



# Chinches: Control de la comezón

Solo pensar en [las chinches \(en inglés\)](#) puede causar comezón, pero en realidad es lo único que hacen; no transmiten ninguna enfermedad. Sin embargo, cualquiera puede tener una infestación de chinches. Estos insectos no discriminan por vecindario o ingresos. Se encuentran en muchos lugares: viviendas, escuelas, refugios, hoteles, cines y tiendas de alquiler de muebles.

Las chinches pueden causar pérdida de algunos bienes, eliminarlas puede ser costoso y son inconvenientes. Deshacerse de ellas requiere tiempo, paciencia y recursos. La mejor manera de prevenirlas es realizar inspecciones regulares y buscar si hay picaduras y señales de infestación. Si observa alguna señal de chinches, actúe rápidamente. Las familias que tienen una infestación necesitarán apoyo continuo.

Existen muchas preguntas acerca de las chinches en entornos de la primera infancia. Su programa puede crear un enfoque basado en la ciencia para apoyar a las familias y al personal en caso de observar una presencia inicial de chinches o de tener una infestación. Es posible que el personal del programa tenga preguntas sobre los criterios de exclusión, los métodos de erradicación y las políticas de visitas al hogar.

Entender qué son las chinches puede ayudar a las políticas, procedimientos e iniciativas educativas de los programas.

## Cómo detectar las chinches

Las chinches pueden ser difíciles de distinguir de otros insectos. Una chinche es visible al ojo humano. Es un insecto pequeño, plano, de color marrón rojizo, sin alas, del tamaño de una semilla de manzana. Después de alimentarse, son más oscuros y redondos. Su departamento de salud local o servicio de extensión cooperativa estatal puede ayudarlo a identificarlos.

Busque señales de infestación de chinches. Las chinches son difíciles de encontrar porque están activas por la noche y se esconden durante el día. Es importante buscar escondites comunes. Las chinches se esconden en grietas, costuras y cualquier desorden que esté cerca de las áreas donde los humanos duermen o descansan o donde se almacenan objetos personales. Búsquelas en:

- marcos de camas, cunas y catres,
- colchones,
- almohadas,
- grietas en el suelo,
- enchufes eléctricos,
- alfombras,
- armarios,
- casilleros,
- asientos de automóviles para bebés,
- asientos de autobús escolar,
- debajo y detrás de los muebles tapizados.



### Normas de desempeño relacionadas con el programa Head Start

Colaboración y comunicación con los padres, [45 CFR §1302.41](#)

Estado y cuidado de la salud infantil, [45 CFR §1302.42\(c\)\(2\)](#)

Prácticas de seguridad, [45 CFR §1302.47\(a-b\)\(1\)\(ii\)](#)

Sistema administrativo, [45 CFR §1302.101\(a\)\(1-2\)](#)



Una infestación significa que las chinches viven en el medio ambiente, se reproducen y se alimentan.

Las chinches se movilizan rápidamente. Se suben a zapatos, bolsos, mochilas, carteras, sábanas y ropa de un área infestada y viajan a su nuevo entorno. Las mochilas, los zapatos o la ropa son escondites comunes. Si una chinche se mueve a un área nueva puede causar una infestación.

Durante una infestación, a los insectos les gusta agruparse. Es posible que vea los huevos, cascarrones (piel transparente, con forma de chinche, que el insecto ha arrojado a medida que crece) e incluso heces o manchas de sangre.

Las chinches no se transmiten de persona a persona. No son una señal de que la gente está sucia. Necesitan alimentarse de personas, pero pueden esconderse en objetos o ropa que les permita transmitirse a otras personas en entornos de cuidado grupal. Se arrastran a la velocidad de una catarina.  
- [Healthychildren.org](http://Healthychildren.org) (en inglés)

## Qué pueden hacer los programas

### Establezca políticas claras.

Los programas pueden involucrar al Comité Asesor de Servicios de Salud, a las familias, al personal, a las compañías de manejo de plagas y otras partes interesadas para crear políticas y procedimientos del programa y para encontrar recursos para el personal y las familias.

Tenga en cuenta estas preguntas al desarrollar la política de control de chinches:

- ¿Cómo identificar las chinches?
- ¿Cuándo se tomarán medidas en las instalaciones si encuentra una chinche?
- ¿Cuáles serán esas medidas? Tenga en cuenta:
  - Inspección y monitoreo.
  - Limpieza intensiva.
  - Lavado de objetos que se pueden poner en la secadora.
  - Aislamiento y contención de objetos.
- ¿Cómo notificará a las familias?
- ¿Quién se pondrá en contacto con un servicio de control de plagas cuando se encuentren chinches? Tenga en cuenta:
  - Usar el manejo integrado de plagas.
  - Asegurarse de que el servicio utilice el tratamiento menos tóxico.
  - ¿Cuál es su política si el problema continúa afectando a personas o lugares?
- ¿Cómo distribuirá información sobre las chinches antes y después de que se conviertan en un problema? Tenga en cuenta:
  - Distribuir folletos o programar reuniones.
  - Mantener relaciones y comunicación positivas.



- Mantener la información sobre los recursos de la comunidad disponible.
- Capacitar al personal para reconocer las chinches.

### Apoye a las familias que tienen chinches.

Una infestación de chinches es una gran carga para las familias. Deshacerse de las chinches requiere atención y gastos constantes. Trabaje con las familias para idear una estrategia para seguir enviando a sus hijos al programa, manejar las chinches en el hogar y mantener las chinches fuera del aula. Eduque de forma habitual a todas las familias sobre la prevención y el tratamiento de las chinches.

