



Botiquín de Primeros Auxilios

El botiquín debe ser ubicado en un lugar accesible, conocido por todos y hay que controlar el buen estado de los elementos periódicamente. Se recomienda que sea transportable, puede ser una caja plástica o un bolso correctamente identificados, ya que el botiquín debe poder llevarse a donde está la víctima.

Elementos básicos:

- Jabón neutro (blanco): para higienizar heridas.
- Alcohol en gel: para desinfección rápida de las manos.
- Termómetro: para medir la temperatura corporal.
- Guantes descartables de látex o de plástico: para no contaminar heridas y para seguridad de la persona que asiste a la víctima.
- Gasas estériles y vendas: para limpiar heridas y detener hemorragias.
- Antisépticos (yodo povidona, agua oxigenada, clorhexidina): para limpiar las heridas.
- Tijera: para cortar gasas y vendas o la ropa de la víctima.
- Vendajes adhesivos (curitas), clasificados por tamaños.
- Férulas rígidas para inmovilización.
- Protectores, almohadillas y vendajes para los ojos
- Vendaje triangular para cubrir lesiones y hacer un cabestrillo para el brazo.
- Algodón.
- Alcohol.
- Aplicadores o hisopos de algodón estériles.
- Cinta adhesiva: para fijar gasas o vendajes.
- Bolsas de gel para refrigerar.
- Alfileres de gancho.

- Pinzas.

Otros elementos complementarios:

- Linterna con pilas de repuesto: para examinar al lesionado, por ejemplo si presenta un cuerpo extraño en la boca.
- Solución salina normal (fisiológica): para la higiene de grandes heridas y para el lavado y descontaminación de lesiones oculares.
- Anotador y lapicera: Para registrar datos que puedan ser solicitados o indicados por el servicio de emergencias médicas.

El botiquín también puede incluir los medicamentos utilizados habitualmente y que hayan sido recetados por el médico.

Importante: Incorporar en el botiquín un listado de teléfonos útiles de emergencias: 911.

No olvide revisar el botiquín de primeros auxilios con regularidad. Reponga cualquier elemento que se esté acabando o haya caducado.

Se pueden incluir otros suministros en un botiquín de primeros auxilios. Esto depende del área en la cual usted planea pasar el tiempo.