

## ¡Pare las chinches!

---

Las chinches muerden a humanos y animales. Suelen vivir en las camas o alrededor de ellas. Es importante detener las chinches. Puede hacerlo manteniendo limpias sus habitaciones, haciendo su cama, guardando su ropa y recogiendo el desorden. Deberías hacer estas cosas todos los días.



- Lave y cambie sus sábanas y toallas todas las semanas.
- Desempolve y aspire la alfombra (o limpie los pisos) todas las semanas.
- Cuando limpie su habitación y cambie las sábanas, busque signos de chinches, como:

Manchas oxidadas o rojizas en sábanas o colchones. Estos son causados por chinches que son aplastados



Manchas oscuras, que son excrementos de chinches



Los huevos y las cáscaras de huevo son pequeñas pieles de color amarillo pálido que las chinches pierden a medida que crecen.



## ¿Qué debo hacer si tengo chinches o si creo que tengo chinches?

**¡Consigue ayuda! Dígale a su partidario:** no se avergüence. Le puede pasar a cualquiera. Diles y / o muéstrales lo que has visto o has oído.

**Dígale al propietario (si usted es un inquilino):** las personas que viven en otros apartamentos también pueden verse afectadas. El arrendador querrá asegurarse de que las chinches no se propaguen. **¡Actúa rápido!** No esperes. La situación solo puede empeorar si no se lo cuentas a nadie.