administrador de la propiedad está obligado por ley a "mantener la vivienda que poseen libre de infestación de insectos" (Código de Reglamentos de Massachusetts: 105 Sección 410.550). Si usted es un inquilino, hable con su propietario para que contrate a un exterminador con licencia para identificar el insecto y llevar a cabo un plan de exterminio o IPM (Manejo Integrado de Plagas) para eliminarlos.

Tenga en cuenta: Si alguien alquila una casa unifamiliar, el propietario no es responsable del exterminio, siempre y cuando mantenga el buen estado de la propiedad. En estos casos, el ocupante deberá contratar a una empresa de gestión de plagas con licencia.

## RESPONSABILIDADES DE LA DIRECCIÓN Y EL PERSONAL DE LOS EDIFICIOS:

- Solicitar a inquilinos o huéspedes que reporten los casos de chinches (si la infestación no se controla, se propagará rápidamente)
- Mantener registros de las quejas por chinches (u otras plagas)
- Actuar con rapidez frente a las quejas
- Llevar a cabo un protocolo agresivo para eliminar la plaga
- Instituir un programa de prevención, centrado en la conciencia

## RESPONSABILIDAD DE LOS INQUILINOS:

- Coopere con el personal y la administración para prevenir y controlar las chinches, ya sea que su domicilio individual esté infestado o no.
- Conozca las señales que indican la presencia de las chinches de cama y revise con frecuencia si hay evidencia de ellas en su espacio vital
- Cómo reportar la infestación



## ¿PASOS?

### PASO 1: PREPARACIÓN - HABLAR CON SU INQUILINO

El primer paso es hablar a los residentes para determinar los posibles sitios de infestación. Haga las siguientes preguntas:

1. ¿Quién de la familia presenta mordidas de chinches? ¿Las picaduras son visibles?
2. ¿Dónde duermen o descansan las personas afectadas en la residencia?
3. ¿Hay presencia de chinches en las residencias vecinas?
4. ¿Incorporaron algún mueble nuevo o usado a la residencia hace poco?
5. ¿Alguien en la familia realizó algún viaje que requirió llevar equipaje?
6. ¿Dónde dejó el equipaje cuando regresó de su viaje?
7. ¿Dónde guarda el equipaje en este momento?
8. ¿Alguien más visita la residencia con bolsas, abrigos u otros artículos?
9. ¿Hay mascotas en la casa y, de ser así, dónde suelen dormir o descansar?
10. ¿Qué medidas de control se tomaron?

### PASO 2: INSPECCIÓN INICIAL

El propósito de la inspección es determinar si hay chinches en la cama y el nivel de infestación. Si en algún momento encuentra una chinche de cama, aconseje al cliente sobre las opciones de tratamiento e inicie los procedimientos de control. Un especialista en plagas profesional inspeccionará grietas y ranuras, desmontará muebles, retirará zócalos, levantará alfombras, retirará recipientes y tapas de salida, y sellará y guardará los artículos y muebles infestados.

Comience la inspección donde la persona afectada descansa o duerme (generalmente camas, sofás y sillas) en busca de insectos, pieles de plagas y manchas fecales. La inspección de la cama debe ser muy detallada, e incluirá sábanas, mantas, almohadas, colchones, somier, cabecera y marco. Para inspeccionarla, deberá desmontarla y colocarla en el suelo. Las chinches pueden esconderse en grietas y ranuras muy pequeñas, incluyendo agujeros perforados para tornillos. Los somieres y los marcos de cama poseen costuras, protectores de borde inferiores y cubiertas contra el polvo ("fundas"), y es importante examinar todas las uniones y ranuras.

A continuación, expanda la búsqueda y examine todos los muebles, zócalos, alfombras, electrodomésticos y cortinas, etc.

### TENGA EN CUENTA QUE

En los edificios, si las chinches se encuentran en una vivienda, se deben inspeccionar todas las residencias adyacentes (incluidas las que se encuentran directamente sobre la vivienda en el piso superior o bajo de esta en el piso inferior).



