



**Dr. Gale E. Ridge**  
**Traducido por Marisa Gillio, Ing.Agr.,**  
**Department of Entomology**  
**The Connecticut Agricultural Experiment Station**  
**123 Huntington Street, P. O. Box 1106**  
**New Haven, CT 06504**

**Phone: (203) 974-8600**

**Fax: (203) 974-8502**

**Email: [Gale.Ridge@po.state.ct.us](mailto:Gale.Ridge@po.state.ct.us)**

## **GUIA DE CONTROL PARA CHINCHE DE CAMA**

*Cimex lectularius* L., *C. hemipterus* Fabr.  
(Cimicidae : Heteróptero)



Típica Chinche de Cama, *Cimex lectularius* L.

### **Introducción :**

Existen dos especies de Chinche de Cama que afectan a los seres humanos, una es *Cimex lectularius* L. y la especie tropical de Chinche de Cama llamada *C.hemipterus* Fabr. Estas especies de chinches de cama pertenecen a la familia de hematófagos ( se alimentan en base a sangre) a la cual pertenecen 100 especies en todo el mundo, infestando murciélagos, pájaros y pequeños animales. En el caso de la Chinche de cama tropical esta puede vivir en zonas de alta temperatura pero aparentemente, no puede vivir fuera de los Trópicos. La chinche de cama común es mas tolerante a temperaturas inferiores y tiene distribución mundial. El hábito de estos insectos de habitar en cavernas hizo que entrara en contacto con el hombre, posiblemente alrededor de la Edad de Hielo, alrededor de 35.000 años atrás. El primero en describirla, como peste relacionada con los humanos fue Aristóteles, 2000 años atrás.

### **Importancia Médica**

Las chinches de cama, necesitan alimentarse de sangre para crecer y reproducirse. En infestaciones severas, la gente puede sufrir de anemia moderada. También, pueden causar reacciones alérgicas en la piel, ya que al alimentarse inyectan una solución anestésica y anticoagulante. Algunas veces, debido a la picazón, puede ocasionar una infección bacteriana, la cual debe ser tratada con tratamiento médico. Nunca se ha reportado infección causada directamente por el insecto.

No hay evidencia alguna de que este insecto transmita bacteriosis o virosis, pero si se han encontrado algunos de ellos, que cuatro horas después de haberse alimentado con sangre de humanos infectados con el Síndrome de inmunodeficiencia adquirida (SIDA) la virosis todavía sobrevive en su ADN. Y en el caso, de la Hepatitis B ha sobrevivido hasta dos semanas. La Hepatitis C nunca se ha detectado.

### **Ciclo Biológico**

El adulto no alimentado de la chinche de cama es del tamaño de una lenteja o de una semilla de manzana, ( 6-8 mm o ¼ de pulgada) los jóvenes ( ninfas) son similares a los adultos pero son mas pequeños. Son de color marrón castaño rojizo, ovalados y planos. La hembra, es capaz de poner 200 huevos durante su vida. Los huevos parecen pequeños barriles blancos pegajosos.



Huevos de chinche recién eclosionados

El tiempo que los huevos tardan en eclosionar es aproximadamente, diez días. Bajo condiciones normales, las ninfas toman de 5 a 8 semanas en transformarse en adultos. Las chinches de cama pueden vivir hasta 316 días.

Las chinches de cama son muy sensibles a los cambios de temperatura. Por ejemplo, a 86°F/30°C, el ciclo de huevo a adulto toma 21 días; a 65°F/18°C necesita 120 días para madurar; y si la temperatura es de 55°F/13°C y 59°F/15°C los adultos se vuelven inactivos, pero han existido casos en los que se adaptaron a temperaturas de 45°F/7°C. Pueden ser aniquilados con temperaturas entre 111°F/44°C y 113°F/45°C.

Las chinches de cama se esconden durante el día en las grietas y rincones donde la gente duerme o se agrupa. Se alimentan a la noche, después del atardecer. Son muy rápidas para alimentarse, tardan entre 3 a 15 minutos en hacerlo. Alrededor del 20% de los adultos y las ninfas podrían defecar después de comer, y dejan un punto marrón en las sábanas o en otras superficies.



Heces del Insecto

La alimentación ocurre antes de cada mutación y periodo reproductivo. Con respecto a la reproducción, se podría describir como grotesca y traumática para la hembra ya que el macho corta el abdomen de ella, para depositar su esperma dentro de este, el fluido seminal permite al esperma transportarse hacia las ovariolas (órganos productivos de huevos) donde estos mismos serán fertilizados.

