



Plan de Acción Contra los Chinchas de Cama para Trabajadores de Programas de Salud a Domicilio y Trabajadores Sociales

Dini M. Miller, Ph.D., Department of Entomology, Virginia Tech

Stephen Kells Ph. D. Department of Entomology, University of Minnesota

Introducción

Los chinches de cama se están extendiendo rápidamente en los Estados Unidos. Los investigadores han observado que los embalses de chinches de cama se están desarrollando entre las clases socioeconómicas más bajas debido al alto costo en el control de esta plaga. Las personas que requieren visitas al hogar por lo general tienen una larga lista de problemas económicos. Las infestaciones de este insecto se convierten en otro problema que no pueden permitirse el lujo de tratar. Consecuentemente, si los chinches de cama se establecen en una condición de bajos ingresos existe la posibilidad de desarrollarse una infestación.

Los trabajadores de programas de salud a domicilio y trabajadores sociales, que regularmente visitan los hogares de los clientes como parte de su trabajo, están en riesgo de entrar en contacto con los chinches de cama. Los empleados que dan servicio en los hogares tienen que estar conscientes de los chinches de cama, para evitar el transporte de estos insectos en sus autos, a la oficina o incluso llevarlos a sus casas. Además, deben tener cuidado con transportar los chinches de cama de un cliente a otro.

Ya ha habido casos en que los empleados que dan servicio en los hogares no han dado el servicio en la casa de un cliente por causa de una infestación de chinches de cama. Pero ¿qué sucede si la persona que necesita ayuda es de edad avanzada o inmovilizada y depende de estas visitas? Estos insectos son fastidiosos, y sus picaduras pueden causar reacciones severas en la piel, pero no son fatales. Pero suspender las visitas a domicilio puede ser fatal para alguien. Entonces, ¿qué se puede hacer? ¿Cómo se puede proteger a los trabajadores de programas de salud a domicilio y trabajadores sociales de los chinches de cama si tienen que entrar en casas con infestaciones severas?

En primer lugar, considere que siendo un empleado de servicio a domicilio de cualquier agencia o trabajador social, los chinches de cama están en su futuro. Usted tendrá que visitar hogares con infestaciones. Si usted encuentra que eso es inaceptable o que esta tan fuera de si por causa del chinche de cama que no puede soportar ver uno, es hora de buscar una nueva línea de trabajo. Sin embargo, si ser servidor público es su llamando, la información presentada a continuación le ayudará a protegerse usted y sus clientes de la introducción de chinches de cama.



Adiestramiento Sobre Chinchas de Cama para todo Empleado

Comuníquese con un agente de extensión local y pídale que le proporcione un programa de adiestramiento sobre el chinche de cama. El agente puede recomendar una compañía en el manejo de plagas con experiencia con el chinche de cama o alguna otra autoridad local. Una vez que haya localizado un experto en chinches de cama, programe una fecha para la capacitación de todos los empleados. La capacitación debe incluir la identificación de estos insectos vivos (en cada etapa de vida) y la evidencia de su presencia (incluyendo manchas fecales y pieles mudadas). Es esencial facilitar fotografías en color de evidencias de chinches de cama dentro de una casa, tales como chinches aplastados en la pared, manchas de materia fecal en la pared (véase la imagen de las heces del chinche de cama salpicados por la pared después de que un residente roció a los chinches de cama con demasiado insecticida), los huevos de chinches de cama en un sofá y evidencia de este insecto en la cama. Al ver la





evidencia en cada lugar ayudará a sus empleados a reconocer los signos de infestación de chinches de cama aunque no vean el insecto por sí. Tenga en cuenta que un caja de bombas insecticidas en la cocina o un galón de insecticida en aerosol en la sala o en el cuarto son también signos de una infestación de chinches de cama activa.

Otros tópicos de adiestramiento sobre los chinches de cama pueden incluir:

- **Donde se pueden esconder los chinches de cama**
- **Como inspeccionar para chinches de cama por usted mismo(a)**
- **Procedimiento para contener y aislar artículos infestados**

Preparándose para visitas a Domicilio

Siempre use ropa sencilla cuando visite la casa de un cliente. Evite las camisas con botones y bolsillos (las camisetas de aspecto profesional, de manga larga, de color claro son aconsejables). Evite los pantalones militares de carga o con dobladillos. Zapatos simples que pueden ser arrojados en una secadora caliente y que tienen un mínimo de suela también se recomiendan. No utilice muchos accesorios, en particular bufandas, joyas o bolsos de mano.

