

Let's Beat the Bug!

Las reglas básicas de las chinches de cama

- Las chinches de cama son unos insectos pequeños, cercanos al tamaño de una semilla de manzana. Los insectos adultos son planos, ovales, y de color rojizo-marón.
- Las chinches de cama se alimentan de la sangre de humanos y pueden vivir hasta un año sin alimentarse. Usualmente son activos en las horas de la noche cuando las personas duermen.
- Algunas personas no reaccionan a las picaduras de las chinches. Otros que reaccionan tienen una pequeña picadura o una llaga con mucha comezón dependiendo en la gravedad de la reacción. Las marcas de estas picaduras pueden aparecer en pocas horas o días después de la mordida. Picaduras usualmente ocurren en la piel que está expuesta mientras duermen y algunas pueden aparecer en una línea en la piel.
- Si piensas que tienes chinches de cama busca los insectos, manchas de sangre, excremento, o pedazos de piel: -
- donde se sienta y donde duerme.
 - En los colchones, las cabeceras de las camas y las sábanas
 - En rajaduras de los muebles, las puertas, y las salidas eléctricas

Recuerde que las chinches son muy pequeñas, planas y rápidas.

Para más información contacte **612-624-2200, 1-855-644-2200**
bedbugs@umn.edu, o visite
www.bedbugs.umn.edu

Control de las chinches de cama en las residencias

Cuando esté tratando de controlar las chinches de cama en su casa:

- **NO** use pesticidas dirigidos para aplicaciones en jardines o campos de agricultura.
- **NO** use productos que parezcan ser “hechos en casa” o “especialmente hechos” o productos comprados de alguien sin una licencia.

La manera más eficiente de controlar a las chinches de cama en su casa es a través de la combinación de medidas químicas y tratamientos de temperatura aplicados por Profesionales del Manejo de Pestes (Pest Management Professional (PMP)). Desafortunadamente, el servicio de PMP puede ser costoso. Así que le daremos información de cómo controlar una infestación por usted mismo.

Controlar las chinches por usted mismo puede ser muy difícil y tomar mucho tiempo. Consiste en mover los muebles, las cosas de la casa y las cosas personales. Planee como va a tratar cada cuarto. Cree una “área limpia”. Limpie pisos, ventanas, puertas, y alfombras. Visite www.bedbugs.umn.edu para más información en cómo preparar un área limpia. Trate cada objeto y muévelo al área limpia. Mueva los objetos tratados de regreso al cuarto limpio.

Matar a las chinches de cama a mano no es 100% efectivo. Puede capturarlos y apretarlos o capturarlos con cinta adhesiva y sacarlos. Esto puede reducir el número de insectos si se lo hace varias veces. Las herramientas para atrapar y matar a las chinches son: lámpara de mano, tarjeta de crédito vieja, cinta clara, bolsas de plástico, y agua con jabón caliente. Paso: Use la lámpara y la tarjeta de crédito para buscar a las chinches y sacarlas al meter



la tarjeta de crédito alrededor de las rajaduras y huecos para empujar a los insectos. Use la cinta adhesiva para atrapar a los insectos. Use el agua de jabón caliente para limpiar las infestaciones, los insectos, el excremento, los huevos, y la piel.

Aspirar ayuda a capturar y contener a las chinches de cama rápidamente. El aspirar los huecos y las rajaduras de las cabeceras de cama, los objetos electrónicos (cómo las televisiones y los radios) y cualquier otro lugar donde se pueden esconder. Si está usando una aspiradora sin bolsa, vacíe el contenido rápidamente en una bolsa plástica, ciérrela, y tirela. Limpie la aspiradora con cuidado. Si usa una aspiradora con una bolsa, sáquela de inmediato, ciérrela y tirela. Chequee la aspiradora por

Let's Beat the Bug!

cualquier chinche que puede haberse quedado y mátelala para evitar que se pueda escapar.

Vapor es una manera muy efectiva, si se aplica correctamente, de matar a las chinches de cama cuando son huevos, ninfas (chinches jóvenes), o adultos. La calidad del vaporizador es muy importante, así que use un vaporizador comercial con la capacidad mínima de un galón, preferiblemente con un volumen controlado. Use un adaptador para el suelo porque permite que el vapor penetre en la tela de los muebles, pero no es una corriente de vapor tan fuerte que sólo tire a las chinches. Para matar a las chinches efectivamente, la temperatura de la superficie de un objeto debe estar 160-180 F inmediatamente después que el vapor se ha aplicado. Use un termómetro para monitorear el progreso. Tenga mucho cuidado cuando use vaporizadores porque pueden causar quemaduras.



Lavar la ropa es un método muy importante para tratar objetos que pueden meterse en la lavadora o la secadora. Colecte sábanas y ropa sucia, guárdelas en una bolsa plástica sellada hasta que las pueda lavar para evitar las posibilidades de dispersar más chinches. Use la temperatura más alta que las telas puedan soportar para lavarlas y secarlas. Si un objeto no puede ser lavado, séquelo por 30 minutos a la temperatura más alta que el objeto pueda soportar.

Congelar objetos que están infestados es una manera fácil de matar a las chinches. Todo lo que necesita es un congelador y algo de tiempo. Cuando congele los objetos, va a necesitar dejar los objetos en el congelador por lo menos 4 días a una temperatura igual a abajo de 0°F.

Coberturas para colchones previenen que las chinches se escondan en el colchón, es el lugar principal donde las chinches se pueden ocultar. Si un colchón está infestado, el cubrirlo mantiene a las chinches adentro y comenzarán a morir después de 2 semanas. Sin embargo, es necesario dejar la cubierta por lo menos por 18 meses para asegurar que las chinches estén muertas. Además, las cubiertas de colchón pueden limpiarse fácilmente si una nueva infestación ocurre. Compre una cobertura para su colchón que sea diseñada para chinches de cama, ya que algunas pueden detener partículas que causen alergias pero no las chinches.



Tratamiento con calor seco es una manera efectiva para controlar las chinches. Este tratamiento solo debe ser llevado a cabo por profesionales de manejo de plagas para asegurarse que los objetos infestados y los cuartos que necesitan tratamiento obtengan el tratamiento necesario. No trate de hacerlo usted mismo.

Insecticidas es una parte importante del manejo de chinches ya que es común que algunos insectos se separen de las infestaciones principales hacia un nuevo sitio. Use todos los insecticidas de manera cuidadosa y de acuerdo a la etiqueta. Está altamente recomendado que contrate a un profesional del manejo de plagas para que aplique los insecticidas apropiados. No trate de aplicar en las infestaciones usted mismo con insecticidas que están etiquetados para otros insectos los cuales pueden causar que las chinches se dispersen.

By Amelia Shindelar and Dr. Stephen Kells, 2011

Translated by Adela Chavez and Euris Martinez

Funding for "Let's Beat the Bug" Campaign provided by the United States Environmental Protection Agency and MDA. Additional assistance from the Minnesota Department of Health was greatly appreciated.

In accordance with the Americans with Disabilities Act, this information is available in alternative forms of communication upon request by calling 651/201-6000. TTY users can call the Minnesota Relay Service at 711 or 1-800-627-3529.

The University of Minnesota and MDA are equal opportunity educators and employers.

