



MINISTERIO
DEL INTERIOR

SECRETARÍA GENERAL DE
INSTITUCIONES
PENITENCIARIAS

SUBDIRECCIÓN GENERAL DE
SANIDAD PENITENCIARIA

Recomendaciones para la prevención de infestaciones por chinches en Instituciones Penitenciarias

2023

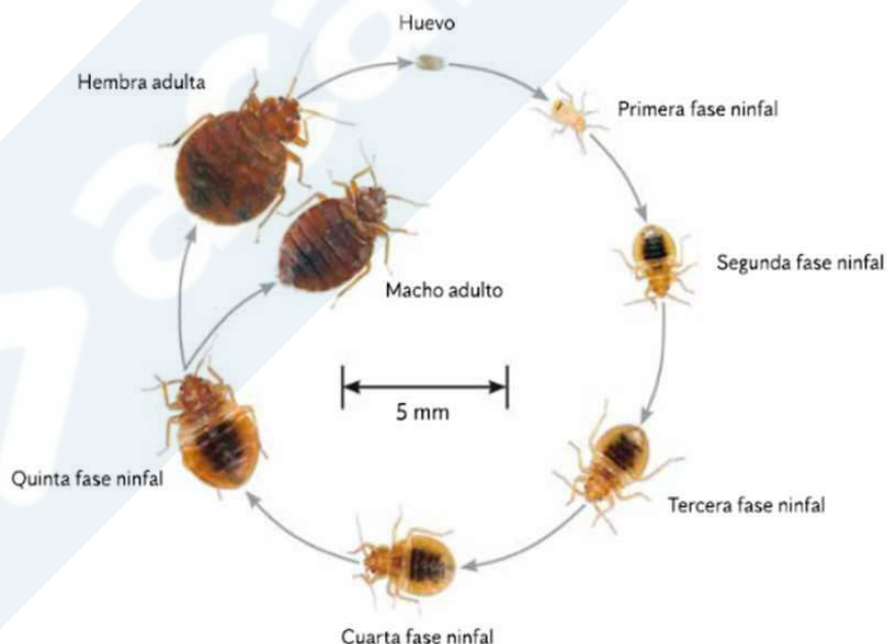
PREVENCIÓN DE LAS CHINCHES EN INSTITUCIONES PENITENCIARIAS

Introducción

Las chinches de cama (*Cimex lectularius*) son insectos pequeños pero visibles (de unos 5 mm de longitud, en su estadio adulto), de color marrón rojizo y morfología aplastada u oval. Las hembras pueden poner entre 8 y 10 huevecillos por día. Viven en diferentes lugares de una vivienda o de un alojamiento comunitario y causan problemas de infestación. Se alimentan de sangre preferentemente humana. Se propagan activamente y se mueven con rapidez, migrando de habitación en habitación, o bien pasivamente, transportadas en costuras de equipajes, ropa de cama, colchones u otro mobiliario. No viajan directamente sobre huéspedes humanos.



Para su identificación hay que buscar los ejemplares adultos, la presencia de sus huevos, ninfas o mudas o sus excrementos. Sus fases son huevo, después 5 estadios ninfales y finalmente alcanza la fase adulta.



Las hembras, en condiciones favorables, ponen huevos a razón de 2 a 3 por día a lo largo de toda su vida (1 año aproximadamente). La incubación tarda 6-20 días, mientras que la primera ninfa tardará de 7-18 semanas en llegar a adulto. No sobreviven a temperaturas superiores a los 45° C ni tampoco a temperaturas inferiores a 0° C. Por debajo de los 9° C los adultos entran en semi-hibernación dejando las hembras de poner huevos.

Hábitos y localización

- ❑ Las chinches son de hábitos nocturnos. Salen por las noches localizando a sus víctimas atraídas por el calor o el dióxido de carbono espirado, les pican alimentándose de su sangre y vuelven a sus escondites. Suben a la cama o se dejan caer desde el techo. Caminan sin reparo de 1.5 a 6 metros desde su escondite hasta el huésped.
- ❑ Suelen picar las partes no protegidas por la ropa, como cara, cuello, hombro, brazos y manos.
- ❑ Son muy resistentes al hambre pudiendo sobrevivir sin alimentarse durante muchos meses. Alimentarse puede llevarles entre 6-12 minutos.