Sería provechoso contactar al cliente antes de la primera visita domiciliaria y preguntarle si ha tenido alguna plaga de insectos conocidos o tratamiento de plagas en los últimos 2-3 meses. Si contestan que sí, pregúnteles específicamente sobre el chinche de cama. Traer a colación los chinches de cama al cliente puede ser un tema delicado, independientemente si su cliente es una viuda de edad avanzada o un ex-Marinero. Aborde el tema con tacto, de forma real, como si los chinches de cama fueran la cosa más común en el mundo (que pronto serán). Si estos insectos fueron un problema en los últimos 12 meses usted puede tomar precauciones para protegerse y proteger a sus otros clientes antes de llegar a la residencia potencialmente infestada.

Después de su llegada:

- **Use botas o botines de protección en todo momento o al menos cuando no está seguro acerca de la presencia de una infestación en el domicilio del cliente. Si se le pregunta acerca de los botines, indíquele al cliente que usted está tratando de protegerlos de los insectos que se hayan podido encontrar en otras residencias.**
 - **Se puede usar un mameluco o un traje de Tyvec® si usted está entrando en una casa donde sabe que hay una infestación severa. Los mamelucos también se recomiendan si usted sabe que va a mover o cargar objetos, como una sillón de ruedas de una casa infestada. También se debe usar el mameluco si usted está llevando a un niño pequeño o un animal de una casa infestada (ver abajo más sobre el traslado de personas infestadas).**
 - **No se sienta en los muebles tapizados o sobre la cama. Eche un vistazo en las grietas de sillas antes de sentarse o mejor aún, traiga su propia silla cuando usted visite.**
 - **Lleve solamente los artículos con usted que son esenciales para la visita domiciliaria. Deje todo lo demás en el coche. Un portapapeles de plástico puede ser usados para sostener sus papeles, un bolso pequeño o bulto puede usarse para mantener su cartera, objetos personales, guantes y botines.**
 - **No coloque nada en los muebles tapizados, sobre ropa de cama o en pisos alfombrados.**
 - ***Si usted descubre chinches de cama en la casa durante su visita,; mantenga la calma!***
1. Anote sobre la infestación en sus notas para estar preparado(a) para su próxima visita.
 2. Cuando regrese a su vehículo, retire inmediatamente sus botines y séllelos en una bolsa plástica. Disponga de la bolsa antes de entrar en el vehículo.

3. Si llevaba un mameluco o un traje de Tyvec® quíteselo girando al revés para atrapar cualquier chinche de cama adentro. Coloque el traje en una bolsa plástica sellada y disponga de esta antes de entrar al vehículo.
4. Tenga un espejo de mano disponible para que pueda realizar una rápida auto-inspección. Revise su ropa, (la parte de atrás de sus pantalones, el dobladillo, las suelas de los zapatos, cordones de los zapatos, los calcetines, los puños y el cuello).
5. Si usted encuentra un insecto en sí mismo (chinchas o cucarachas), no se asuste. Utilice un “pañó húmedo” para aplastar a los insectos y otro para limpiar los alrededores, prestando atención a las costuras, botones y otros lugares donde se pueden esconder los chinchas de cama. No hay necesidad de hacer esto si no encuentra algún insecto durante su auto-inspección.

Si Usted Visita Repetidamente Hogares Infestados

Protégase a sí y a los clientes usando siempre botines y trajes de protección, y usando el kit para contener chiches de cama. El kit se compone de lo siguiente:

- Una silla o banqueta portátil de superficie dura.
- Un bolso para guardar objetos personales tales como su identificación, teléfono celular, botas, botines o guantes adicionales.
- Una muda de ropa y zapatos (mantenidos en el vehículo)
- Un recipiente plástico con una tapa sellada que es lo suficientemente grande como para contener los elementos enumerados a continuación.



- a) Botines protectores y mamelucos tipo Tyvec®.
- b) Guantes desechables
- c) Rollo de cinta adhesiva de ducto (color claro)
- d) Bolsas plásticas pequeñas de basura
- e) Un rollo de bolsas plásticas de barriles (bolsas de 50 gallones)
- f) Linterna
- g) Una espátula angosta (para matar chinchas de cama)
- h) Un contenedor de toallitas mojadas (Wet Ones Antibacterial)
- i) Un portapapeles de plástico tipo caja que contiene el papel y bolígrafos.

