

LA CHINCHE DE CAMA

Por Michael F. Potter, profesor de extensión en entomología urbana

Descripción y ciclo biológico



Una chinche de cama adulta alimentándose en un humano.

.La chinche de cama es un insecto pequeño, de color café, aplanado, que se alimenta solo de sangre de animales. Las chinches adultas miden alrededor de medio centímetro, y son

ovales y de color marrón. A veces se confunden con garrapatas o cucarachas. Las fases inmaduras, “ninfas,” se parecen a las adultas, pero las ninfas son más pequeñas y un poco más claras. Aunque no pueden volar, las chinches de cama se mueven muy rápidamente en el suelo, las paredes, el techo u otras superficies. Las chinches hembras ponen los huevos en áreas retiradas, depositando hasta cinco huevos por día y quinientos durante toda la vida. Los huevos son muy pequeños, blanquecinos y difícil de ver sin aumento—cada huevo mide alrededor del 1mm. Al eclosionar, las ninfas (chinches inmaduras) no son más grande que una cabeza de alfiler. Las ninfas pueden sobrevivir por meses sin alimentarse y los adultos por más de un año. Por eso es poco probable que las infestaciones disminuyan simplemente por dejar el sitio de vivienda desocupado.

Los indicios de una infestación

Generalmente las chinches de cama son más activas por la noche. Durante el día, prefieren esconderse muy cerca del lugar donde duermen las personas. Los cuerpos aplanados de los insectos les permiten meterse en hendiduras o grietas pequeñas, especialmente en el colchón, el soporte de madera del colchón (“boxspring”), el marco de la cama y la cabecera. Si hay chinches de cama, las sábanas de la cama, el colchón o las paredes aparecen marcadas con manchas oscuras, las cuales son excrementos secos de los insectos. También se pueden encontrar agregados de huevos, cáscaras de huevo, mudas de ninfas, y los mismos insectos. Las infestaciones iniciales suelen estar alrededor de la cama, pero las



Manchas oscuras del excremento de la chinche de cama en un colchón.

chinches eventualmente pueden esparcirse por todo el cuarto, ocupando cualquiera hendidura o lugar protegido.

Las picaduras

Usualmente las chinches de cama pican durante la noche mientras las personas duermen. Los síntomas varían de acuerdo a la persona. Muchas personas presentan ronchas rojas que producen picazón o hinchazón localizada, que algunas veces aparecen un día después de la picadura. Otras personas no presentan ninguna reacción, o sólo sufren reacción moderada. Distinto de las picaduras de los pulgas, que ocurren por lo general alrededor de los tobillos, las chinches de cama se alimentan de cualquiera parte de la piel expuesta mientras se duerme (la cara, el cuello, los hombros, los brazos, las manos, etcétera). La posibilidad de adquirir las chinches de cama aumenta si la persona ha estado viajando o ha adquirido camas o muebles usados antes de que empezaran a aparecer las picaduras.

Una preocupación común con las chinches de cama es si transmiten enfermedades o no. Aunque las chinches de cama pueden albergar los agentes causales de algunas enfermedades, es poco probable que estos insectos puedan transmitir enfermedad cuando pican a los humanos. La importancia médica

de las chinches es limitada al picazón e incomodidad de sus picaduras. Los médicos pueden formular antihistamínicos y cortisona en crema para reducir las reacciones alérgicas, así como también ungüentos con antibióticos para evitar infecciones secundarias.

¿Cómo se originan las infestaciones?

Las chinches de cama se transportan en el equipaje, la ropa, las camas, el soporte de madera del colchón, etcétera. El uso de camas, sofás, y muebles de segunda mano es una buena manera de transportar las chinches de un lugar a otro

Tenga cuidado en adquirir muebles usados, especialmente camas o sofás. Evite los artículos que se encuentra en los andenes de la calle o del contenedor de la basura, y examine con cuidado los muebles y la ropa adquiridos de segunda mano antes de llevarlos a casa. Es muy difícil eliminar las chinches de cama cuando ya han infestado la casa.