Se pueden localizar en:

- grietas y hendiduras de paredes.
- suelos, rodapiés y en falsos techos.
- armazones de las camas.
- dobladillos de los colchones y ropa de cama.
- equipaje, mochilas y ropa de calle.
- muebles, sofás y sillas tapizadas.
- taquillas, cortinas y persianas.
- marcos de cuadros, posters, libros y cajas.
- enchufes, lámparas, interruptores de la luz.
- rejillas de ventilación, jambas de puertas y ventanas.
- teléfono, ordenador.



Infestación

Las chinches van de “polizones” principalmente en:

- La ropa y material de viaje (bolsos, maletas, mochilas y similares).
- Los armazones, colchones y ropa de cama.
- Los muebles, cajas y cajones, taquillas y demás mobiliario.
- Las alfombras, moquetas.

Posteriormente, buscan otros lugares de anidamiento o permanecen en los mismos enseres en los que han llegado a su nuevo lugar de ubicación.

Picadura

La picadura se produce en piernas, pies, brazos, manos, cuello y otras zonas de la piel expuesta. Pueden presentar cualquiera de las apariencias siguientes: manchas planas de color púrpura, manchas rojas, protuberancias sólidas (habones) que suelen producir prurito y presentan un pequeño orificio en el centro, o en forma de ampollas. Pueden ser aleatorias o aparecer en línea recta o en zigzag. Estas picaduras no afectan de la misma manera a todas las personas. Alrededor del 65% de las personas con picaduras no desarrollan ninguna reacción alérgica. Estas lesiones desaparecen en el plazo de una o dos semanas sin requerir habitualmente tratamiento.

Una sola chinche puede picar más de una vez, cerca de la misma zona, aunque normalmente aparecerán picaduras en varias zonas de la piel expuesta ya que suelen alimentarse en grupo.



El acto de la picadura se produce durante la noche y dura unos pocos minutos. En un primer momento pasa desapercibida, aunque en el intervalo de 1 a 24 horas se suele producir una reacción alérgica que se traduce en irritación, prurito y sensación de quemazón.

Se recomienda no rascarse ya que, en el lugar de la picadura, se puede producir la entrada y propagación de agentes infecciosos que se encuentran sobre la piel al arrastrarlos hacia la herida en el proceso de rascado.

El tratamiento, en casos leves, consistirá en lavar la zona de la picadura con agua y jabón para evitar infecciones de la piel. En el caso de que el picor sea fuerte, difícil de soportar o aparezcan infecciones, el médico prescribirá un corticoide tópico, tratamiento antihistamínico y en el caso de infección en la piel tratamiento antibiótico.

En nuestro medio, las chinches de cama no actúan como medio de transmisión de agentes patógenos (virus, bacterias, hongos, etc.) y, por lo tanto, no actúan como agentes responsables en la propagación de enfermedades. En las Américas son capaces de albergar y transmitir el agente causante de la enfermedad de Chagas, el protozoo *Trypanosoma cruzi*, endémico en dicha zona.

Confirmación de la infestación

La confirmación definitiva es el hallazgo de la propia chinche o las picaduras en nuestro cuerpo, pero un signo indirecto de importancia para su existencia es localizar manchas oscuras, color óxido rojizas en sábanas, colchones, somieres, almohadas causadas por el aplastamiento de las chinches. Estas manchas pueden ser excrementos o la propia sangre ingerida por los insectos. También podemos encontrarnos con los huevos que son diminutos (1mm aprox.) de color perlado y/o con las exuvias (la piel que cambian las ninfas cuando crecen) que son de color amarillo claro.

Erradicación de la infestación

Ante la mínima sospecha, lo primero es confirmar que estamos ante la presencia de chinches, mediante la búsqueda de ejemplares vivos o mudas y posteriormente será fundamental dejar el resto en manos de una empresa especializada.

Las infestaciones por chinches requieren de una erradicación total, no basta con su control. Para combatir las chinches es necesario implantar una estrategia adecuada de control de plagas integrada, combinando métodos químicos y no químicos acreditados. En los centros penitenciarios la realizará la empresa contratada para el control de plagas y debe basarse en ocho puntos básicos clave:

- 1) Inspeccionar para detectar e identificar la existencia de chinches en una celda o estancia. Confirmada la existencia de chinches deben tenerse en cuenta las estancias contiguas tanto en vertical como en horizontal, así como las ubicadas en frente, para su inspección.
- 2) Comunicar a funcionarios e internos para obtener suficiente colaboración.
- 3) Bloquear la estancia y contactar con la empresa de control de plagas quien evaluará el grado de infestación y elegirá la mejor estrategia de tratamiento. Es importante que el interno abandone la celda sin llevarse nada. Se le entregará ropa limpia y deberá dejar la que lleva puesta en una bolsa junto con los zapatos dentro de la celda para que también sean sometidos a tratamiento por la empresa.
- 4) En el caso de que se haya trasladado algún elemento del área afectada, antes de su bloqueo, a otra estancia, hay que informar a la empresa de control de plagas para que proceda a su inspección.
- 5) Los materiales blandos que deban ser eliminados por su alto grado de infestación, siguiendo recomendaciones de la empresa especializada, han de colocarse en bolsas de plástico totalmente cerradas y proceder a su eliminación (colchón y somier, mobiliario tapizado, almohadas...); la ropa de cama (sábanas, colchas, mantas...), cortinas si las hubiese y ropa de armario, deben lavarse a una temperatura que exceda los 60º, previo tratamiento efectuado por la empresa.
- 6) Será la empresa de mantenimiento quién utilizando la estrategia más efectiva según el caso, y la forma más segura determine los pasos a seguir:

- a) Tratamiento de **control mecánico** (por ej. aspirado), **químico** (insecticidas mediante pulverización localizada y espolvoreo) y **físicos / térmico** (muy altas o muy bajas) que maten huevos, ninfas y adultos.
 - b) Evaluar la eficacia del tratamiento y repetición en su caso.
 - c) Seguimiento de resultados y volver a tratar si es necesario.
- 7) Implementar medidas de prevención de reinfestación, y sobre todo impidiendo en la medida de lo posible las vías de entrada.
- 8) Se recomienda no usar insecticidas domésticos porque podrían empeorar la situación y dispersar a los insectos, forzándolos a buscar nuevos espacios.

Tratamiento de la ropa y enseres personales

Una vez realizado el procedimiento de desinsectación por la empresa de control de plagas, se procederá a retirar toda la ropa de las camas, metiendo en una bolsa de la basura todas las sábanas, edredones, mantas, volantes y otra ropa de cama, para lavarla o limpiarla profesionalmente. También deben quitarse las cortinas, otros accesorios textiles y toda ropa que pueda ofrecer potenciales escondrijos, para lavarlo a fondo o limpiarlo en seco. Para matar a las chinches en todas sus fases es preciso lavar todos los tejidos.

- Para **prendas resistentes**, lavado con agua caliente (mínimo 60°) y jabón o detergente, antes de secarlos con una secadora de aire caliente (60°C durante 20 min-30 min).
- Para tejidos delicados, lavado a 50° durante al menos 2 horas.
- Para las prendas de ropa delicadas que no se puedan lavar a esta temperatura o para tejidos no lavables, meterla en bolsas bien cerradas:
 - a temperatura menor de -20°C durante un mínimo de 24 h.
 - a temperatura menor de 5°C o inferior durante al menos 5 días.
- Si no se pueden lavar los materiales textiles, se tienen que tratar con lavados en seco con percloroetileno.
- Son muy efectivos los tratamientos de frío y /o calor. En el adulto. Los chinches entran en hibernación cuando las temperaturas son inferiores a los 13°C y a partir de los -16°C se eliminan todas las fases de desarrollo del insecto.
- Una de las formas efectivas para acabar con la plaga es el vapor previo cepillado y aspirado ya que se puede acceder fácilmente a los escondites como costuras del colchón o grietas.

Desecho de mobiliario

En casos extremos, las chinches pueden estar alojadas en el interior del colchón, mobiliario, etc. por lo que, si en el momento de la inspección se detectan muebles infestados, deberá desecharlos inmediatamente en una bolsa de plástico hermética.

Es importante que todos estos residuos infestados por la plaga sean manipulados correctamente y desechados con precaución, para no generar más infestaciones.

Aspirado

Como los huevos tienden a estar adheridos con demasiada fuerza a las superficies donde anidan como para que puedan eliminarse fácilmente, es conveniente pasar la aspiradora por las superficies expuestas y superficies de descanso para eliminar el máximo número de ninfas y chinches adultos.

Las bolsas de las aspiradoras deben ser desechadas inmediatamente en una bolsa de plástico cerrada herméticamente.