### Signos de Infestación

- La infestación puede ser reconocida por lo siguiente:
  - Puntos marrones de material fecal en sábanas, colchones u objetos adyacentes.
  - Huele a humedad cuando el número de insectos es alto.
  - Las picaduras pueden encontrarse agrupadas o en líneas sobre la piel.
  - Insectos muertos o sus mudas (piel) pueden encontrarse cerca o en lugares escondidos, como grietas y rincones.

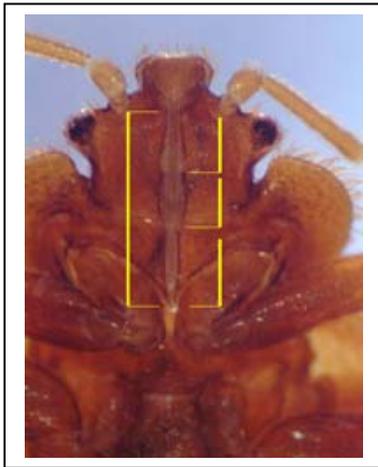
### Control

Comenzando con el uso de los insecticidas sintéticos después de la Segunda Guerra Mundial hasta 1970, la Chinche de cama común fue erradicada de Occidente. Pero a finales de los noventa, la población de estos insectos comenzó a crecer nuevamente, ya que las personas comenzaron a transportarse internacionalmente con más frecuencia. No tiene nada que ver con la higiene personal. Las chinches de cama no discriminan a la gente por su nivel socio económico o grado de limpieza.

En residencias temporales con personas en tránsito, con cambios constante de población, la predisposición a la aparición de chinches de cama es predominante. Esto podría incluir complejos habitacionales, como hogares para gente sin techo, dormitorios universitarios, hoteles, moteles, apartamentos, casas con multiapartamentos, hostales, campamentos de verano, iglesias, salas de espera de aeropuertos, centros de conferencias, residencias y restaurantes.



Chinche de cama adulto de 5mm de largo



Aparato Bucal de Chinche de cama

La apropiada identificación debe ser el primer paso para el control de este insecto. Las Chinchas de cama podrían confundirse con otros insectos como cascarudos de la alfombra. Es medianamente imposible que sea identificado sin la ayuda de un profesional en el tema. Existen pesticidas capaces de controlarlas, pero deben ser aplicados por operadores con las licencias correspondientes. La gente puede realizar estos procedimientos antes de llamar al exterminador de plagas para su control:

- ❖ Controlar si hay murciélagos o pájaros viviendo dentro de su edificio o fuera de él, porque, el tipo de chinchas que se encuentran asociados con estas especies pueden afectar a la gente.
- ❖ Recoger sus libros, revistas, adornos, ropa, equipajes y todo objeto que se encuentre en su habitación, y chequear si encuentra chinchas, en caso de que así sea, colocarlas en una bolsa plástica y congelarlas durante

aproximadamente 72 horas, para matarlas.

- ❖ Utilizar la aspiradora con el pico fino, para rajaduras y espacios pequeños, y aspirar zócalos, tomas de electricidad, aparatos de iluminación, cómodas, cajoneras, mesas de noche, adornos colgados en la pared, lámparas de pie, veladores, sillas, la estructura de la cama, colchones, Sommer, televisión, el reloj despertador, etc. Realice esta operación en su dormitorio y en las habitaciones adyacentes. Reitere esta operación cada tres días durante dos semanas. Luego remueva la bolsa de la aspiradora colóquela dentro de una bolsa de plástico y colóquela en su bolsa de residuos regular.
- ❖ Cubrir su colchón y su somier con un cobertor plástico. Los colchones y los somieres no siempre deben ser descartados para controlar las chinchas.
- ❖ Lavar las sábanas, su ropa y todo lo que sea lavable, con agua bien caliente y séquelo en el ciclo de alta temperatura durante 30 o más minutos. Limpiar en seco para su ropa delicada.
- ❖ Retirar su cama de la pared por lo menos 6 pulgadas o 15 cm, y cubrir las patas de la cama con cinta adhesiva transparente de 2 pulgadas de ancho, de cara hacia afuera para poder atrapar a los insectos que intentan trepar a la cama.
- ❖ Mantener los dormitorios lo mas fresco posible durante la noche, esto haría que disminuya la actividad de las mismas.
- ❖ Realizar limpieza a base de vapor en alfombras y tapetes.
- ❖ NO UTILIZAR pesticidas en cunas, colchones o en algo relacionado con su cama, como sábanas o cobertores porque puede ocasionar serias reacciones alérgicas. Si utiliza pesticidas en estas áreas, donde las chinchas han sido encontradas, lea cuidadosamente las instrucciones del fabricante antes de utilizarlos.
- ❖ Finalmente llamar a un exterminador certificado y calificado para el trabajo.



