

Botiquín básico

Héctor Luna

Palabras 363

Un botiquín es un elemento físico (maleta, armario, bolsa o caja) que contiene medicamentos y material sanitario destinados a los primeros auxilios o para tratar las dolencias, molestias, síntomas leves o comunes que puedan cursar en el ámbito doméstico, sanitario, empresarial o privado. Algunos pequeños problemas no necesitan consulta médica y otros, en cambio, necesitarán de un remedio o tratamiento de carácter urgente hasta que se presencie una persona de asistencia médica calificada.

El botiquín básico debe ser instalado o estar ubicado en un sitio protegido de la luz a baja temperatura y humedad. Un error frecuente es encontrarlos en los sanitarios de casa, puesto que el grado de humedad en este sitio es bastante elevado y podría deteriorar algunos de los medicamentos que se encuentran en el botiquín.

Todos los productos y accesorios deben estar identificados y resguardados. En algunos casos, se requerirá la rotulación con el nombre o uso, y en el caso de los líquidos debe usarse, en la medida de lo posible, envases de plástico y evitar el vidrio debido a su fragilidad. Otro de los errores más frecuentes es la habilitación de un cajón como botiquín familiar, permitiendo el acceso al mismo a cualquiera de la familia. Es importante recordar que éste debe estar siempre fuera de alcance de los niños.

Cosas fundamentales que deberían saberse acerca del uso de medicamentos

- Conocer en todo momento la fecha de caducidad.
- No tirar nunca los envases originales, etiquetar los blister individuales.
- Un mal uso de un fármaco puede agravar aún más la situación de la persona.
- Las recomendaciones sobre fármacos ante una misma sintomatología no deben llevarse a cabo entre familia, vecinos o amigos. En algunos casos, pueden ser enfermedades o patologías diferentes.
- Los antibióticos se usan bajo prescripción médica. Un continuo abuso de éstos puede originar resistencias bacterianas y dejar de ser eficaces.

El botiquín de primeros auxilios familiar debería de contar con los siguientes elementos:

MEDICINAS	EQUIPO Y OTROS	VENDAS
Alcohol	Pinza	Vendas elásticas
Algodón	Tijera para uso exclusivo	Venda de gasa
Agua oxigenada	Jeringa descartable	Esparadrapo
Tintura de yodo	Agujas descartables	Gasa estéril
Jabón desinfectante	Mascarillas descartables	Curitas
Sal de andrews	Guantes descartables	Toallitas húmedas
Sal oral rehidratante	Termómetro	
Analgésicos	Baja lenguas	
Antisépticos (Betadine)	Manual de Primeros Auxilios	
Antiinflamatorios	Lista de teléfonos de emergencia	
Antiácidos	Aguja e hilo	
Antidiarreicos		
Tranquilizantes		
Crema para quemaduras		
Crema para picaduras		
Crema para lesiones		
Colirio monodosis		

Además del botiquín para el hogar es importante contar con uno en el interior del carro familiar o personal que pueda ayudar en caso de emergencia. Los elementos básicos que debería de tener son:

Linterna
Manta térmica
Lupa
Caja de fósforos o encendedor
Bolsas de plástico
Libreta de notas y lápiz
Botella de plástico
Pastillas contra el mareo

Referencias

- <http://www.botiquin.org/botiquin-basico/>
- <http://www.cucba.udg.mx/sites/default/files/proteccioncivil/manuales/Botiquin%20de%20Primeros%20Auxilios.pdf>

Pendiente revisión y edición