Todas las zonas de refugio deben ser aspiradas:

1. Todos los objetos colgantes deben ser retirados de la pared para aspirar a fondo las grietas y rendijas.
2. Deben extraerse los cajones para un acceso fácil a todas las grietas y rendijas, así como a las guías y los soportes de los cajones. También deben aspirarse las partes inferiores.
3. Se deben separar o desmontar los cabezales de la pared, para permitir el aspirado a fondo de las grietas rendijas y huecos que tengan o haya detrás.
4. Hay que aspirar minuciosamente las costuras, botones, etc. de los colchones, recomendándose la aspiración general y luego colocación de una funda protectora anti chinches para evitar futuras infestaciones.
5. Los somieres, colchones y las plataformas de cama se deben levantar y darles la vuelta para aspirar a fondo todos los lados, incluyendo la parte inferior y las zonas internas.
6. Hay que inspeccionar los muebles tapizados, y tratarlos de forma similar a las camas y somieres, prestando especial atención a todas las costuras y pliegues, así como también las patas o fundas contra el polvo por la parte de abajo.
7. Se deben examinar atentamente y aspirar las ruedas, barrotes y patas de todos los muebles.
8. Se deben aspirar los zócalos, incluyendo todas las juntas no selladas por la parte superior e inferior de los zócalos.
9. Quitar las cortinas de las ventanas y aplicarles un tratamiento aparte (limpiarlas en seco o al vapor).
10. Los accesorios de pared como por ejemplo lámparas deben separarse para aspirarse, al igual que las placas de interruptores eléctricos que deben ser retiradas, y aspiradas.

Como las chinches se trasladarán de las zonas limpias a las no tratadas, es importante asegurarse de que se trata también toda habitación adyacente. Todas las zonas en las que persista la presencia de chinches deben ser tratadas nuevamente.

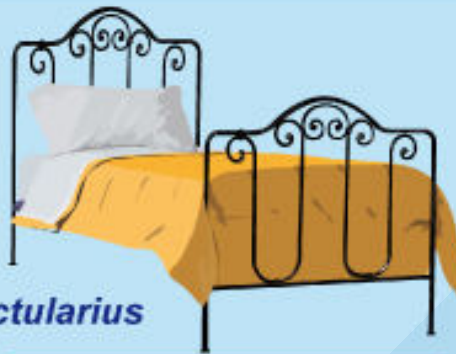
Prevención de la reinfestación

Como medidas recomendadas para prevenir una infestación o reinfestación:

- Llevar a cabo una limpieza diaria de las zonas y superficies expuestas.
- Aspirar diariamente los suelos, paredes, muebles, colchones y armazones de cama. La bolsa del aspirador debe sellarse y eliminarse inmediatamente tras la aspiración.
- Emplear medios de limpieza a vapor en los posibles lugares de anidamiento de las chinches ya que temperaturas superiores a 45° C matan a estos insectos.
- Sellar las grietas y hendiduras en paredes, suelos y techos, así como las que pueda haber entre paredes y rodapiés o jambas de puertas y ventanas. No hacer agujeros innecesarios a las paredes.
- Revestir las paredes y techos con pintura de color claro.
- Evitar, en la medida de lo posible, la presencia de moqueta, alfombras, sofás y sillas tapizadas, cuadros y posters en las paredes.
- Utilizar camas y cabeceros metálicos, mejor que los de madera. Cubrir los colchones con una funda hermética de costuras selladas. No colocar artículos debajo de las camas ni utilizar camas que incorporan en su estructura elementos que permiten el almacenamiento de objetos debajo de ellas. No adornar las camas con cojines, canapés o similares.
- Mantener los muebles, mesillas, taquillas y similares en buen estado de conservación y limpieza.
- Revisar y mantener en buen estado los puntos de electricidad (enchufes, interruptores, lámparas y similares), las conexiones de TV y de teléfono.
- Utilizar perchas o ganchos para colgar la ropa. No dejar la ropa en el suelo o sobre la cama.
- Igualmente, no dejar maletas, mochilas o equipaje cerca de la cama.
- Lavar toda la ropa personal y de cama, cortinas, cojines y textiles en general en agua caliente a 60-70° C y/o utilizar la secadora.
- Disponer de un Plan de control de plagas, ya que diversos estudios y encuestas a nivel mundial alertan del aumento de la población e infestación por chinches en todo el mundo. El cambio climático, el creciente tráfico internacional de viajeros y la resistencia a los insecticidas de uso común se proponen como razones para este fenómeno.

FICHA RESUMEN (1)

Todo lo que hay que saber sobre ***Cimex lectularius***



Distribución mundial

En ocasiones constituyen una verdadera plaga en residencias temporales con personas en tránsito (centros de acogida, hoteles, iglesias, cines...)