La Chinche de cama versus el Cascajudo de alfombra, note la diferencia de tamaño.

### Medidas de prevención

Chinches de cama pueden entrar fácilmente en su casa o apartamento. Tome las siguientes precauciones para evitarlo ya que las Fuentes de infestación pueden ser las siguientes:

- ❖ Cuando compre muebles usados revíselos cuidadosamente, así como también televisores, ropa de cama, ropa, cajas, etc.
- ❖ Revise cuidadosamente cuando tenga visitantes, que hayan estado viajando, que hayan estado en cruceros, que vivan en hostales, que hayan permanecido en un hospital por largo tiempo, en dormitorios de universidades o terciarios.
- ❖ Usted mismo puede acarrearlos de un lado a otro auto infestándose.
- ❖ Revise todos aquellos objetos que hayan estado almacenados en una bodega temporaria. Aquellos que hayan sido transportados en vehículos alquilados y de mudanza.
- ❖ Otro de los focos a los que se les debe prestar atención es a los muebles rentados.

### Consejos para reducir las posibilidades de infestarse cuando viaje

Para reducir los riesgos de infestación cuando viaje puede:

- ❖ Utilizar en su viaje ropa que puede ser lavada en agua caliente y secada durante 30 minutos en el ciclo con aire caliente.

- ❖ Utilice valijas de plástico duro envés de las de tela o cuero., ya que tienen menos recovecos donde esconderse.
- ❖ Empaque en bolsas de plástico que se puedan cerrar herméticamente, todo aquello que compre u objetos que considere que pueden infestarse.
- ❖ Cuando arribe, a el lugar de sus vacaciones, si es posible coloque su equipaje en un rack pero no en el piso, manténgalo cerrado cuando no lo use. Cuelgue su ropa de vestir en el caño de la ducha.
- ❖ Inspeccione su cama y la zona adyacente, busque marcas de heces de insectos, o insectos muertos o vivos. Chequé el colchón, la cabecera y ropa de cama.
- ❖ Cuando esté listo para volver a casa, empaque los souvenirs y ropa en bolsas de plástico. Al llegar a su casa desempaque afuera de la casa, ponga toda la ropa a lavar inmediatamente y descarte las bolsas. Aplique insecticida en aerosol a base de piretroide (pyrethrum) fuera y dentro de sus valijas.

Tenga presente que las chinches de cama no se encuentran en todas partes, Solamente un pequeño número de turistas se han encontrado con ellas. Pero de todas maneras es bueno tomar las precauciones correspondientes, para poder reducir en forma notable este problema y tener unas vacaciones memorables.

### Referencias

- Adler M. W. 2001. Development of the epidemic. *BMJ* 322: 1226-9
- Cleary J. C., Buchanan D. 2004. An emerging U. S. infestation. *The nurse practitioner*. Vol. 29. No. 6: 46-48
- Phil, Rick et al. 2007. *Cooper's Travel Guide to Bed Bugs*. Copper Pest Solutions Inc.
- Hwang S. W., et al. 2005. Bed bug infestations in an urban environment. *Emerging Infectious Diseases*. Vol. 11, No. 4
- Jupp P. G., Lyons S. F. 1987. Experimental assessment of bed bugs (*Cimex lectularius* and *Cimex*

*hemipterus*) and mosquito (*Aedes aegypti formosus*) as vectors of human immunodeficiency virus. AIDS: Sept., Vol. 1 (3): 171-4

Potter M. F. 2004. Your guide to bed bugs. Pest Control Technology. August

Schaefer C. W. 2000. Heteroptera of economic importance; chapter 17, Bed Bugs (Cimicidae). CRC Press

Silverman A. L., Qu L. H. Blow J., et al. 2001. Assessment of hepatitis B virus DNA and hepatitis C virus RNA in the common bed bug (*Cimex lectularius* and kissing bug [*Rodnius prolixus*]). American Journal of Gastroenterology Vol. 96: 2194-8

Usinger R. L. 1966. Monograph of Cimicidae (Hemiptera: Heteroptera). The Thomas Say Foundation Vol. VII

World Health Organization, vector biology and control unit: WHO/VBC/75.

Fotografías obtenidas por Gale Ridge, Rose Hiskes y Timothy O'Connor.



Chinche de cama sobre la piel



Fotografía de las picaduras que produce las Chinches de Cama