

## ¿Ya tienes chinches? Hay que actuar de inmediato

Basta tener dos chinches en casa para estar contra reloj, porque son difíciles de erradicar, mientras son capaces de reproducirse muy rápidamente.

Olvídate de los remedios caseros, que no van a funcionar mientras se expande la infestación. Mejor tomar medidas de preparación para aislarlas y detener su crecimiento en población. Esto, mientras llega el especialista. La erradicación efectiva de las chinches requiere una labor de equipo entre habitantes, visitantes y especialistas.

Aquí algunas de las mejores medidas preventivas.

Cómo enfrentar y eliminar las chinches.

Los Expertos de **SIFSA** consideran que eliminar a las chinches es difícil pero no imposible. No es necesario deshacerse de toda la ropa y pertenencias porque la mayoría de ellas pueden ser tratadas y quedar libres de infestación. Desechar las cosas, además de caro, puede contribuir a esparcir las chinches.

Por favor, no recurras a los insecticidas en spray.

El mejor enfoque es el manejo integral de plagas. Consiste en varias técnicas que utilizan los profesionales, basados en el conocimiento de sus ciclos biológicos de reproducción y con el ánimo de abatir la población de chinches y limitar al máximo el uso de plaguicidas. Aquí algunos consejos que están a la mano de cualquiera.

### **Reducir la cantidad de escondites.**

Las chinches tienen más oportunidades para esconderse cuando hay desorden. Es más difícil ubicarlas y atacarlas.

Si están en los colchones, es más difícil que nos piquen mientras dormimos si colocamos cobertores especiales para chinches en el colchón. Mantenga los cobertores durante un año. Deben estar probados y renovarse continuamente.

### **Uso del calor para matar las chinches, con cuidado.**

Hay que lavar y secar regularmente las sábanas, cobijas, colchas y cualquier ropa de cama que esté en contacto con el piso en la secadora, con el ciclo caliente. Esto reduce la cantidad de chinches.

Las chinches y sus huevos pueden esconderse en los canastos o cestas para la ropa sucia, así que hay que limpiarlos al lavar la ropa.

Aumentar la temperatura interior con la calefacción o con calefactores no sirve. Se requiere un equipo especial y temperaturas muy altas para tener resultados. Las bolsas plásticas negras expuestas al sol pueden funcionar para eliminar las chinches que se encuentran dentro de equipajes/maletas o en pequeños artículos, si el contenido alcanza los 44 grados centígrados durante un mínimo de tres horas.

El congelamiento mata a las chinches solo a temperaturas bajo cero después de más de una semana.

**Evitar la transmisión de chinches a los demás.**

Las chinches no vuelan, pero son buenas para viajar a través de ropa, cobijas o colchones que desechamos, o bien a través de mascotas. Si los objetos no se pueden rescatar bajo tratamientos, es mejor destruirlos.

**Clave, reducir la cantidad de chinches.**

La aspiradora puede ayudar a eliminar algunas de las chinches. Hay que pasarla a conciencia en la alfombra, pisos, muebles tapizados, cabecera y marco de la cama. También debajo de la cama, alrededor de las patas de la cama y en todas las grietas de la recámara. Hay que cambiar la bolsa de la aspiradora cada vez que se use para que las chinches no puedan escapar. Después, hay que poner la bolsa usada dentro de una bolsa de plástico herméticamente cerrada y en un basurero al aire libre.

**Acude a los profesionales.**

La solución más segura y duradera está a manos de los especialistas, claro, con la colaboración de los miembros de la familia, oficina, almacén o centro de reunión.

El manejo integrado de plagas tiene cuatro áreas de trabajo, de acuerdo a los protocolos internacionales de control. Bajo ellos, los expertos pueden asegurar los mejores resultados con el mínimo o cero riesgo para las personas y las mascotas:

- Prevención.
- Vigilancia y Manejo integrado de plagas (IPM, por sus siglas en inglés).
- Educación y comunicación.
- Investigación.