

MANEJO INTEGRADO DE PLAGAS: CHINCHES



Las chinches de cama, comunes antes de la década del 50, han vuelto a aparecer en hogares, edificios de apartamentos, dormitorios, hoteles, y casas de cuidado infantil hogareño. Las chinches adultas son insectos parduscos-rojizos aplanados, de aproximadamente $\frac{1}{4}$ de pulgada de largo, del tamaño de una semilla de manzana. Se mueven rápido, pero no vuelan ni saltan. Se alimentan únicamente de sangre y pueden sobrevivir varios meses sin comer.

¿Cuándo son las chinches un problema?

Afortunadamente, las chinches no transmiten enfermedades. Sin embargo, cuando las personas piensan que tienen chinches, posiblemente duerman mal y se preocupen de ser picadas.

Los piquetes de chinches:

- ▶ Pueden causar hinchazón, enrojecimiento y comezón, aunque muchas personas no tienen ninguna reacción a estos.
- ▶ Se encuentran formando un semicírculo, fila o una a la vez.
- ▶ Semejan ronchas o piquetes de otros insectos como los mosquitos o las pulgas.
- ▶ Pueden infectarse si se rasca frecuentemente y podrían requerir un medicamento recetado por un doctor profesional de atención médica.

¿Cómo entran las chinches en una casa de cuidado infantil hogareño?

Por lo general, estas llegan con un niño que tenga una infestación en su hogar, adhiriéndose a la ropa, cobijas, mochilas o juguetes de peluche. Las chinches infestan las habitaciones impecablemente limpias igual que las desordenadas o sucias. Puesto que las chinches son muy buenas para esconderse, entre más abarrotamiento y desorden tenga, es más difícil encontrarlas y más probable que aumenten en número.

Ciclo de vida de una chinche

Las chinches jóvenes, llamadas ninfas, parecen versiones pequeñas de las chinches adultas. Las ninfas más jóvenes son del tamaño de una semilla de amapola y cambian a un color rojo intenso después de que comen. A medida que una ninfa crece a la siguiente etapa, muda la piel. Las pieles se acumulan en donde se esconden las chinches. Las chinches viven en grupos. Una vez que las hembras se aparean, a menudo se van a otro lugar a poner sus huevecillos. Así es como algunas veces las chinches van a parar a otras habitaciones. Los huevecillos son diminutos, pálidos, transparentes y difíciles de encontrar. Los huevecillos se pegan a

las superficies, especialmente a la madera, cartón y tela, razón por la cual debe revisar los muebles, las cajas de cartón y la ropa para detectar las chinches, su excremento, las pieles mudadas y los huevecillos. Usted encontrará chinches todo el año. Por lo general, las chinches se mueven de un lado al otro y comen por la noche, pero visitan a las personas que toman siestas durante el día.

Cómo inspeccionar para detectar las chinches

- ▶ Prepare un conjunto de inspección que incluya una buena linterna y una lupa para buscar chinches, huevecillos, excremento, manchas de sangre o pieles mudadas.
- ▶ Inspeccione regularmente el área para tomar siestas. Use una linterna para examinar las esteras para tomar siestas, los colchones (especialmente las costuras), las camas y la ropa de cama, las cunas y otros muebles en el área.
 - ▷ Revise debajo de los botones de las esteras de vinilo para tomar siestas.
 - ▷ Ruede las cunas de lado para revisar las partes inferiores.
 - ▷ Escudriñe las paredes y el techo y busque chinches, huevecillos, excremento, manchas de sangre y pieles mudadas detrás de las molduras y las tapas de los enchufes eléctricos. Las manchas oscuras o manchas de sangre podrían parecerse a manchas de tinta cafés oscuras.
 - ▷ Examine los muebles tapizados y los objetos colgados en la pared como relojes, retratos y espejos.
- ▶ Recoja los insectos sospechosos o pieles mudadas para que un experto las identifique. Traiga muestras a su Extensión Cooperativa local de la Universidad de California o a la oficina del comisionado agrícola. Use un frasco pequeño para píldoras o cinta adhesiva transparente para empaquetar para este fin. Las fotografías de manchas de sangre sospechosas también podrían ayudar a identificar a las chinches.

Estrategias de IPM

1 ¡NO ROCÍE!

Si le preocupa que en su hogar haya chinches, resista el impulso de rociar pesticidas. Instalar bombas contra insectos y nebulizadores no evitará las infestaciones. Los pesticidas no llegarán a los lugares en los que las chinches se esconden.

- ▶ No trate de combatir usted mismo las chinches. Este es un trabajo para un experto.
- ▶ Evite rociar pesticidas en las sábanas, almohadas, animales de peluche, ropa o en personas. No use cubiertas de colchones que contengan pesticidas; en su lugar, use un revestimiento para colchones.

