

LOS CHINCHES

HOJA DE INFORMACIÓN

Los chinches están de vuelta de manera significativa y se les pueden encontrar casi en cualquier lugar – desde los refugios contra el frío hasta las habitaciones de hoteles de cuatro estrellas. En realidad, nadie sabe por qué han vuelto pero estos pequeños chinches están decididos a quedarse. Aunque los chinches son minúsculos, pueden ocasionar grandes preocupaciones porque es difícil descubrirlos. Siga los siguientes consejos prácticos para ayudar a eliminar estas plagas.

LA BIOLOGÍA

Puede deshacerse de los chinches entendiendo cómo ellos viven y comen.

- Los chinches adultos son chatos y pequeños (menos de $\frac{1}{4}$ de pulgada de longitud), no tienen alas, son de forma oval y color marrón rojizo. Los chinches jóvenes son más pequeños y de color ámbar. Los huevos son minúsculos y blancos.
- Se alimentan de sangre y se pegan a sus huéspedes preferidos: los humanos. Los chinches necesitan sangre para crecer y pueden vivir hasta **un año después de una sola ingestión**.
- En general, los chinches pican por la noche mientras dormimos.
- Los chinches se transportan pegándose en la ropa, en los muebles y en el equipaje. Durante el día, se esconden en las grietas del piso, dentro de los colchones, en el marco de las camas así como en la cabecera y en las costuras de los sofás.

PROBLEMAS DE SALUD

- No se les conocen como portadores de enfermedades.
- Las picaduras pueden producir una reacción alérgica con hinchazón, rojez y comezón.
- Rascarse puede provocar infecciones y cicatrices en la piel.
- La mayoría de las personas no reaccionan a las picaduras de los chinches.
- La falta de sueño es un efecto secundario grave que provoca menos vigilancia, pérdida de productividad y cambios de humor.

LA PREVENCIÓN

Es difícil evitar la presencia de los chinches debido a su pequeño tamaño y la forma de transportarse. Para comenzar, se indican a continuación algunos consejos prácticos:

- **Esté pendiente** de detectar señales de infestación tales como despertar con picaduras, ver chinches vivos o puntos de color rojo oscuro o negro en la ropa de cama, las alfombras, las paredes y los muebles. La detección temprana de los chinches es la clave para evitar que se propaguen.
- **Pinte o enmasille la zona cerca de las áreas para dormir** – como por ejemplo a lo largo de la cabecera, las ventanas y el marco de las camas – para sellar los escondites.
- **Examine a fondo los muebles usados** antes de llevarlos a casa. Revise los cojines, las cremalleras, las costuras y debajo de los muebles incluso los resortes y marcos para buscar alguna evidencia de infestación. Si es posible utilice una lupa. Tenga cuidado con los artículos desechados en los callejones y los basureros.
- **Inspeccione los colchones y los muebles** cuando esté de visita en lugares desconocidos. Los chinches pueden transportarse sobre su ropa maletas y corren el riesgo de traerlos a casa con ustedes.

