

Los Insectos de Cama y Qué Hacer con Ellos

¿Qué son los Insectos de Cama?

Los insectos de cama son muy pequeños, chatos, de forma oval, sin alas que se alimentan de la sangre caliente de los animales como los humanos, murciélagos, pájaros, y mascotas (Figura 1). El insecto común de cama, *Cimex lectularius*, ha sido asociado con los humanos durante miles de años. La palabra *Cimex* deriva de la designación romana para insecto, y *lectularius* del nombre Latino para sillón o cama.

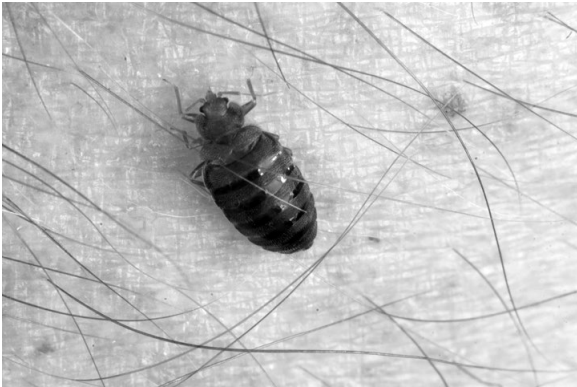


Figura 1. Insecto de cama adulto alimentándose.

Los insectos de cama son comunes en el mundo en desarrollo, y especialmente en las áreas de extrema pobreza y de multitudes. Estos parásitos de la sangre han desaparecido prácticamente en los países desarrollados hasta hace poco tiempo, cuando un aumento y una difusión dramática de dichos insectos comenzó en los años 80. Los insectos de cama han sido encontrados cada vez más en el interior de los hoteles, dormitorios y departamentos de los Estados Unidos.

Se los encuentran en las regiones templadas y tropicales del mundo. Otra especie de insecto de cama, *Cimex hemipterus*, está también difundido pero se lo encuentra principalmente en los trópicos. Varias especies son encontradas en los murciélagos, pero las mismas usualmente no pican a las personas.

Los insectos de cama adultos miden aproximadamente 5 milímetros de largo, son ovales y chatos. Son parecidos a las garrapatas pero chatos, o a las cucarachas pequeñas. Los adultos son de color rojizo amarronado (del color de las castañas); los insectos jóvenes se parecen a los adultos,

pero son de color blanco amarillento. Tienen la cabeza en forma piramidal con ojos compuestos prominentes, antenas finas, y un hocico o trompa que se extiende por debajo de la cabeza y del tórax.

Dichos insectos poseen glándulas que producen mal olor. Algunas veces los hogares infestados con dichos insectos tienen este olor especial. Se alimentan a la noche, y se esconden en las hendiduras durante el día. Los lugares escondites pueden ser las costuras de los colchones, las hendiduras de las bases de los colchones y los espacios debajo de los aglomerados y empapelados sueltos.

Existen cinco estados ninfales que deben ser completados antes de llegar al estado adulto. Una vez que es adulto, viven entre 6 y 12 meses. En cada estado ninfa, el insecto debe ingerir sangre para completar el desarrollo y pasar al siguiente estado. Los insectos completan su comida en 5 a 10 minutos.

Los insectos de cama pueden sobrevivir largos períodos sin alimentarse, y cuando sus hospederos preferidos están ausentes, pueden ingerir sangre de cualquier animal de sangre caliente.

¿Porqué los Insectos de Cama están Resurgiendo?

Se cree que las dos principales razones del resurgimiento de dichos insectos son los cambios en las prácticas de control de insectos (aumento en el uso de cebos y la aplicación de pulverizaciones de pesticidas residuales) y el aumento de los viajes a nivel mundial. Aún más, los investigadores han encontrado poblaciones de dichos insectos altamente resistentes a muchos de los pesticidas usados para su control.

¿Cuáles Son las Reacciones de las picaduras?

Los insectos de cama tienen un aparato succionador/picador en su boca, típico de los insectos del orden Hemiptera. Las picaduras son usualmente inaparentes; de todas maneras, algunas personas experimentan reacciones alérgicas a la saliva de dichas picaduras (como la de los



Figura 2. Las picaduras del insecto de cama en un brazo, 5 días después.

mosquitos) y pueden desarrollar ronchas que pican, inclusive, algunas veces ampollas (Figura 2). El rascado excesivo puede desembocar en una infección secundaria. Las reacciones a las picaduras de dichos insectos generalmente desaparecen por sí solas y requieren muy poco tratamiento, no más que unas cremas antisépticas o antibióticas, o cremas para prevenir la infección.

¿Los Insectos de Cama Desparraman Enfermedades?