### **PASO 3: CÓMO ENCONTRAR UN PROFESIONAL FIABLE PARA EL CONTROL DE PLAGAS**

La mejor manera de deshacerse de las chinches es contratar a una empresa profesional de control de plagas con experiencia en el control de chinches.

Se requiere una licencia de plaguicida comercial para tratar todas las propiedades privadas o públicas de uso residencial con cuatro o más viviendas (Massachusetts Pesticide Control Act Capítulo 132 B de la Ley General de Massachusetts). Los únicos plaguicidas habilitados para el uso contra las chinches son aquellos que se rotulan en la Mancomunidad de Massachusetts.

Antes de ponerse en contacto con una empresa de control de plagas, debe saber cuáles son las áreas problemáticas y qué plagas tiene, para que pueda contratar a las personas adecuadas. Si ha visto plagas en su casa, tome nota de cómo son y de todos los lugares donde las vió. De esta manera, la empresa que usted contrate podrá ofrecerle el mejor servicio posible.

Tomarse el tiempo para llevar a cabo el proceso de revisión puede ahorrarle dinero y evitar que las plagas se apoderen de su hogar. Antes de contratar a un profesional de control de plagas, debe contar con alguna información para ofrecerle, así la empresa podrá realizar un mejor servicio. Si es posible, busque en Internet las características de los insectos para identificarlos. Esto ayudará a la empresa de control de plagas cuando contrate sus servicios.

Además le recomendamos que siga los siguientes pasos:

- Llame a varias empresas de control de plagas con licencia y aseguradas para solicitarles presupuestos por escrito.
- Verifique las referencias.
- Busque empresas que ofrezcan control químico y no químico.
- Insista en la inspección previa como parte del proceso de presupuesto.
- Los profesionales deben informarle sobre las opciones de tratamiento y las garantías.
- Un plan eficaz de control de chinches requiere múltiples tratamientos e inspecciones. Asegúrese de que el presupuesto incluya esas medidas.
- Compare garantías y referencias.

## **PASO 4: LAS MEJORES PRÁCTICAS PARA EL CONTROL DE CHINCHES**

No utilice los plaguicidas por sí solos para controlar las chinches. El programa más eficaz para eliminar las chinches es el que utiliza un enfoque de Manejo Integrado de Plagas (IPM). Un IPM incorpora y combina de forma lógica todos los métodos posibles que minimiza el riesgo de exposición a plaguicidas, protege el medio ambiente y maximiza la eficacia. Además, se recomienda que las instalaciones cuenten con un plan de lucha contra las plagas antes de que se conviertan en un problema.

Los métodos de IPM incluyen:

- Inspeccionar las zonas infestadas y las habitaciones de alrededor
- Identificar la plaga
- Mantenga registros que incluyan fechas y lugares donde se encuentran plagas
- Limpie todos los elementos
- Intentar mantener el orden en los lugares donde las chinches pueden esconderse
- Use los pesticidas con cuidado, según las instrucciones de la etiqueta
- Realice inspecciones de seguimiento y tratamientos
- Brinde información sobre la prevención de las chinches

Una instalación grande puede necesitar varios ciclos de inspecciones, limpieza y aplicación de pesticidas para eliminar las chinches por completo. Solo centrarse en las camas y en la ropa de cama NO es una buena estrategia para el control de chinches. Las chinches de cama pueden propagarse a las paredes, molduras, accesorios de luz, electrónica y zócalos. Si decide desechar muebles y pertenencias, asegúrese de destruir o desfigurar los artículos para evitar que otras personas recojan los elementos infestados sin saberlo.

