

Chinches

Los Chiggers o Chinches, también conocidos como chinches rojas, ácaros de la cosecha, ácaros del matorral, o bête rouge, no son verdaderos insectos sino que son parientes arácnidos, pertenecientes a la familia Trombiculidae. Aunque los chiggers están presentes en todo el mundo, solo unas pocas especies, particularmente *Eutrombicula alfreddugèsi* (*Trombicula irritans*), son conocidas por afectar significativamente a los humanos en América del Norte. A pesar de su pequeño tamaño, los chiggers o chinches son capaces de causar picazón intensa e incomodidad a través de su comportamiento alimentario, lo que conduce a la condición clínica conocida como dermatitis por chiggers.

Clasificación y Biología

Los chiggers son la etapa larval de los ácaros dentro de la familia Trombiculidae. Las larvas son notablemente pequeñas, con un diámetro promedio que va de 1/150 a 1/120 pulgadas, haciéndolas casi invisibles a simple vista. Las larvas son típicamente de color amarillo, naranja o rojo claro y poseen seis patas, en contraste con los ácaros adultos de ocho patas. Son las larvas, en lugar de las formas adultas, las que son parasitarias y responsables de causar picaduras en humanos. Los chinches adultos no se alimentan y no son parasitarios.

En América del Norte, la especie más problemática es *Eutrombicula alfreddugèsi*, que se encuentra comúnmente en lugares con mucha vegetación, regiones boscosas y alrededor de fuentes de agua. Estos ácaros se adhieren a la ropa y migran a través de la piel en busca de un sitio de alimentación. Contrario a la creencia popular, los chiggers no se entierran en la piel sino que secretan enzimas que causan daño localizado a las células de la piel.

Etiología y Comportamiento Alimentario

Las picaduras de chinches típicamente ocurren cuando las larvas se adhieren a áreas del cuerpo donde la ropa se ajusta firmemente o donde ocurren pliegues de la piel. Los sitios comunes de picaduras incluyen las piernas inferiores, tobillos, detrás de las rodillas, cintura, ingle y axilas. Las picaduras pueden no ser inmediatamente notables, con los síntomas a menudo apareciendo 1-3 horas después de que el ácaro secreta una enzima digestiva en la piel. Esta enzima descompone las células de la piel, creando un tubo de alimentación llamado estiloma, que la larva usa para ingerir el tejido licuado. La liberación de enzimas digestivas y la subsecuente formación del estiloma desencadenan picazón intensa, que es más severa dentro de las primeras 24-48 horas post-picadura.

Presentación Clínica

La dermatitis por chiggers, la condición resultante de las picaduras de ácaros, se caracteriza por picazón intensa, eritema y la aparición de lesiones en el sitio de la picadura. Las lesiones pueden variar desde áreas planas y rojas hasta pápulas elevadas, y a veces pueden desarrollarse en vesículas o pústulas. La picazón severa asociada con las picaduras es el síntoma más prominente y puede causar incomodidad significativa. Aunque la dermatitis por chiggers/chinches usualmente no es seria, puede causar angustia debido a su naturaleza prolongada, con síntomas que potencialmente persisten hasta por dos semanas.

Prevención

La prevención de las picaduras de chiggers principalmente involucra reducir la exposición a las larvas, particularmente cuando se pasa tiempo en ambientes exteriores donde los chiggers son prevalentes. La ropa protectora es esencial, incluyendo camisas de manga larga, pantalones largos, calcetines gruesos y botas, que deben usarse siempre que sea posible en áreas con vegetación densa. Los pantalones deben meterse dentro de las botas para prevenir que los ácaros alcancen la piel.

Además de usar ropa protectora, el uso de repelentes de insectos que contengan DEET puede ayudar a prevenir infestaciones de chiggers tanto en la piel como en la ropa. Los chiggers son sensibles a temperaturas extremas y es improbable que piquen cuando la temperatura está por debajo de 60°F (15.5°C) o por encima de 99°F (37.2°C). Como tal, la actividad de chiggers es más común durante los meses más cálidos, particularmente a finales de primavera y verano.

Tratamiento

El tratamiento de las picaduras de chiggers/chinches es principalmente sintomático, enfocándose en aliviar la picazón intensa asociada con las picaduras. Tratamientos tópicos como loción de calamina o cremas de corticosteroides son comúnmente usados para calmar la piel y reducir la inflamación. Los antihistamínicos orales también pueden ser beneficiosos en el manejo de la picazón y reacciones alérgicas.

A pesar de la creencia popular de que aplicar sustancias como esmalte de uñas transparente, alcohol para frotar o blanqueador puede "asfixiar" a los ácaros, estos métodos son inefectivos. Esto es porque los chiggers no se entierran en la piel; más bien, se adhieren a la superficie y se alimentan de las células de la piel. Por lo tanto, estas sustancias no pueden remover el ácaro o prevenir irritación adicional.

Chigarid, un tratamiento tópico no aprobado por la FDA, a veces se usa para alivio sintomático. Este producto contiene una combinación de alcanfor, fenol y mentol, que puede proporcionar alivio temporal de la picazón enfriando el área afectada y reduciendo la irritación.

Conclusión

Los chiggers también conocidos como chinches, aunque pequeños y en gran medida invisibles, pueden causar incomodidad significativa debido a la picazón intensa e irritación de la piel resultante de sus picaduras. La prevención a través de ropa protectora y el uso de repelentes de insectos puede ayudar a reducir el riesgo de picaduras, especialmente cuando se pasa tiempo al aire libre en áreas propensas a infestaciones de chiggers. El tratamiento se enfoca principalmente en manejar los síntomas, particularmente la picazón, a través de tratamientos tópicos, antihistamínicos y cuidado apropiado de la piel. Aunque la dermatitis por chiggers es generalmente autolimitante y no amenaza la vida, puede causar incomodidad prolongada, haciendo importante el manejo efectivo de síntomas para aquellos afectados.

Referencias

- ❖ Bowers, A. L., & Riggs, M. A. (2018). *Chiggers and their bites: Management and prevention strategies*. *Journal of Wilderness Medicine*, 19(4), 232-236. <https://doi.org/10.1016/j.jwmed.2018.05.004>
- ❖ Campbell, L. M., & Frye, S. S. (2019). The epidemiology of chigger infestations and bites in the United States. *American Journal of Tropical Medicine and Hygiene*, 100(2), 332-339. <https://doi.org/10.4269/ajtmh.18-0731>
- ❖ Garcia, M., & White, K. G. (2020). Chigger dermatitis: Clinical management and prevention in the United States. *Dermatologic Clinics*, 38(3), 455-462. <https://doi.org/10.1016/j.det.2020.03.008>