

## La chinche de cama

La chinche de cama (*Cimex lectularius*) se ha extendido rápidamente por todo el mundo. La mayoría de las veces, su dispersión se produce con el equipaje o a través de camas y muebles infestados. Durante la noche, chupa la sangre de personas y animales. Durante el día, se esconde cerca de la cama en las rendijas oscuras de los muebles o en el somier, e incluso en el colchón o debajo de este. Las chinches no tienen nada que ver con la higiene o con la falta de esta, y cualquier persona puede verse afectada. En caso de infestación, la única forma de deshacerse de ellas será mediante un control profesional de plagas.

### Aspecto

- En su tamaño adulto, alcanzan una longitud de 4-6 mm y son planas; después de hincharse de sangre, su tamaño puede llegar a alcanzar los 10 mm; presentan un color marrón rojizo.
- Las chinches jóvenes son más pequeñas y de color más claro.



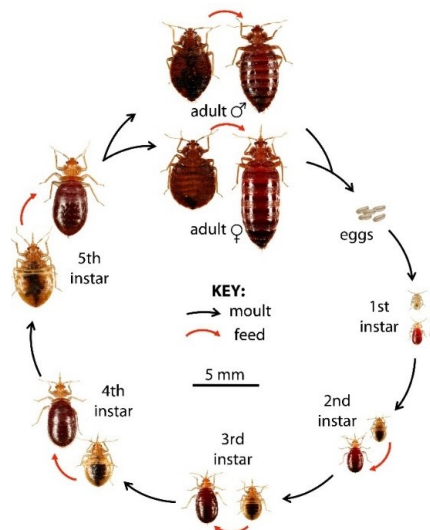
Chinche adulta chupando sangre. Fotografía: Ciudad de Zürich, UGZ

### Importancia y estilo de vida

- Chupa la sangre de personas y animales domésticos, especialmente por la noche.
- Durante el día se esconde en las rendijas de la cama y los muebles, y en las habitaciones.
- Puede desplazarse de una vivienda a otra, por ejemplo, cuando se usan insecticidas para combatirlos.
- La hembra pone hasta 500 huevos.
- Puede soportar el frío durante un período prolongado y pasar hambre durante hasta 6 meses.
- Vive alrededor de un año.

### Daños

- Pica durante la noche en zonas del cuerpo destapadas (cuello, cara, brazos, tobillos, etc.).
- Las reacciones cutáneas pruriginosas suelen aparecer horas o días tras la picadura.
- Alrededor del 20 % de la población no presenta reacciones cutáneas a las picaduras de chinches.
- Hasta la fecha se desconoce la transmisión de enfermedades a través de las chinches.



Ciclo de vida de las chinches. Imagen: Bed Bug Foundation

## Erradicación

- Las medidas para erradicar las chinches solo deberán aplicarse cuando realmente haya chinches.
- **Se desaconseja erradicar las chinches por cuenta propia con insecticidas, ya que solo se conseguirá que las chinches se propaguen por toda la vivienda o el edificio.**
- Solo mediante un control profesional de plagas que cuente con un certificado profesional federal.
- El objetivo debe ser la erradicación total.
- En la mayoría de los casos, se necesita más que un tratamiento insecticida. Alternativas: tratamiento con calor o frío, polvo de silicato, vapor.
- **Un tratamiento no protege contra una nueva infestación.**

## Prevención

- Revisar las camas y los muebles usados en busca de chinches, rastros de excrementos o restos de sangre.
- Los embalajes de cartón usados también pueden estar infestados de chinches.
- Lavar la ropa de segunda mano a 60 °C o someterla a un tratamiento en secadora a 45 °C.
- En caso de infestación de chinches, no depositar los muebles en las escaleras, el sótano o el pavimento, para evitar que la plaga se extienda a los vecinos.
- Al desechar los muebles, identificarlos claramente como **infestado de chinches**; también pueden inutilizarse para evitar que otras personas se lleven a casa los muebles y las chinches.
- **Al alojarse con familiares o amigos, será necesario tomar las precauciones necesarias para no llevarse chinches en el equipaje.**
- Al adquirir una habitación de hotel o un apartamento de vacaciones, es aconsejable usar una linterna potente y buscar chinches vivas o restos de excrementos en la estructura de la cama y el somier (ver imagen en la columna siguiente).

## ¿Cómo reconocer una plaga de chinches?

- Durante el día se esconden en la estructura de la cama y en las rendijas cerca de la cama.
- Rastros de excrementos, pequeñas manchas negras (ver imagen en la columna siguiente) o restos de sangre en la ropa de cama.
- El uso de perros rastreadores de chinches para la detección de plagas en apartamentos puede resultar en tratamientos más eficaces y más baratos.

## ¿Qué hacer en caso de una plaga de chinches en la habitación de un hotel?

- Informar a los gerentes del hotel.
- Solicitar otra habitación, preferiblemente que no esté justo al lado.
- Colocar las maletas lo más lejos posible de la cama y cerrar todas las cremalleras.



Excremento de chinches en el somier de una cama con una infestación grave.  
Fotografía: Ciudad de Zúrich, UGZ

## ¿Qué hacer después de haber pernoctado en una habitación de hotel con chinches?

- Deshacer el equipaje en el balcón.
- Si la ropa no se puede lavar inmediatamente, guardarla en bolsas de basura herméticamente cerradas con cinta adhesiva.
- Lavar la ropa inmediatamente a 60 °C durante 30 minutos o dos veces seguidas a 40 °C.
- Meter la ropa en la secadora a 45 °C durante 30 minutos
- Dejar la ropa en el congelador a -17 °C durante varios días.
- Rociar las maletas/bolsas vacías al aire libre con insecticida directamente por dentro y por fuera. A continuación, dejar que se ventilen bien en el sótano o en el balcón.

## Situación jurídica

Quien contrata a una empresa, en principio, también debe asumir los costes. El propietario de la vivienda o la administración deben alquilar la vivienda en buen estado, libre de parásitos (ver el Código Civil suizo (OR), en particular conforme al derecho de arrendamiento y al reglamento cantonal sobre la higiene general y residencial, «*Verordnung über allgemeine und Wohnhygiene*»). La presencia de plagas al adquirir una vivienda se considera un defecto del objeto de arrendamiento. Corresponde al propietario subsanar este defecto. Los costes no pueden trasladarse sin más a los inquilinos. En el Código Civil suizo, arts. 256, 257 f, g, h, 258 y 259, se regula la situación jurídica en los inmuebles residenciales.

## Estamos aquí para ayudarle

Llámenos, envíenos o tráiganos los insectos para su valoración. Nuestro asesoramiento es gratuito y solo para residentes de la ciudad de Zúrich. El horario de consulta telefónica es de lunes a viernes, de 13:30 a 14:30 horas.

Ciudad de Zúrich  
Protección del medioambiente y de la salud (UGZ)  
Sección de Prevención de Plagas  
Eggbühlstrasse 23  
8050 Zúrich  
T +41 44 412 28 38  
ugz-schaedlingspraevention@zuerich.ch  
stadt-zuerich.ch/schaedlingspraevention

Kommentiert [A1]: Die folgenden Daten könnten auch auf Deutsch stehen bleiben.