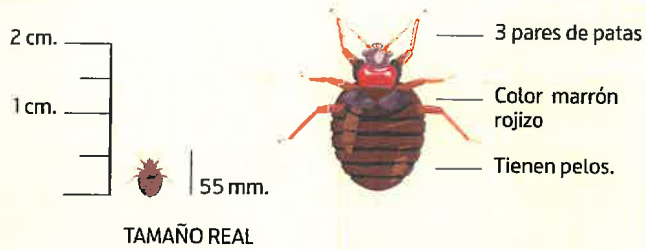


## ¿QUÉ SON LAS CHINCHES?

Son unos insectos que **se alimentan de sangre**, preferentemente humana, y del tamaño de una pepita de manzana.

## ¿CÓMO SON?



## CICLO BIOLÓGICO

Tiene 3 estadios: huevo, ninfa y adulto y se precisan de **5 a 7 semanas** para completarlo. Cada hembra pone entre **100 y 150 huevos** a lo largo de su vida a un ritmo de **1-7 huevos por día**.



## ¿CÓMO SON SUS PICADURAS?

Por lo general, las picaduras tienden a ocurrir en áreas expuestas como **cuello, cara, manos, hombros, brazos y piernas**, donde aparece una mancha roja o un bulto o una pápula descolorida en el centro.

Pican en la **cama**, mientras dormimos, ya que son atraídas por el olor corporal y el dióxido de carbono de la respiración de las personas.

Para el tratamiento de picaduras, consulte en su oficina de farmacia.

Depósito legal: LR 607-2024



Dirección General de Salud Pública,  
Consumo y Cuidados  
Servicio de Salud Ambiental y Nutrición.



# LAS CHINCHES DE LA CAMA: PREVENCIÓN Y CONTROL

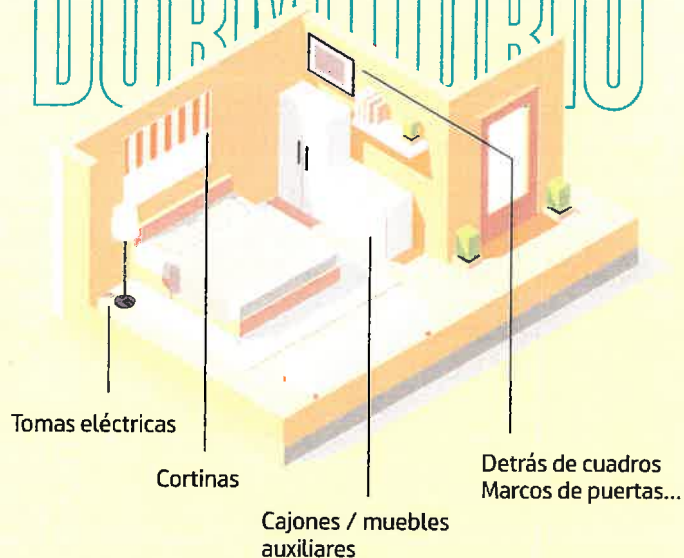


## ¿DÓNDE ENCONTRARLAS?

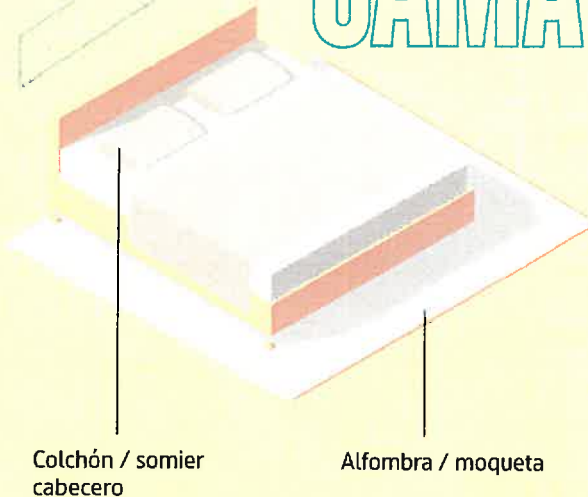
### HOGAR



### DORMITORIO



### CAMA



## ¿CÓMO ENTRAN EN CASA?

La principal vía de entrada de las chinches en nuestra casa es a través del **equipaje** que utilizamos en los viajes, así como en muebles usados.

Viajan de “polizones” en objetos procedentes de lugares infestados, tales como **ropa, equipaje, mobiliario y otros enseres domésticos de segunda mano**. Posteriormente buscan otros lugares para refugiarse o permanecen en los objetos en los que han llegado.

## ¿CÓMO EVITO INTRODUCIRLAS?

En tus **viajes** toma las siguientes precauciones:

- Antes de ocupar una habitación de cualquier alojamiento, inspecciona la cama, las sábanas, el colchón y cualquier otra instalación que pueda servir de refugio a las chinches.
- Evita colocar las maletas, mochilas o bolsas de viaje directamente sobre la cama, en el suelo o bajo la cama.

Asegúrate de que no introduces en casa ningún **mueble** infestado de chinches.

## ¿QUÉ HAGO SI TENGO CHINCHES?

**Los insecticidas domésticos no son efectivos, por lo que se desaconseja su uso.**

Es recomendable recurrir a **empresas profesionales**. En La Rioja, están inscritas en el Registro Oficial de Empresas y Servicios Biocidas de la Comunidad Autónoma de La Rioja (**ROESBCAR**), cuyo listado puede consultarse en:

<https://www.riojasalud.es/salud-publica-consumo/sanidad-ambiental/rregistro-de-establecimientos-y-servicios-biocidas-de-la-rioja-roesbcar>

Más información



Escanea este QR para obtener más detalles sobre las chinches en la cama.