Chinche de las camas

Tamaño

como una lenteja: 6-8 mm



Forma

como una pepita de manzana
no tienen alas
3 pares de patas
2 antenas

Color

marrón castaño rojizo

las hembras ponen de 2 a 3 huevos diarios y 500 en toda su vida (aprox. 1 año)



Son insectos **hematófagos**. Necesitan alimentarse de sangre para crecer y reproducirse

Son muy resistentes al hambre pueden vivir sin alimentarse durante meses



Son ovalados y aplanados antes de alimentarse

Principalmente se alimentan de sangre humana



Aunque pueden hacerlo también de sangre de aves

huevos

Como granas de sal

Son blanquecinos, miden 1 mm y son pegajosos eclosionan en unos 10 días



ninfas

Son las chinches inmaduras, son más pequeñas y algo más claras que los adultos (Tamaño de la cabeza de un alfiler) mudan 5 veces en 5-8 semanas hasta hacerse adultos

FICHA RESUMEN (2)

Chinche de las camas

Es de hábitos nocturnos

Se alimentan por la noche, tardan entre 3 y 10 minutos en hacerlo, pudiendo ingerir hasta 7 veces su peso en sangre

Después de alimentarse, principalmente de sangre humana, se retiran a sus escondites: muebles, colchones, grietas, rodapiés..., donde digieren la comida y ponen los huevos

Revisar cuidadosamente los colchones, sábanas y fundas, almohadas, almohadillas y camas

controlar manchas oscuras, de heces de chinches muertas, o sus mudas

Revisa cuidadosamente cualquier mueble usado que compre

No pueden volar, pero se mueven muy rápidamente por el suelo, paredes, techo y otras superficies.

Importancia Sanitaria

Las chinches pican mientras las personas duermen

Muchas veces aparecen ronchas rojas con picazón que dura un par de días

Aunque en ocasiones se producen problemas de alergia **NO TRANSMITEN** enfermedades contagiosas

Medidas de control

Actuar en las primeras fases del problema

Aspirar pisos, paredes, muebles y colchones, y después sellar y eliminar la bolsa del aspirador

Utilizar vaporeras, el vapor a alta temperatura llega a las grietas y destruye el parásito

Levar sábanas, cortinas y ropa con agua caliente y secar con secadora

Los tratamientos con insecticidas deben ser realizados por profesionales especializados y autorizados para ello

Lo mejor: la prevención

pueden viajar en las mochilas

no dejar ropa o equipaje en el suelo ni bajo la cama

pueden viajar en las mochilas

no dejar ropa o equipaje en el suelo ni bajo la cama

Origen: <https://www.riojasalud.es/files/content/salud-publica-consumo/chinches8.jpg>

Bibliografía

1. Rioja Salud. *Prevención y control de chinches en alojamientos turísticos*.
<https://www.riojasalud.es/salud-publica-consumo/sanidad-ambiental/prevencion-y-control-de-chinches-en-alojamientos-turisticos>
2. Dirección General de Salud Pública. Conselleria de Sanidad. Generalitat Valenciana. *Medidas ante infestaciones por chinches*.
<https://microservices.es/storage/3396/Medidas-ante-infestaciones-chinches-Conselleria-Sanitat-oct23.pdf>
3. Madrid Salud. Ayuntamiento de Madrid. *Chinches de cama*.
<https://madridsalud.es/plagas/chinches/>
4. Madrid Salud. Ayuntamiento de Madrid. *Manual de prevención y gestión de plagas para la industria hotelera*.
[MadridSalud manual Plagas Hoteles 2009.pdf](#)
5. Manual MSD. *Chinches*.
<https://www.msdmanuals.com/es-es/professional/SearchResults?query=Infestaci%c3%b3n+por+chinches&icd9=919.4>
6. University of Kentucky. Entomology. *Chinche de cama*.
<https://entomology.ca.uky.edu/ef636esp>
7. Louisiana Government. *Cómo prevenir y eliminar las chinches de manera segura*.
https://ldh.la.gov/assets/oph/Center-EH/envepi/Pest/Documents/BedBugsBroSpnshl_2013_FINAL.pdf
8. Virginia State University. *Como Identificar Infestaciones de Chinches*.
<https://www.vdacs.virginia.gov/pdf/bb-identify2.pdf>
9. EPA. United States Environmental Protection Agency. *Prevención, detección y control de chinches*.
<https://espanol.epa.gov/sites/default/files/2017-09/documents/epa-bed-bug-prevention-detection-and-control.pdf>
10. EPA. United States Environmental Protection Agency. *Cómo encontrar las chinches*.
<https://espanol.epa.gov/control-de-plagas/como-encontrar-las-chinches#:~:text=Una%20manera%20m%C3%A1s%20precisa%20de,el%20aplastamiento%20de%20las%20chinches>