

Let's Beat the Bug!

Bed Bug Basics

- Bed bugs are a small insect, about the size of an apple seed. Adult bed bugs are flat, oval and reddish-brown in color.
- Bed bugs feed on human blood and can live for up to a year without a meal. They are usually active at night when people are sleeping.
- Some people do not react when bitten by a bed bug. Others who do react have a small bump or a large itchy welt depending on the severity of their reaction. Marks from these bites may appear in hours or days after being bitten. Bites usually occur on skin that is exposed during sleep and sometimes occur in lines on the skin.
- If you think you have bed bugs check for the bugs, blood stains, droppings, eggs and shed skins
 - Where you sit and where you sleep
 - In mattresses, box springs, bed frames and bedding
 - In cracks and crevices in bedroom furniture, floor boards, base boards, windows, door frames and electrical outlets

Remember, bed bugs are very small, flat and fast.

For more information contact the bed bug hotline at 612-624-2200, 1-855-644-2200
bedbugs@umn.edu, or visit
www.bedbugs.umn.edu

Bed Bug Control in Residences

When trying to control bed bugs in your home:

- **DO NOT** use pesticides meant for garden or agricultural use.
- **DO NOT** use products that appear to be “homemade” or “custom formulated” or products purchased from someone without a license.

The most effective way to control bed bugs in your home is through a combination of chemical measures and heat treatments applied by a Pest Management Professional (PMP). Unfortunately, the service of a PMP can be costly. So we are providing information on how to control a bed bug infestation on your own.

Controlling bed bugs by yourself is very difficult and time consuming. It involves moving furniture, household goods and personal items. Plan how you to treat each room. Set up a “clean area”. Clean floors, baseboards, windows and carpet. Go to www.bedbugs.umn.edu for more information on setting up a clean area. Treat objects and move them to the clean area. Move the treated objects back in to the clean room. .

Killing bed bugs by hand is not 100% effective. You can capture and squash them or capture them on sticky tape and remove. This may reduce the number of bugs if done over and over again.

Tools for hunting and destroying bed bugs: Flashlight, old credit card (or similar) clear tape, plastic bags, and hot soapy water.

Steps: Use the flashlight and credit card to search out bed bugs by moving the card along cracks and crevices to push out the bugs. Use the sticky tape to trap the bugs. Use the hot soapy water to wipe up infestations, the bugs, blood stains, droppings, eggs and shed skins.



Vacuuming helps to quickly capture and contain bed bugs. Vacuum crevices around baseboards, electronic items (such as TVs and stereos) and any other likely hiding places. If using a canister vacuum, immediately empty the contents into a plastic bag, seal and throw away. Clean the vacuum thoroughly. If using a vacuum with a bag, immediately remove the bag and seal in plastic for disposal. Check the vacuum for any remaining bugs and kill them to avoid spreading the bed bugs further.

Let's Beat the Bug!

Steam is a very effective method, if applied correctly, for killing bed bugs when they are eggs, nymphs or adult bugs. The quality of the steamer is very important, so use a commercial steamer with a minimum capacity of 1 gallon, preferably with a volume control. Use a floor or upholstery attachment because it allows steam to penetrate the fabric of furniture or drapes but is not such strong streams of steam that it simply blows bed bugs away. To effectively kill bed bugs, the surface temperature of the object should be 160-180 F immediately after the steam brush has passed. Use a non-contact thermometer to monitor progress. Use great care when using steam as steam can cause burns.



Laundering is a very effective method to treat items that can be placed in the washing machine or dryer. Collect linens and dirty clothes and seal in plastic bags until they can be washed to decrease the chance of spreading bed bugs. Use the highest temperature the fabric can withstand for washing and drying. If an item cannot be washed, dry it for 30 minutes at the highest temperature the item can withstand.

Freezing items that are infested is an easy way to kill bed bugs. All you need is a freezer and some time. When freezing items to kill bed bugs you will need to leave the items in the freezer for at least 4 days, at a temperature that is at or lower than 0°F.

Mattress covers prevent bed bugs from hiding in the mattress, a prime location for the bugs and difficult to treat. If a mattress is infested, cover it to contain the bed bugs which will start to die after 2 weeks but leave the cover on for at least 18 months. In addition, mattress covers can easily be cleaned if a new infestation occurs. Purchase a mattress cover that is labeled specifically for bed bugs as covers designed only to reduce allergens may not stop bed bugs.



Dry heat treatment is an effective method of controlling bed bugs. This treatment is only conducted by a Pest Management Professional in order to ensure that infested items and rooms reach the required temperature for effective pest control. Do not attempt a heat treatment by yourself.