Cómo determinar si hay una infestación y cómo controlarla

Debido a que las chinches de cama se esconden en muchos lugares pequeños, las inspecciones y los tratamientos tienen que ser muy minuciosos. Por lo general es buena idea llamar una compañía de control de plagas. Para ayudar al profesional, es muy importante remover las pertenencias esparcidas. Además, como las chinches de cama se pueden dispersan entre los apartamentos de los edificios, es posible que se necesite inspeccionar los cuartos y apartamentos contiguos al cuarto infestado.

Las chinches de cama pueden vivir en casi cualquiera hendidura o grieta. El lugar más común es la cama. Una inspección minuciosa requiere el desmonte de la cama. Se debe colocar el colchón y el soporte de madera del colchón en posición vertical para ver todas las superficies, costuras y grietas. En la inspección, busque las chinches de cama, y las exuvias o mudas de las ninfas, que son de color café claro. Igualmente, busque manchas oscuras del excremento de los insectos en las costuras del colchón. El soporte de madera del colchón ofrece a las chinches de cama muchos escondites, especialmente en las partes donde la tela está grapada al marco de madera. El tratamiento efectivo del soporte de madera del colchón y el marco de la cama es muy difícil, por lo tanto considere la posibilidad de deshacerse de la cama o el soporte cuando estos estén infestados.

Muchas áreas cerca de la cama también pueden tener las chinches de cama. Inspeccione sillas entapizadas y los sofás —especialmente sofás usados para dormir. Otros lugares muy comunes para encontrar las chinches de cama incluyen: los guardapolvos, las grietas de las estructuras de maderas insertadas en las paredes, en las esquinas que unen el techo y las paredes, detrás de los marcos de cuadros y de tomas de corriente, debajo de pedazos sueltos de papel de colgadura, y en la ropa guardada en el armario.



Las chinches de cama se congregan en las costuras del colchón y en el soporte de madera del colchón. Las manchas son el excremento del insecto.

El proceso del tratamiento

La inspección y el tratamiento efectivo pueden durar horas, y muchas veces es necesario llamar la firma del control de plagas más de una vez y solicitar visitas de seguimiento. Las pertenencias esparcidas alrededor del cuarto impiden la inspección y proveen escondites para las chinches de cama. Lave con agua muy caliente (como mínimo 49° centígrados) toda la ropa y sábanas, cobijas, fundas de las camas infestadas porque estos artículos no deben ser tratados con insecticidas. Los artículos no lavables se pueden colocar en la secadora, por cuanto el calor mata las chinches.

Aunque las medidas anteriores son útiles, los insecticidas son muy importantes para eliminar las chinches de cama. Los profesionales de control de plagas usan una variedad de insecticidas aplicados como sprays, polvos y productos en aerosol. Los cebos para el control de las hormigas o las cucarachas son ineficaces contra las chinches de cama. La aplicación del insecticida debe incluir todas las áreas

donde se descubran las chinches de cama, o a donde los insectos suelen esconderse. Es muy difícil de eliminar las chinches de cama sin la ayuda de un profesional de una compañía de control de plagas. Además, los insecticidas que se puede comprar en un supermercado no son muy efectivos.

¿Tengo que deshacer mi cama?

Como no se puede tratar la cama con los insecticidas, y muchas veces hay agujeros o rasgaduras en el colchón y las chinches pueden estar dentro de la cama, los profesionales de control de plagas muchas veces aconsejan deshacerse de la cama infestada. Otra opción es comprar una funda o “encasement” para el colchón y el soporte de madera, los cuales se consiguen en las tiendas que venden ropa de cama. Este producto cierra herméticamente el colchón y el soporte de madera, por cuanto tiene cremallera. El “encasement” con cremallera atrapa las chinches dentro del colchón, donde eventualmente mueren.



Colchones en los andenes o en los contenedores de basura pueden originar infestaciones de las chinches de cama.

Este artículo fue traducido por Megan L. Potter