Los insectos de cama se han encontrado infestados con diferentes enfermedades humanas, pero eso no es inusual para los insectos que succionan sangre de los animales. Si dichos insectos pueden transmitir esas enfermedades humanas es controversial, a pesar de que la mayoría de los científicos dicen que no.

Los abogados que representan a las personas que fueron picadas por los insectos en los dormitorios de los hoteles, a menudo dicen con firmeza que el riesgo es real y garantizan recompensaciones. De todas maneras, a menos que se pruebe lo contrario, el mejor resumen de datos actualizados dice lo siguiente: "A pesar de que los insectos fueron naturalmente encontrados infectados con muchos agentes de enfermedades, no han sido probados que transmiten inclusive una enfermedad."

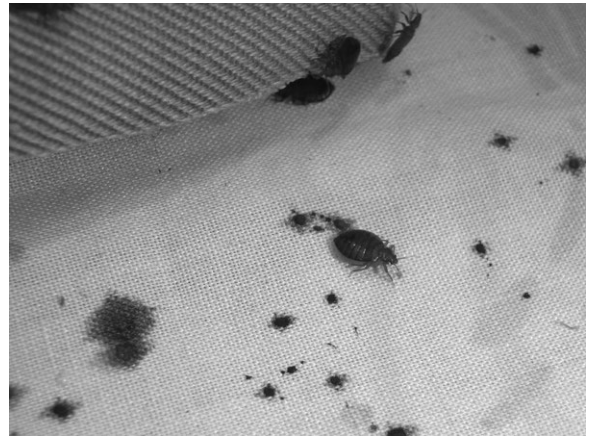


Figura 3. Insectos de cama y manchas de las materias fecales en el colchón. Cortesía del Dr Harold Harlan del Armed Forces Pest Management Board.

¿Qué es lo Que Hago si Estoy en un Hotel?

Primero, no se salga de la vaina. No todas las habitaciones tienen insectos de cama, pero algunas tienen. Es interesante, dichos insectos se pueden encontrar tanto en hoteles de cinco estrellas como en los de menor precio, por lo tanto, cuando se viaja, siempre es bueno estar a la guardia.

Las simples precauciones pueden ayudar a protegerlo a usted y a sus valijas para que no se infecten de insectos. Deje todo lo que es innecesario en su vehículo, como la ropa extra, y demás equipos que posea. Cuando entra por primera vez a la habitación del hotel, coloque su valija en el baño (no la coloque en la cama, piso, silla, sofá o en la mesita portátil de valijas) hasta que haya podido revisar las sábanas, colchón y estar seguro no hay insectos o manchas de materia fecal de los mismos (Figura 3).

Si es posible, corra la cama fuera de la pared así revisa detrás de la misma. Si hay insectos o señales sospechosas en la habitación, vaya a la recepción y solicite otra habitación.

¿Cómo Mantengo los Insectos Fuera de Mi Casa?

El mantener los insectos de cama fuera de su casa puede ser una tarea desalentadora, especialmente si usted viaja mucho o si tiene invitados frecuentes. Más aún, existen otras formas a través de las cuales dichos insectos pueden entrar en su casa, como ser los muebles usados, alimentos, o artículos comprados en las casas de segunda mano, o en las ventas

en los garajes, por lo tanto, dichos artículos necesitan ser desinfectados (más precisamente “des-insectisados”).

Primero de todo, luego de un viaje, asegúrese de lavar todas las ropas de su valija con agua caliente, y séquelas en aire caliente si es posible. Alternativamente, usted puede colocar las ropas en la secadora con calor intenso.

Usted debería sellar sus valijas en bolsas plásticas entre los usos. Es una buena idea no comprar colchón usado, no importa cuán bueno parezca. Otros artículos que se traigan dentro de la casa deben ser muy bien inspeccionados para ver si tienen insectos de cama. Llame a un exterminador de pestes para que trate dichos artículos en una manera profesional, si es que encuentra insectos de cama o sospecha de ellos.

¿Por Qué Debo Llamar si Tengo Insectos de Cama?

Si hay una infección de insectos en la habitación del hotel, usted debería inmediatamente informar al encargado del hotel sobre el incidente. Aún más, dichos incidentes en los hoteles de Mississippi pueden ser informados a las oficinas de los departamentos de salud locales o de los distritos, o al departamento de salud del estado de Jackson. Cuando llame, trate de hablar con un especialista de la salud pública ambiental.

Si usted encuentra los insectos de cama en su hogar, lo mejor es no aplicar aerosoles insecticidas que se compran directamente en las tiendas. No son muchos los insecticidas que son para el tratado de los insectos de cama, y puede que usted empeore la situación con solo tratar de controlar un poco los mismos. Lo mejor es contactar una persona competente del servicio de exterminación de pestes para un servicio profesional de la misma.