Transportando a Alguien que Tiene Chinchas de Cama en sus Ropas o Pertenencias

Si se encuentra en la desafortunada situación de tener que remover a un niño de una casa infestada de chinchas de cama o transportar a un cliente infestado por alguna otra razón, tiene que contener sus pertenencias para proteger su vehículo. Utilice sus bolsas plásticas para barriles y coloque la ropa de su cliente y artículos personales. Ate la bolsa plástica y guárdelas en un recipiente de almacenamiento de plástico vacío (vea la ilustración) dentro de su vehículo antes del viaje. Ponga en una bolsa el sillón de ruedas. El sillón de ruedas puede ser utilizado inmediatamente que llegue a su destino. Las bolsas plásticas también pueden usarse como fundas de asientos para evitar que los chinchas de cama caigan de la ropa de los clientes durante el viaje.

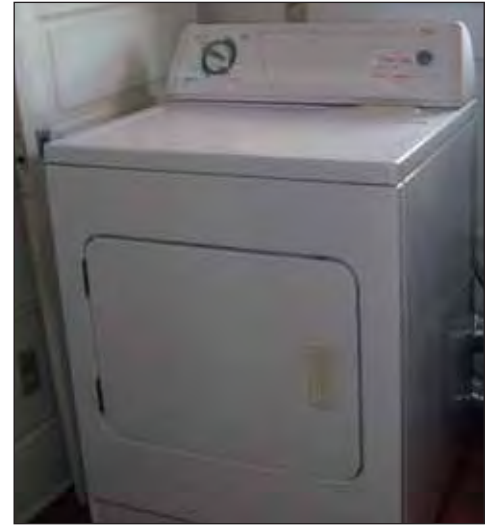
¿Por qué no se puede empacar al cliente? Esto no es una idea muy buena, pero tampoco fuera de la cuestión. Dependiendo de la situación, es posible que necesite transportar



una persona que tiene evidentemente chinches de cama en su ropa. En este caso, usted tiene la opción de usar su traje Tivec® y botines para cubrir la ropa del cliente durante el transporte. Una alternativa es que usted puede poner al cliente dentro de una de sus bolsas de barril. Sin embargo, ambas opciones requieren la cooperación del cliente. Si el cliente no quiere ser embolsado, puede que tenga que soportar, con una sonrisa, tenerlo sentado en el asiento cubierto con un plástico. Una vez que haya llegado a su destino, debe pasarle una aspiradora a su vehículo .

Utilice la Secadora al Regresar a su Casa u Oficina

El calor es excelente para matar al chinche de cama y no hay nada más eficaz para matar todas las etapas de vida de este insecto que una secadora caliente. Quítese la ropa de trabajo tan pronto como vuelva a su casa. Su ropa, incluyendo los zapatos, pueden rotarse en la secadora a temperatura alta durante 30 minutos y salir libres de chinches. Una secadora con un estante extraíble es excelente para calentar los artículos que no pueden rotarse en la secadora, como mochilas y otros suministros. También es recomendable que su oficina compre una secadora de ropa (el mismo equipo que compra para uso en el hogar) para que los empleados que piensen que sus ropas se han contaminado puedan tratarlas inmediatamente



Si Usted ha Sido Contaminado con chinches de Cama

Si usted cree que ha sido contaminado(a) con chinches de cama, notifique a su supervisor de la fuente y regrese a su casa. Quítese toda la ropa antes de entrar en la casa si es posible (o en el baño si no). Inmediatamente coloque su ropa en bolsas plásticas selladas. Métase en la ducha. Después de la ducha, recoja sus artículos sellados y colóquelos en la lavadora con agua caliente y jabón. Coloque los zapatos en una secadora caliente durante 30 minutos. Seque la ropa a temperatura alta.

Sugerencias Adicionales

Las siguientes sugerencias se recogieron de los empleados y agencias que han servido con éxito a clientes con las infestaciones de chinches de cama en los últimos años. Estas prácticas pueden ayudar a evitar el transporte de este insecto de un cliente a otro o a su propia casa.

- **Mantenga su vehículo libre de desorden, pase una aspiradora semanalmente e inspeccione el vehículo periódicamente en busca de chinches de cama.**
- **Tenga un par dedicado (sólo para uso en los hogares de los clientes) de zapatos o una chaqueta en un recipiente plástico sellado en su vehículo.**
- **Desaliente a los clientes de compartir las aspiradoras con otros residentes, ya que es una fuente potencial de infestación.**
- **Los chinches de cama son viajeros excelentes por lo cual los clientes deben ser disuadidos de aceptar o pedir prestado ropa, muebles u otros artículos de amigos y vecinos.**
- **Esté preparado(a) para ofrecer a sus clientes información básica sobre el chinche de cama, si lo piden (como: los chinches de cama no transmiten enfermedades, siempre debe contratar a un experimentado (con chinches de cama) profesional en el control de plagas, no usar bombas para insectos en su hogar, etc.).**