Las familias necesitan apoyo especial cuando tienen que cooperar con refugios, agencias de vivienda o propietarios para eliminar las chinches. Las leyes de los propietarios varían en todo el país; conozca las leyes de su comunidad.

### Los 10 mejores consejos para las familias

1. No se asuste.
2. Confirme si en realidad tiene chinches y no pulgas, garrapatas u otros insectos.
3. Piense en sus opciones de tratamiento; no use de inmediato el aerosol para insectos.
4. Reduzca el número de escondites y limpie el desorden.
5. Lave y seque con calor las sábanas y cobijas de su cama con frecuencia.
6. El tratamiento casero de congelación no siempre funciona para el control de chinches.
7. Las altas temperaturas pueden matar chinches.
8. No transmita sus chinches a otras personas.
9. Reduzca la población para reducir las picaduras.
10. Contrate un profesional si es necesario.



## Realice el mantenimiento de rutina del programa.

Los programas ya realizan varias tareas que mejoran la posibilidad de evitar una infestación de chinches.

Limpiar regularmente y mantener los objetos personales separados entre sí ayuda a evitar que la llegada de una chinche se convierta en una infestación. Inspeccionar las áreas para dormir y reducir el desorden puede ayudarlo a encontrar un problema temprano. Haga del aula un lugar difícil para que vivan las chinches.

## Realice controles de salud diarios.

Capacite al personal para que sepa cómo identificar picaduras de chinches al interactuar con cada niño. El primer indicio de chinches podría ser ver a un niño rascarse o una picadura de insecto. Las picaduras de chinches son difíciles de distinguir de otras picaduras. Generalmente, las picaduras son pequeñas protuberancias rojas en la piel.

A veces hay varias picaduras en una línea o un grupo. Busque cambios en la piel como sarpullido, hinchazón, protuberancias o enrojecimiento. Es posible que no aparezca ninguna marca roja durante varios días después de la picadura. Algunas personas desarrollan inflamación severa e hinchazón por la picadura, mientras que otras no reaccionan en absoluto.

Si nota picaduras, siga el procedimiento del programa y verifique si hay otras señales de chinches en los objetos y el aula del niño. Hable con las familias, los visitantes del hogar o los trabajadores de servicios familiares para tratar de encontrar la fuente. Es posible que las picaduras no hayan comenzado en la casa. Podrían ser de una visita a un lugar infestado, como un hotel o la casa de un pariente o vecino.

## Evite que la presencia inicial de chinches se convierta en un problema mayor.

Los programas deben tener una política sobre cómo manejar la presencia inicial de chinches. Utilice sus políticas y procedimientos para hacer énfasis en un

enfoque racional y basado en información real. La política debe incluir un plan de educación que todo el personal y las familias puedan entender.

No se asuste si un niño trae chinches. Los niños no deben ser excluidos ni estigmatizados. Tenga un plan para detener la propagación de chinches. Entre otras medidas, se pueden guardar los objetos personales en una bolsa de plástico o tener un segundo juego de ropa. Las chinches que se encuentran en la ropa o mochilas se matan fácilmente en la secadora a la temperatura más alta durante 30 minutos.

## Utilice un manejo integrado de plagas.

[El Manejo Integrado de Plagas \(MIP\) \(en inglés\)](#) no es un solo método de control de plagas, sino varias estrategias químicas y no químicas. El MIP utiliza información actualizada sobre los ciclos de vida de las plagas y cómo y dónde se desarrollan. Esta información, combinada con métodos adecuados de control de plagas, se utiliza para controlar las plagas con el menor daño posible a las personas, los objetos y el medio ambiente. Consulte [¿Le fastidian los insectos?](#) y [Manejo de plagas en centros de cuidado infantil usando el MIP: Módulo 7 \(en inglés\)](#) para obtener más información.

## Proporcione recomendaciones a los visitantes del hogar.

Es posible que los visitantes del hogar tengan que entrar a viviendas infestadas. Y no van a querer llevar chinches a otras viviendas, a su automóvil o a su propia vivienda. Cámbiese y lave la ropa después de una visita a un lugar en el que se ha confirmado una infestación. Los visitantes del hogar pueden ayudar a las familias a manejar las chinches trabajando con el personal de salud, el personal de servicios familiares y los socios comunitarios. Los visitantes del hogar deben seguir estos hábitos para evitar llevar chinches de una vivienda a otro lugar:

- Lleve solo lo que necesita al lugar. Deje carteras, bolsas, abrigos, etc., bajo llave en el automóvil.
- No ponga sus objetos personales en el piso o en los muebles tapizados.
- Use muebles sin cojines o tapicería si es posible.
- Use juguetes y materiales que puedan soportar el calor. Empaque los juguetes después de la visita. Luego póngalos en un lavaplatos o secadora de ropa a fuego alto durante al menos 30 minutos.

## Más información

- [Qué hacer y qué no hacer con respecto al control de plagas](#)
- [Chinches: Sáquelas y manténgalas fuera \(en inglés\)](#)

1-888-227-5125

[health@ecetta.info](mailto:health@ecetta.info)

<https://eclkc.ohs.acf.hhs.gov/es/salud>



Centro Nacional de

Salud, Salud del Comportamiento y Seguridad