Si usted encuentra insectos pequeños en su casa que usted sospecha son insectos de cama, usted puede mandar los mismos al [Servicio de Extensión de MSU](#) para ser identificados.

¿Qué sucede con los pesticidas “naturales” de venta libre para los insectos de cama?

En los últimos años, han entrado en el mercado muchos de los llamados productos seguros y naturales para el control de plagas. Estos pesticidas naturales contienen todo tipo de ingredientes que, por lo general, se consideran seguros (“GRAS”, por sus siglas en inglés) e incluyen cosas como canela, soya, ajo, romero, menta, otros aceites, geraniol y lauril sulfato de sodio, por nombrar algunos.

Estos productos, también llamados productos “25b”, no necesitan registrarse en la Agencia de Protección Ambiental de Estados Unidos y se pueden fabricar y vender sin restricciones. El problema es que estos productos rara vez son efectivos para matar los insectos de cama, aparte de los pocos insectos con los que entran en contacto directamente. Lo único que la mayoría de estos productos pueden hacer es matar los insectos de cama cuando se rocían directamente sobre ellos, lo que a menudo se afirma en la etiqueta del producto (“¡Mata los insectos de cama al contacto!”). Pero el alcohol e incluso el agua jabonosa matarán los insectos de cama al contacto.

Un estudio reciente en la Universidad de Rutgers encontró que solo dos de los once productos naturales probados tenían algún tipo de efectividad real contra los insectos de cama. Incluso esos dos productos que resultaron mejores causaron una tasa de mortalidad entre los insectos de cama de no más del 75 por ciento después de tres días. Un control del setenta y cinco por ciento puede parecer bien, pero con los insectos de cama, ¡usted necesita un control del 100 por ciento!

Los propietarios de viviendas deben tener cuidado con estos productos naturales para el control de insectos de cama y tener cuidado al elegir pesticidas. Si las afirmaciones del fabricante sobre un producto suenan demasiado buenas para ser verdad, entonces dude mucho en comprarlo. Sería mejor que gaste su dinero en una empresa profesional de control de plagas para el control de insectos de cama.

Hechos Concretos Sobre los Insectos de Cama

- El insecto de cama que ataca al hombre, *Cimex lectularius*, es la causa más común de los problemas, pero otras especies de insectos de cama que se alimentan de los murciélagos y pájaros, pueden ocasionalmente picar a los humanos.
- Los insectos de cama se alimentan de noche especialmente y por lo general pasan desapercibidos.
- La hembra en promedio puede depositar entre 200 a 500 huevos en su vida, depositando tres a cuatro huevos por día.
- Una simple hembra es suficiente para comenzar una infección en la cama.
- Los huevos demoran entre 1 a 2 semanas para abrirse.
- Lleva 40 días desde un huevo al próximo huevo (ciclo de vida).
- Un solo insecto de cama puede picar varias veces.
- Los insectos de cama típicamente se movilizan entre 5 a 20 pies hacia distintas direcciones para lograr su alimento sanguíneo; de todas maneras, son conocidos por moverse tan lejos como 100 pies.
- Los adultos generalmente se alimentan cada algunos pocos días si es que encuentran un hospedero; de todas maneras los mismos pueden sobrevivir meses o inclusive un año sin alimentarse.
- Las ninfas requieren su porción de sangre para pasar al próximo estado de desarrollo.
- Lleva generalmente entre 3 a 15 minutos para que un insecto de cama complete su comida.

Publicación 2546-S (POD-04-26)

Por **Jerome Goddard**, PhD, profesor de extensión, Ciencias Agrícolas y Protección Vegetal.

Propiedad intelectual 2026 por Mississippi State University. Todos los derechos reservados. Esta publicación puede copiarse y distribuirse sin modificaciones para fines educativos sin fines de lucro, siempre que se otorgue crédito al Mississippi State University Extension Service.

Producido por Agricultural Communications.

Mississippi State University es una institución que ofrece igualdad de oportunidades. Se prohíbe la discriminación en el empleo, los programas o las actividades universitarias basada en la raza, el color, la etnia, el sexo, el embarazo, la religión, el origen nacional, la discapacidad, la edad, la orientación sexual, la información genética, la condición de veterano de los EE. UU. o cualquier otra condición en la medida en que esté protegida por la ley aplicable. Las preguntas sobre los programas de igualdad de oportunidades o sobre el cumplimiento normativo deben dirigirse a la Oficina de Cumplimiento de Derechos Civiles ([Office of Civil Rights Compliance](#)), 231 Famous Maroon Band Street, P.O. 6044, Mississippi State, MS 39762.

Mississippi State University Extension Service, en cooperación con el Departamento de Agricultura de los Estados Unidos. Publicado en promoción de las Actas del Congreso, 8 de mayo y 30 de junio de 1914. ANGUS L. CATCHOT JR., Director