Insecticides are an important part of bed bug control as it is common for individual bed bugs to move away from the main infestation site to another site. Use all insecticides carefully and according to the label. It is highly recommended that you hire a Pest Management Professional to apply the appropriate insecticides. Do not try to treat a bed bug infestation with insecticides labeled for other insects which can cause the bed bugs to disperse and increase the area infested.

Updated on November 16, 2012

By Amelia Shindelar and Dr. Stephen Kells, 2011

Funding for "Let's Beat the Bug" Campaign provided by the United States Environmental Protection Agency and MDA. Additional assistance from the Minnesota Department of Health was greatly appreciated.

In accordance with the Americans with Disabilities Act, this information is available in alternative forms of communication upon request by calling 651/201-6000. TTY users can call the Minnesota Relay Service at 711 or 1-800-627-3529.

The University of Minnesota and MDA are equal opportunity educators and employers.



Let's Beat the Bug!

Las reglas básicas de las chinches de cama

- Las chinches de cama son unos insectos pequeños, cercanos al tamaño de una semilla de manzana. Los insectos adultos son planos, ovales, y de color rojizo-marón.
- Las chinches de cama se alimentan de la sangre de humanos y pueden vivir hasta un año sin alimentarse. Usualmente son activos en las horas de la noche cuando las personas duermen.
- Algunas personas no reaccionan a las picaduras de las chinches. Otros que reaccionan tienen una pequeña picadura o una llaga con mucha comezón dependiendo en la gravedad de la reacción. Las marcas de estas picaduras pueden aparecer en pocas horas o días después de la mordida. Picaduras usualmente ocurren en la piel que está expuesta mientras duermen y algunas pueden aparecer en una línea en la piel.
- Si piensas que tienes chinches de cama busca los insectos, manchas de sangre, excremento, o pedazos de piel: -
 - donde se sienta y donde duerme.
 - En los colchones, las cabeceras de las camas y las sábanas
 - En rajaduras de los muebles, las puertas, y las salidas eléctricas

Recuerde que las chinches son muy pequeñas, planas y rápidas.

Para más información contacte 612-624-2200, 1-855-644-2200
bedbugs@umn.edu, o visite
www.bedbugs.umn.edu

Control de Las Chinches de Cama en Las Residencias

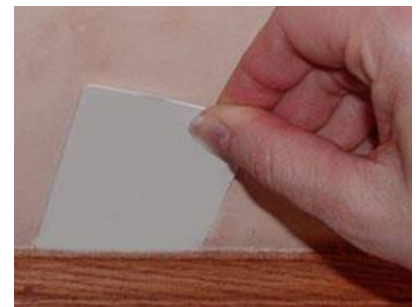
Cuando esté tratando de controlar las chinches de cama en su casa:

- **NO** use pesticidas dirigidos para aplicaciones en jardines o campos de agricultura.
- **NO** use productos que parezcan ser “hechos en casa” o “especialmente hechos” o productos comprados de alguien sin una licencia.

La manera más eficiente de controlar a las chinches de cama en su casa es a través de la combinación de medidas químicas y tratamientos de temperatura aplicados por Profesionales del Manejo de Pestes (Pest Management Professional (PMP)). Desafortunadamente, el servicio de PMP puede ser costoso. Así que le daremos información de cómo controlar una infestación por usted mismo.

Controlar las chinches por usted mismo puede ser muy difícil y tomar mucho tiempo. Consiste en mover los muebles, las cosas de la casa y las cosas personales. Planee como va a tratar cada cuarto. Cree una “área limpia”. Limpie pisos, ventanas, puertas, y alfombras. Visite www.bedbugs.umn.edu para más información en cómo preparar un área limpia. Trate cada objeto y muévelo al área limpia. Mueva los objetos tratados de regreso al cuarto limpio.

Matar a las chinches de cama a mano no es 100% efectivo. Puede capturarlos y apretarlos o capturarlos con cinta adhesiva y sacarlos. Esto puede reducir el número de insectos si se lo hace varias veces. Las herramientas para atrapar y matar a las chinches son: lámpara de mano, tarjeta de crédito vieja, cinta clara, bolsas de plástico, y agua con jabón caliente. Paso: Use la lámpara y la tarjeta de crédito para buscar a las chinches y sacarlas al meter la tarjeta de crédito alrededor de las rajaduras y huecos para empujar a los insectos. Use la cinta adhesiva para atrapar a los insectos. Use el agua de jabón caliente para limpiar las infestaciones, los insectos, el excremento, los huevos, y la piel.



