

Botiquín básico

Héctor Luna

Palabras 363

Un botiquín puede ser una caja, maleta, armario o bolsa, en donde se guardan medicinas y material para curaciones, con el objeto de prestar los primeros auxilios o para tratar las dolencias, molestias, síntomas leves o comunes que puedan ocurrir en el ambiente doméstico, sanitario, empresarial o privado.

Muchas veces ocurren problemas de salud, que no necesitan consulta médica y otras, en cambio, necesitarán de un remedio o tratamiento de carácter urgente hasta que llegue una persona calificada que pueda prestar asistencia médica.

El botiquín básico debe estar en un lugar en donde no le dé directamente la luz del sol, en donde no haya temperatura alta, ni humedad. Definitivamente, el baño o sanitario, no es un buen lugar para ponerlo, ya que allí hay mucha humedad.

Todos los productos y accesorios deben estar identificados y resguardados. Periódicamente se debe de revisar la fecha de caducidad y desechar los productos que estén vencidos. No se aconseja usar envases de vidrio, preferir los plásticos. Los rótulos deben ser grandes y claros. Es importante recordar que el botiquín 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>