

Cómo proteger su cama contra las chinches

1. Inspeccionar todas las áreas de su cama muy cuidadosamente y a fondo.

- Si encuentra la infestación temprano, la mayoría van a estar en la cabecera, colchón, y base de la cama.
- Con una luz brillante (y una lupa si tiene una) es más fácil ver las chinches de Cama.
- Use la luz en la superficie que este inspeccionando para encontrar y ver que las chinches y los huevecillos.
- Comience con la inspección de la cabecera de la cama, luego el resto del armazón de la cama. Busque en todas las grietas y hendiduras.
- Continúe con el colchón y la base del colchón.
 - Concéntrese en las costuras y pliegues en la tela.
 - Voltee la base de la cama y quite la tapa de tela fina en la parte inferior para que pueda inspeccionar el interior.

- ▶ Si encuentra chinches, es recomendable encerrar los colchones y bases con un cobertor especialmente diseñados para protegerlos, son de alta calidad con cierres especiales. Estos están catalogados como "hypoalergenico" o "a prueba de ácaros de polvo o chinches de cama".
- ▶ Use fundas para colchones hechos de tela. Las fundas de plástico se pueden romper y humedecen las sábanas por la noche. Una marca de confianza es "Protect-A-Bed". Las fundas para las bases sirven para el colchón y para la base, y a menudo son más económicas.
- ▶ Si usted solo puede comprar una funda, úsela en las bases de la cama.

2. Si encuentra chinches de Cama o huevecillos, puede eliminarlos de varias maneras:

- Aspire los insectos con una aspiradora. Cuando haya terminado su inspección, tire la bolsa de la aspiradora o el contenido de la taza de colección en una bolsa plástica y ciérrela con un nudo. Es difícil aspirar los huevecillos por que están envueltos en una clase de pegadura. Usted puede despegarlos con la manguera de la aspiradora o con cinta adhesiva gruesa.
- Limpie las chinches y los huevecillos usando una solución de detergente de trastes y agua. Rocíe las chinches que vea con la solución jabonosa para reducir la velocidad. Levántelos y colóquelos en un recipiente con agua jabonosa donde se van a ahogar. Raspe y quite los huevecillos y póngalos en el recipiente de agua. Cuando haya acabado vacíe el agua jabonosa por el inodoro y bájele al agua.
- Utilice el aire caliente de una secadora de pelo en nivel "bajo" para forzar a que las chinches salgan de las grietas y hendiduras. Si salen chinches vivas, rocíelas con el agua jabonosa y póngalas en el recipiente.

3. Use la secadora de ropa para desinfectar la ropa y la ropa de cama.

No hay necesidad de lavar todo. Si los artículos están secos, con 20-30 minutos en "alto (high)" la secadora matará a todas las etapas de las chinches.

Asegúrese de transportar la ropa y la ropa de cama en una bolsa de plástico sellada para que no se dispersen las chinches. Amarre y tire la bolsa de plástico usada y lleve la ropa seca de vuelta a casa en una nueva bolsa de plástico. Puede desinfectar otros artículos de la misma manera.

4. Hacer de su cama una isla (para una cama con patas).

- Mueva su cama lejos de la pared y asegúrese que ninguna parte de su cama toque la pared o el suelo.
 - Coloque cada pata de la cama dentro de una trampa llamada "ClimbUp[®] insect interceptor" o "interceptor de chinches de cama".
- ▶ Lea las instrucciones de cómo hacer una trampa casera localizadas detrás.
 - ▶ Si su colchón está en el suelo, por favor vea fotos de "cómo proteger su colchón en el suelo".

5. Inspeccione su cama frecuentemente.

Puede inspeccionar otros muebles de la misma manera.

6. Utilice masilla para sellar las grietas y aperturas

de los baseboards, en el armazón, en la cabecera y en otros muebles.

7. Elimine el desorden en su casa.

Esto provee más lugares en donde las chinches se pueden esconder. Cosas que no se puedan desechar deben ser guardadas en cajas plásticas.

- **NO ENTRE EN PANICO!** No se ha descubierto que las Chinches de Cama transmiten enfermedades.
- **NO TRATE DE USAR PESTICIDAS USTED MISMO!** Esto es peligroso y puede hacer que el problema empeore causando que las chinches de Cama se esparzan y se muevan a otros cuartos o departamentos. Vea abajo para leer sobre otros métodos.
- **ALERTE A SU PROPIETARIO.** Las chinches son un problema que requiere cooperación entre propietarios e inquilinos. Es muy difícil acabar con las chinches y casi siempre se requiere la ayuda de profesionales que se especializan en Chinches de Cama.



Como hacer una trampa de chinches para los muebles

NOTA: Estas trampas solo funcionan si su cama, silla o sillón tiene patas, como las que ve en la foto de abajo. Ninguna parte de los muebles (excepto la patas) deben tocar el suelo, la pared u otros muebles. De lo contrario, las chinches van a encontrar otra forma de subir a muebles o cama.

1. Compre 2 medidas de platillos plásticos. Uno debe caber dentro del otro fácilmente, va a necesitar platillos para cada pata del mueble que quiera proteger. El tamaño de los platillos van a depender del tamaño de las patas de los muebles. Cada platillo debe medir por lo menos 1 ½ pulgada de alto.
2. Ligeramente polvoree talco en el platillo pequeño. Polvo para Bebe funciona si contiene talco, *no* almidón de maíz. El talco previene que las chinches que bajen de la cama se salgan del platillo pequeño.
3. Ponga cinta adhesiva “masking tape” o cinta de deportes “sports tape” alrededor de parte de afuera del platillo grande. Esto ayuda a que las chinches se suban al platillo grande. Las chinches tienen dificultades en subir por superficies resbaladizas y no pueden saltar o volar.
4. Coloque agua jabonosa (Jabón de trastes o jabón líquido para las manos en agua funciona) en el platillo grande. Esto sirve para ahogar a las chinches que traten de subir a la pata del mueble.
5. Coloque el platillo pequeño dentro del platillo grande y coloque la pata del mueble dentro del platillo pequeño.
6. Revise la trampa a menudo y vacíe las chinches atrapadas, las puede desechar por el inodoro.
7. Asegúrese que los muebles o cama estén por lo menos 3” pulgadas de distancia de cualquier pared o mueble. Mantenga los cobertores y ropa de cama alejados del suelo, pared o cualquier mueble.

Foto de un Interceptor comercial

www.insect-interceptor.com



Aunque no tenga chinches, las trampas o los interceptors ClimbUp® pueden ayudarle a monitorear las chinches. Entre mas pronto se de cuenta que hay chinches, será mas fácil de acabar con ellas.

