

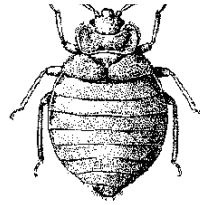


PORTLAND MAINE

Strengthening a Remarkable City, Building a Community for Life • www.portlandmaine.gov

Health & Human Services Department
Douglas S. Gardner, Director

Public Health Division
Julianne A. Sullivan, MPH, MBA, Director



Chinches de Camas

¿Que son los chinches de cama?

Los chinches de cama son insectos muy pequeños de forma ovalada, de color marrón y planos. Ellos se alimentan de sangre humana y también de animales pequeños y pájaros. Pueden vivir por varias semanas sin comer. Ellos no vuelan o saltan, pero se mueven rápido. Ellos usualmente salen de noche y se esconden durante el día. Ellos ponen muchos huevos blancos que se incuban en nuevos chinches de cama.

What are bed bugs?

Bed bugs are small, brownish-reddish, flat, oval-shaped insects. They feed on human blood and also small animals or birds and may live for many weeks without eating. They do not fly or hop but are fast-moving. They usually come out at night and stay hidden during the day. They lay many small white eggs that hatch into more young bed bugs.

¿Como ellos llegan aquí?

Debido a que los chinches de cama son pequeños y planos, ellos pueden esconderse en pequeñas grietas y moverse fácilmente de un sitio a otro. Ellos llegan a tu casa a través de cosas como muebles, ropa, sábanas o maletas. Lugares comunes donde se esconden son los colchones, grietas del piso, alfombras, zócalos y muebles. Ellos se encuentran más en sitios donde la gente va y viene mucho, como teatros, asilos, buses, trenes, y hostales.

How did they get here?

Because bed bugs are small and flat, they can hide in small cracks and move easily from place to place. They get into your house on things like furniture, clothing, bed sheets and suitcases. Common hiding places include mattress seams, floor cracks, carpeting, baseboards and furniture. They are more likely to be where people come and go a lot, such as theaters, shelters, buses, trains, and hotels.

¿Cuales son los signos y síntomas de chinches de cama?

Los chinches de cama se penetran dentro de la piel a fin de succionar sangre para alimentarse. Estas causan áreas de hinchazón o bultos rojos como picaduras de otros chinches. Las picaduras pueden picar y pueden convertirse en una infección si se rascan una y otra vez. Un número grande de chinches de cama pueden causar un olor a algo dulce y usted puede ver manchas de sangre o puntos con manchas en las sábanas y alrededor de los lugares donde se esconden.

What are the signs and symptoms of bed bugs?

Bed bugs jab into the skin to suck blood for their feedings. This causes areas of swelling or red bumps like other bug bites. The bites may itch and can become infected if scratched repeatedly. Large numbers of bed bugs can cause a sickly sweet-smelling odor and you may see bloody or dark spots on bed sheets, posts or frames and around their hiding places.

¿Como son tratadas las picaduras de chinches de cama?

Usualmente no se usa medicina para tratar las picaduras. Un producto de farmacia como loción de Calamine puede ayudar a parar la picazón. Para una picazón realmente mala o presencia de signos de infección como piel roja, fiebre,

dolor, o rezumbado de líquido, vea a su doctor. Los chinches de cama no son conocidos como portadores de enfermedades

How are bed bug bites treated?

No medicine is usually needed to treat the bites. A drug store product like Calamine lotion may help to stop the itching. For really bad itching, or if there are signs of infection, like redness, fever, pain, or oozing, see your doctor. **Bed bugs are not known to carry disease.**

¿Como usted se puede librar de los chinches de cama?

El problema de control de chinches de cama necesita cuidadosa planificación y esfuerzo. Los pesticidas son necesarios para matar a los chinches, pero ellos pueden dañar humanos si ellos son usados de la manera errada. Por esta razón es mejor ponerse en contacto con su compañía local de control de pesticida (fumigación), para deshacerse de ellos de manera segura. Antes de que los trabajadores de la compañía de control de pesticidas arriben, usted debe:

1. Recoger juguetes, libros, vajillas y otras pertenencias que se encuentren en el piso o en los muebles y ponerlos en un lugar separado. Ellos se ponen en el camino de los trabajadores y también son buenos lugares para que los chinches de cama se escondan.
2. Lave toda su ropa, ropa de cama y otras cosas lavables en agua caliente y seque en secadora caliente. No brinde estos dentro de la casa, hasta después de que la casa haya sido fumigada.
3. Aspire los pisos, paredes, muebles y colchones. Deseche la bolsa de la aspiradora en una bolsa sellada de basura después de usar.
4. Es mejor desechar los colchones y las almohadas una vez que los chinches de cama estén dentro de estos. Si esto no es posible, los trabajadores podrán pulverizar el insecticida en partes de la cama y después usted necesitará comprar un Zippered, protector de colchón de vinilo y fundas de vinilo para cada cama.
5. Usted debe dejar la casa mientras los trabajadores están dentro de la casa y esperar hasta dos horas después de que hayan realizado el trabajo. De esta manera evitara ser lastimado por el spray (pulverizador). Algunas veces quedan algunos chinches de cama. Si es este el caso, llame a los trabajadores de nuevo para que realicen el trabajo por segunda vez.

How do you get rid of bed bugs?

Control of a bed bug problem needs careful planning and effort. Pesticides are needed to kill them but they can harm humans if used in the wrong way. For that reason, it is best to contact a local pest control company to get rid of them safely. Before the pest control workers arrive you should:

1. Pick up toys, books, dishes and other belongings that may be on the floor or on the furniture and put them away. They get in the way of the workers and are also good places for bed bugs to hide.
2. Wash all clothing, bedding, and other washable items in hot water and dry them in a hot dryer. Do not bring them back into the house until after it has been sprayed.
3. Vacuum floors, walls, furniture and mattresses thoroughly. Throw away the vacuum bag in a sealed trash bag after use.
4. It is best to throw away mattresses once bed bugs get into them. If this is not possible, the workers may be able to spray parts of the bed and you will then need to buy a zippered vinyl mattress cover and vinyl pillowcases for each bed. Leave these covers on for six months to a year.
5. You must leave the house while the workers are there and wait until two hours afterwards to avoid being hurt by the spray. Sometimes, a few bed bugs remain. If so, call the workers to come back to spray the house a second time.