



CAMFiC

societat catalana de medicina
familiar i comunitària

Botiquín

¿Qué debe haber?

En el botiquín de casa solo es necesario tener medicamentos básicos, material de curas y los tratamientos habituales que tomen los miembros del hogar.

Los **medicamentos básicos** serán:

- para bajar la fiebre (Paracetamol en diferentes presentaciones, ya sea para adultos o para niños),
- puede ser un antiinflamatorio (como Ibuprofeno),
- y un producto para aliviar las picaduras de insectos (loción de calamina).

Todos los medicamentos deben estar en su **envase original**, con el prospecto (nunca pastillas sueltas ni productos sin identificar).

Si alguien de casa toma **medicación habitual**, habrá que tener solo la necesaria y guardarla de forma ordenada.

Para las **curas de heridas**:

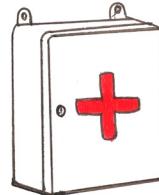
- un desinfectante (Clorhexidina),
- un paquete de gasas,
- esparadrapo,
- tiritas,
- y tijeras de punta redonda.
- Es recomendable añadir unos guantes estériles para prevenir posibles infecciones
- y un termómetro.

Es un buen lugar para guardar **cremas para antes y después de tomar el sol**.

Cuando estén enfermos, será necesario consultar a los profesionales sanitarios; por ello, hay que añadir al botiquín un papel o adhesivo con **el teléfono de urgencias y el del CAP** de referencia.

¿Dónde debe guardarse?

- En un envase compacto que proteja bien el material.
- Que no esté cerrado con llave ni con códigos que dificulten el acceso en caso de necesidad.
- En un lugar al **que no puedan acceder los niños**.



Los niños
no han de llegar
al botiquín



- Debe ser un lugar **limpio, sin humedad y protegido de la luz y del calor**. No es adecuado tenerlo en la cocina o en el baño.
- Es necesario que todos los que puedan necesitarlo sepan dónde está.

Revisar el botiquín:

Hay que revisarlo regularmente, en especial las fechas de caducidad (**al menos cada seis meses**), y reponer el material que se utilice.

Lleve a la farmacia o a los puntos de recogida de medicamentos (**puntos SIGRE**) aquellos fármacos que ya no necesite o estén caducados.

El botiquín no es un lugar para acumular fármacos que hayan sobrado en el pasado.

¿Y en el coche?

En el coche solo es necesario llevar material mínimo de curas (desinfectante, gasas, tiritas).

Vigile el estado de este material, ya que en el coche puede estar sometido a temperaturas extremas.

¿Y antes de hacer un viaje?

Antes de irse de vacaciones a otros países, es necesario informarse y consultar previamente en los centros de prevención y tratamiento de enfermedades tropicales.