2 CONTRATE A UN PROFESIONAL EN MANEJO DE PLAGAS (PEST MANAGEMENT PROFESSIONAL, PMP)

Asegúrese de que en realidad tenga chinches antes de iniciar cualquier tratamiento. Prepárese para colaborar muy de cerca con su PMP, quien le explicará cómo puede prepararse para el tratamiento, reduciendo el abarrotamiento y el desorden, pasando la aspiradora, limpiando y lavando. Mencione lo que haya visto, recogido o fotografiado. Si no tiene un PMP, y le preocupan las chinches, contrate a un PMP que tenga licencia, seguro y experiencia lidiando con chinches. (Ver www.pcoc.org para encontrar PMP capacitados en su área). Muchos PMP prefieren tratar las chinches con calor en vez de rociar pesticidas, ya que el calor llega a los lugares en donde se esconden las chinches. Anticipe de 2 a 4 visitas para asegurarse de que las chinches se han ido.

3 MANTENGA SUS COSAS

No tire nada, incluso las esteras para tomar siestas y los colchones. Puede limpiar estas cosas fácilmente, especialmente si ataca la infestación oportunamente.

- ▶ **Colchones** Pase la aspiradora meticulosamente, especialmente alrededor de las costuras y cualquier lugar en que una chinche plana y pequeña podría esconderse. Ponga el colchón en un revestimiento para colchones de alta calidad. Los revestimientos son cubiertas que se lavan en la lavadora y que se envuelven ajustadamente a los colchones. Los revestimientos buenos tienen cierres a prueba de chinches que están hechos de tela resistente pero flexible que no se rompe fácilmente.

- ▶ Si las chinches ya viven en un colchón, el revestimiento las atraparé dentro para que no piquen a la persona que duerme sobre este.
- ▶ Las chinches pueden vivir sobre un revestimiento, pero será más fácil encontrarlas. (Pueden seguir viviendo en otras partes de la habitación y picar a las personas que duermen allí).
- ▶ Los siguientes revestimientos tienen tela y cierres a prueba de chinches: Allergy Luxe®, National Allergy® BedCare Elegance, y Mattress Safe®. Todos vienen en tamaño de colchón para cunas.
- ▶ **Esteras para tomar siestas.** Esteras de vinilo: páseles la aspiradora y luego lávelas con agua y jabón, especialmente por las costuras y por debajo de los botones. Esteras suaves y lavables: lávelas en la lavadora y luego póngalas en una secadora caliente durante por lo menos 20 minutos.
- ▶ **Objetos suaves.** Almohadas, sábanas, cobijas y animales de peluche: lávelos en la lavadora y luego póngalos en una secadora caliente durante por lo menos 20 minutos. Si el objeto no es lavable, póngalo en una secadora caliente durante por lo menos 20 minutos.

4 PREVENGA

- ▶ ¡Reduzca el abarrotamiento y el desorden! Guarde los juguetes, animales de peluche y ropa para disfrazarse en cajas de plástico con tapaderas ajustadas.
- ▶ Selle las grietas y rendijas para eliminar los escondites de las chinches y otras plagas. Aplique masilla y pinte los rodapiés o molduras de madera alrededor del techo.
- ▶ Pase la aspiradora frecuentemente en el área en donde se toman las siestas usando un accesorio para rendijas alrededor de las molduras, el área entre la pared y el techo y las costuras de los colchones. Pasar la aspiradora es lo más importante que puede hacer para atrapar las chinches dispersadas.
- ▶ Lave la ropa de cama frecuentemente. De vez en cuando, ponga las almohadas y las cobijas en una secadora caliente durante 20 minutos. Envuelva los colchones de cuna en revestimientos para colchones de alta calidad.

PLAN DE ACCIÓN PARA CHINCHES

CUÁNDO ACTUAR	PRÁCTICAS SIN PESTICIDAS	ÚLTIMO RECURSO
▶ Cuando usted vea chinches, huevecillos, excremento, manchas de sangre o pieles mudadas.	▶ Pase la aspiradora. ▶ Limpie los colchones, esteras para tomar siestas, ropa de cama y otros objetos suaves.	▶ Selle las grietas y rendijas. ▶ Contrate a un profesional en el manejo de plagas.

FUENTES DE INFORMACIÓN

- Centers for Diseases Control and Prevention, Emerging Infectious Disease www.cdc.gov/ncidod/EID/
- California Department of Pesticide Regulation, Bed Bugs are Back! www.cdpr.ca.gov/docs/pestmgmt/pubs/childcare/bedbugs_color.pdf
- California Childcare Health Program (CCHP), *Bed Bugs – What You Need To Know* cchp.ucsf.edu/BedBugs-FAM
- U.S. Environmental Protection Agency, Bed Bugs: Get Them Out and Keep Them Out www2.epa.gov/bedbugs

California Childcare Health Program, University of California, San Francisco School of Nursing • cchp.ucsf.edu

El financiamiento para "La Guía de Manejo Integrado de Plagas para Cuidado Infantil Hogareño" se proporciona en parte o en su totalidad por medio de una beca otorgada por el Departamento de Reglamentación de Pesticidas de California (California Department of Pesticide Regulation, DPR). El contenido de este documento no refleja necesariamente los puntos de vista y políticas del DPR, y la mención de nombres o productos comerciales no constituye patrocinio ni recomendación de uso.