## PASO 5 A: CÓMO PREPARAR LA HABITACIÓN

Preparar una habitación para el tratamiento de chinches es esencial para erradicar la infestación. Los profesionales de control de plagas prefieren realizar una inspección antes de comenzar cualquier limpieza o exterminio. Esto le proporciona al profesional una idea de la gravedad del problema. Una vez que se localizan las chinches y se determina la gravedad del problema, se debe preparar la habitación. Se sugieren los siguientes pasos para la preparación de la habitación:

- Retire toda la ropa de cama, fundas y cortinas de la habitación. Luego, colóquelas en bolsas para llevarlas a la lavandería.
- Limpie y vacíe los cajones y armarios. Coloque sus pertenencias en bolsas de plástico. Coloque toda la ropa y abrigos en bolsas para llevar a la lavandería.
- Los juguetes de plástico, los libros, los componentes electrónicos y cualquier cosa que no pueda lavarse deben embolsarse por separado para su inspección.
- Debe retirar todos los artículos de tela y felpa de la habitación. Si es posible, retire y lave las almohadillas de los muebles.
- Retire los muebles por lo menos 18 pulgadas lejos de las paredes.
- Retira la placa del interruptor y las cubiertas de los tomacorrientes de las paredes.
- Es importante que retire los marcos de los cuadros y portaretratos para limpiarlos y tratarlos.
- Las personas y mascotas deben abandonar el área durante el tratamiento y esperar la cantidad de tiempo indicada antes de volver a entrar, en general, cuatro horas.
- Cubra las peceras con una toalla o una cubierta de plástico.
- Se debe limpiar toda la ropa, la ropa de cama y otros artículos (libre de chinches) y mantenerse aislados hasta que el cliente se traslade a una nueva habitación, ubicación, o hasta que se elimine el problema de chinches.
- Asegúrese de que el profesional de control de plagas inspeccione y trate todos los muebles.
- Elimine el desorden: es imposible deshacerse de las chinches de la cama sin deshacerse del desorden.





## PASO 5 B: PREPARACIÓN DE LAS VIVIENDAS DESOCUPADAS

Las chinches en las viviendas desocupadas no son solo un problema de control sino un problema legal porque no se puede garantizar que el domicilio esté completamente libre de chinches de cama (aparte de usar fumigación química).

¿Cómo se puede alquilarlo otra vez? Si trata la vivienda desocupada con un tratamiento convencional, considere lo siguiente:

- Las chinches quedan inactivas cuando no hay huéspedes presentes y no entran en contacto con superficies tratadas con insecticida
- No hay un dispositivo confiable de monitoreo de chinches para usar cuando no hay huéspedes presentes.
- Las chinches pueden trasladarse a viviendas adyacentes en busca de comida.

La mejor solución es el tratamiento intensivo de la vivienda. La empresa de control de plagas que usted contrate, perforará los huecos de las paredes y quitará los zócalos y la cornisa para tratar los lugares con polvo. También aplicará un tratamiento exhaustivo con insecticidas en las grietas y ranuras. Es posible que revisen las viviendas adyacentes. Si luego de realizar tres inspecciones y tratamientos no se detecta la presencia de chinches de cama, y se documentaron todos los esfuerzos de tratamiento y los resultados de la inspección, podrá volver a alquilar la vivienda. Las inspecciones y tratamientos se deben realizar con dos semanas de diferencia, es decir, el proceso completo tardará seis semanas.

Sin embargo, es posible que el nuevo residente presente una queja, así que esté preparado para actuar de inmediato. Como alternativa, el apartamento es posible que un canino de detección de olor (perro olfateador de chinches) inspeccione la vivienda. El uso de un perro entrenado para detectar infestaciones de chinches es un excelente método para determinar si las chinches siguen presentes o no. Estos perros pueden detectar la diferencia entre una infestación viva y muerta, e incluso pueden detectar un solo huevo de chinche. Sin embargo, en la actualidad solo existen unos pocos perros disponibles para este propósito. Por lo tanto, la contratación de un perro experimentado para detectar la presencia de chinches durante las inspecciones de la vivienda será caro.





