

Hay muchas razones que tal vez tiene que vivir en un lugar con chinches, pero lo que nunca quisiera hacer es propagarlas a otros.

Con un poco de cuidado, usted puede proteger a sus seres queridos, a los lugares que visita y también a su carro u otro modo de transporte.



Piense **DENTRO** / **AFUERA**

Para evitar propagar las chinches a otras personas, querrá asegurarse de que las cosas que lleva fuera de su casa no tengan chinches ni huevos en ellas. De esa forma, no se propagarán las chinches a su escuela, trabajo o casas de amigos.

Esto significa mantener las cosas que usa **dentro** de su hogar separadas de las cosas que lleva **fuera** de su hogar.

LA ROPA

Cuando salga de su hogar, use ropa que no esté contaminada con chinches ni sus huevos.

Para hacer esto:

- ✓ Seque la ropa a la temperatura más alta de la secadora hasta que esté completamente seca y **CALIENTE**.
- ✓ Ponga la ropa en bolsas de plástico o en contenedores que pueda sellar.



- ✓ Retire la ropa de la bolsa o recipiente sellado y vístase justo antes de salir.

- ✓ Vístase en una habitación sin alfombras, que es poco probable que tenga chinches, como la entrada, el garaje, la cocina o el baño.
- ✓ Salga tan pronto como esté vestido. Asegúrese de tener todo lo que necesita antes de ponerse la ropa. No se siente ni toque nada una vez que esté vestido.

LOS ZAPATOS

- ✓ Use chancas o pantuflas **dentro** de la casa.
- ✓ Mantenga sus zapatos de la calle sellados en un contenedor de plástico hasta que salga.



Consejos Prácticos

- Cuando llegue a la casa, selle su ropa exterior, como sus guantes, sombrero y abrigo, en un recipiente o bolsa de plástico.
- Déjelos al lado de la puerta para la próxima vez que salga.
- De esa forma no tendrá que seguir secándolos.

BOLSAS, CARTERAS y MOCHILAS

Primero—asegúrese de que su bolsa, cartera, mochila o portafolio no tenga chinches:

- ✓ Llévelo afuera y derrame todo el contenido sobre algo blanco (toalla, bolsa plástica, etc). Revise por chinches.
- ✓ Bote cualquier cosa que no pueda limpiarse (como cuadernos, planificadores, etc). Utilice los "consejos prácticos" a continuación.



Consejos Prácticos

- "Limpie" las cosas poniéndolas en la secadora por 30 minutos a la temperatura **MAS ALTA**.
- Si es posible, coloque la bolsa, cartera o mochila en una funda de almohada y séquela en la secadora por 30 minutos con **CALOR** también.
- Si no puede poner el bolso o la cartera en la secadora, cepíllela con un cepillo rígido. Deslice una lima de metal por las grietas. Inspeccione cuidadosamente con una linterna para asegurarse de que no haya chinches escondidas en las grietas. Hierva el cepillo y la lima que usó.

Después de asegurarse de que su bolsa, cartera, mochila o portafolio está "limpio":

- ✓ Selle su bolsa y las otras cosas que lleva y trae diariamente a su hogar en un contenedor de plástico transparente.
- ✓ Mantenga el contenedor en un área sin alfombras que probablemente no tenga chinches, como su garaje, entrada, cocina o baño (nunca en el sofá, una silla de felpa o en un dormitorio).
- ✓ Si necesita algo que esté en el contenedor, sáquelo, úselo y vuelva a colocarlo.

LAS COSAS

Celulares

- Mantenga su celular en una bolsa de plástico con cierre cuando esté dentro de la casa.
- No ponga el teléfono sobre los superficies, a menos que esté en la bolsa con cierre.
- Retire la estuche del celular y lávela con agua caliente y jabón a menudo.



Tarea y libros

- Saque solo lo que necesita de su mochila o portafolio que mantiene sellado en el contenedor o bolsa de plástico.
- Trabaje en una mesa en una habitación que probablemente no tenga chinches, como la cocina o el comedor.
- Devuelva los documentos y libros a la mochila o portafolio tan pronto como termine.



Cochecitos, asientos de auto y bolsas de pañales

- Cochecitos, asientos de auto y bolsas de pañales son excelentes escondites para las chinches. Úselos **fuera** de su casa, no cuando esté **adentro**.
- Asegúrese de que no tengan chinches (vea "bolsas, carteras y mochilas" para saber qué hacer).
- Deje los cochecitos, los asientos de auto y las bolsas de pañales en el carro, en el garaje o justo dentro de la puerta sellados en una bolsa de plástico grande.

Siga trabajando con el exterminador y el arrendador para deshacerse de las chinches en su hogar.

¡USTED puede evitar que las chinches se propaguen!

**¿Preguntas?
919-250-4462
wakegov.com**

Programa de
Enfermedades Contagiosas
Wake County Human Services
10 Sunnybrook Rd, Raleigh, NC
6/2018

**¿Vive con
Chinches?**



**Aprenda a
evitar que las
chinches se
propaguen**

Programa de
Enfermedades Contagiosas
Wake County Human Services
919-250-4462

Se habla español