Aspirar ayuda a capturar y contener a las chinches de cama rápidamente. El aspirar los huecos y las rajaduras de las cabeceras de cama, los objetos electrónicos (como las televisiones y los radios) y cualquier otro lugar donde se pueden esconder. Si está usando una aspiradora sin bolsa, vacíe el contenido rápidamente en una bolsa plástica, ciérrela, y tirela. Limpie la aspiradora con cuidado. Si usa una aspiradora con una bolsa, sáquela de inmediato, ciérrela y tirela. Chequee la aspiradora por cualquier chinche que puede haberse quedado y mátelala para evitar que se pueda escapar.

Let's Beat the Bug!

Vapor es una manera muy efectiva, si se aplica correctamente, de matar a las chinches de cama cuando son huevos, ninfas (chinches jóvenes), o adultos. La calidad del vaporizador es muy importante, así que use un vaporizador comercial con la capacidad mínima de un galón, preferiblemente con un volumen controlado. Use un adaptador para el suelo porque permite que el vapor penetre en la tela de los muebles, pero no es una corriente de vapor tan fuerte que sólo tire a las chinches. Para matar a las chinches efectivamente, la temperatura de la superficie de un objeto debe estar 160-180 F inmediatamente después que el vapor se ha aplicado. Use un termómetro para monitorear el progreso. Tenga mucho cuidado cuando use vaporizadores porque pueden causar quemaduras.

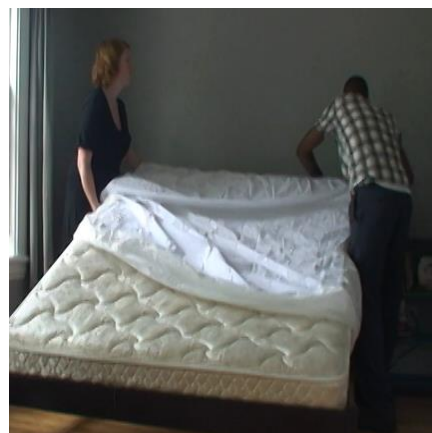


Lavar la ropa es un método muy importante para tratar objetos que pueden meterse en la lavadora o la secadora. Colecte sábanas y ropa sucia, guárdelas en una bolsa plástica sellada hasta que las pueda lavar para evitar las posibilidades de dispersar más chinches. Use la temperatura más alta que las telas puedan soportar para lavarlas y secarlas. Si un objeto no puede ser lavado, séquelo por 30 minutos a la temperatura más alta que el objeto pueda soportar.

Congelar objetos que están infestados es una manera fácil de matar a las chinches. Todo lo que necesita es un congelador y algo de tiempo. Cuando congele los objetos, va a necesitar dejar los objetos en el congelador por lo menos 4 días a una temperatura igual a abajo de 0°F.

Coberturas para colchones previenen que las chinches se escondan en el colchón, es el lugar principal donde las chinches se pueden ocultar. Si un colchón está infestado, el cubrirlo mantiene a las chinches adentro y comenzarán a morir después de 2 semanas. Sin embargo, es necesario dejar la cubierta por lo menos por 18 meses para asegurar que las chinches estén muertos. Además, las cubiertas de colchón pueden limpiarse fácilmente si una nueva infestación ocurre. Compre una cobertura para su colchón que sea diseñada para chinches de cama, ya que algunas pueden detener partículas que causen alergias pero no las chinches.

Tratamiento con calor seco es una manera efectiva para controlar las chinches. Este tratamiento solo debe ser llevado a cabo por profesionales de manejo de plagas para asegurarse que los objetos infestados y los cuartos que necesitan tratamiento obtengan el tratamiento necesario. No trate de hacerlo usted mismo.



Insecticidas es una parte importante del manejo de chinches ya que es común que algunos insectos se separen de las infestaciones principales hacia un nuevo sitio. Use todos los insecticidas de manera cuidadosa y de acuerdo a la etiqueta. Está altamente recomendado que contrate a un profesional del manejo de plagas para que aplique los insecticidas apropiados. No trate de aplicar en las infestaciones usted mismo con insecticidas que están etiquetados para otros insectos los cuales pueden causar que las chinches se dispersen.

By Amelia Shindelar and Dr. Stephen Kells, 2011
Translated by Adela Chavez and Euris Martinez

Funding for "Let's Beat the Bug" Campaign provided by the United States Environmental Protection Agency and MDA. Additional assistance from the Minnesota Department of Health was greatly appreciated.

In accordance with the Americans with Disabilities Act, this information is available in alternative forms of communication upon request by calling 651/201-6000. TTY users can call the Minnesota Relay Service at 711 or 1-800-627-3529.

The University of Minnesota and MDA are equal opportunity educators and employers.