## **PASO 6: LAS EXPECTATIVAS DEL CONTROL**

Si bien se puede esperar que la población de chinches se reduzca considerablemente después del tratamiento inicial, no es razonable esperar que la plaga se haya ido. De hecho, las chinches se pueden volver más evidentes las primeras 24 horas después del tratamiento porque se enferman y vagan a la intemperie. No utilice insecticida para intentar eliminarlas. En los próximos dos días, las chinches comenzarán a morir de forma masiva.

Sin embargo, incluso si las chinches parecen haber desaparecido una semana después del tratamiento inicial, los tratamientos de seguimiento deben realizarse dentro de dos semanas para matar a cualquier ninfa que pueda haber eclosionado durante el intervalo de tratamiento. Después del tratamiento y dos seguimientos, si los inquilinos no han visto chinches ni han recibido picaduras, la plaga puede considerarse controlada.

Por desgracia, no hay ninguna garantía de que las chinches se hayan ido por completo, por lo que el residente debe seguir en alerta. Si la infestación es grande, se pueden requerir muchos tratamientos de seguimiento, pero nadie puede predecir cuántos. En un entorno desordenado, donde la plaga ha existido durante un año o más, el edificio puede necesitar fumigación.

En estos casos, la mejor solución es lograr la supresión de la plaga, para evitar que el inquilino sea mordido todo el tiempo, incluso si las visitas de seguimiento continúan indefinidamente. En estos casos, es muy importante que la administración del apartamento y el residente tengan expectativas realistas de lo que las medidas de control harán y no harán.



## **PREGUNTAS FRECUENTES**

### **¿QUÉ PLAGUICIDAS PUEDO UTILIZAR?**

Las chinches se están volviendo resistentes a los plaguicidas comunes. Los plaguicidas disponibles en las tiendas para uso en los hogares solo matarán a los chinches cuando se rocían directamente sobre ellas.

Además, nunca aplique plaguicidas sobre colchones o sofás, o donde los niños y las mascotas juegan. Le recomendamos que deje el uso de plaguicidas en mano de un profesional de control de plagas con licencia.

### **¿SON EFECTIVAS LAS BOMBAS CONTRA INSECTOS O LOS PULVERIZADORES INSECTICIDAS?**

No, estos productos pueden propagar productos químicos peligrosos por toda la casa y no son eficaces contra las chinches. En realidad, las bombas de insectos y pulverizadores empeoran el problema porque pueden causar que las chinches se dispersen a otras áreas de la casa.

### **¿TENGO QUE TIRAR LOS COLCHONES Y MUEBLES?**

No, tirar el colchón o los muebles no resolverá un problema de chinches. Si tiene chinches en su colchón o sofá, también habitan en otros lugares de tu casa.

Cualquier mueble nuevo que lleve a su casa también será invadido por las chinches. Pregunte al profesional de control de plagas si hay algo que necesita tirar. Incluso si los muebles como el sofá tienen chinches, el profesional de control de plagas podrá tratarlos.

Si necesita tirar algo, pinte o escriba "Chinches de cama" en el objeto en letras grandes para que nadie lo recoja y lo lleve a su casa. No compre muebles nuevos hasta que el profesional de control de plagas haya terminado de tratar su hogar y esté seguro de que las chinches se han exterminado.

### **¿CÓMO PUEDEN LOS AMIGOS Y FAMILIARES EVITAR LLEVAR LAS CHINCHES DE MI CASA A LA DE ELLOS?**

Las chinches pueden viajar de una casa a otra en la ropa de una persona o en bolsos, maletas o mochilas. Hasta que haya eliminado las chinches en su casa, le recomendamos que sus amigos y familiares sigan las siguientes indicaciones cuando visiten su casa:

- No lleve bolsos, maletas o mochilas.
- Si es posible, evite sentarse en muebles blandos como sofás.
- Deben quitarse la ropa inmediatamente después de regresar a casa y lavarla. Si no tiene lavadora y secadora, guarde la ropa en una bolsa bien sellada hasta que pueda lavarla.



## **¿CÓMO CONTROLO LAS CHINCHES?**

- No lleve a su casa marcos de cama desechados, colchones, somieres o muebles tapizados que encuentre en la calle.
- Revise todos los muebles usados o alquilados para detectar la presencia de chinches.
- Cuando viaje, inspeccione la cama y los muebles.
- Mantenga las maletas fuera del suelo y la cama, e inspeccione el equipaje antes de salir.
- Si sospecha que ha estado cerca de chinches, lave su ropa con agua caliente de inmediato.

## **¿CUÁNTO TIEMPO TIENE EL PROPIETARIO PARA CONTRATAR A UN PROFESIONAL DE CONTROL DE PLAGAS?**

La ordenanza le otorga a los propietarios hasta 10 días para contratar a un profesional de control de plagas para que inspeccione la vivienda.

## **¿CÓMO PUEDO TRATAR LAS PICADURAS DE CHINCHES?**

Lave el área de la picadura con un jabón antiséptico para reducir la infección y no se rasque si siente ganas de hacerlo. Visite a su proveedor de atención médica si la picadura se infecta.

## **¿CON QUÉ FACILIDAD SE PROPAGAN LAS CHINCHES DE PERSONA A PERSONA?**

Las chinches no son contagiosas, ya que no pueden transmitirse de persona a persona. Sin embargo, las chinches pueden esconderse y vivir en la ropa de cama, ropa, equipaje y muebles de una persona. Cuando estos artículos ingresan a un domicilio o se trasladan a otra área, pueden transportar las chinches con ellos.

## **¿CUÁNTO TARDA EN HACERSE EVIDENTE UNA INFESTACIÓN DE CHINCHES?**

Las marcas de mordedura pueden tardar hasta 14 días en desarrollarse en algunas personas.

## **¿CÓMO SE PROPAGAN LAS CHINCHES?**

Debido a que las chinches habitan tanto en los hogares como en una gran variedad de lugares públicos, la gente puede transportarlas de un lugar a otro con facilidad. Pueden esconderse en las costuras de equipaje, bolsas de viaje, ropa de cama y en los pliegues de la ropa. También se pueden trasladar en los muebles. La mayoría de las personas no se dan cuenta de que llevan chinches mientras viajan de un lugar a otro, e infectan las áreas a medida que se desplazan. Las chinches son expertas en esconderse. Pueden permanecer ocultas durante largos períodos de tiempo y mantenerse con vida incluso sin alimentarse de sangre.

## **¿A QUIÉNES AFECTAN LAS CHINCHES DE CAMA?**

Todos corren el riesgo de contraer chinches cuando visitan una zona infectada. Cualquier persona que viaje con frecuencia y comparte vivienda y dormitorios donde otras personas han dormido previamente tiene un mayor riesgo de ser mordido o propagar una infestación de chinches.

## **¿CUÁNTO TIEMPO PUEDE UNA PERSONA LLEVAR CHINCHES?**

Las chinches se mantienen con vida en zonas infestadas siempre que se reproduzcan y puedan alimentarse periódicamente de seres humanos, al menos que un profesional del control de plagas las elimine. No viven en humanos, sino que se alimentan de ellos.



## **ACERCA DE NUESTRO TRABAJO**

El Departamento de Servicios de Inspección administra y hace cumplir las regulaciones de construcción, vivienda, salud, saneamiento y seguridad establecidas por los gobiernos municipales y estatales. Somos cinco divisiones reguladoras. Nuestro objetivo es proteger y mejorar la calidad de vida de todos los residentes de Boston. Nuestra misión es servir al público al garantizar la protección de la salud, seguridad y estabilidad ambiental de las comunidades comerciales y residenciales de Boston.

## **CONTACTO**

División de vivienda (Housing Division) | **617-635-1010** | <https://www.boston.gov/departments/inspectional-services#housing-help>

