

# EL BOTIQUÍN DE PRIMEROS AUXILIOS



IES ÁLVARO CUNQUEIRO  
EDUCACIÓN FÍSICA

# ÍNDICE

## 1. EL BOTIQUÍN

- 1.1 ¿Cómo es un botiquín?
- 1.2 ¿Dónde tiene que estar?
- 1.3 ¿Qué tiene que tener un botiquín?
- 1.4 ¿Qué no tiene que haber en un botiquín?
- 1.5 Tipos de botiquín?
- 1.6 Mantenimiento

## 2. LOS MEDICAMENTOS

- 2.1 La forma farmacéutica
- 2.2 La dosis
- 2.3 La fecha de caducidad
- 2.4 Lote de fabricación
- 2.5 Alergias a los medicamentos

## 3. EL BOTIQUÍN NATURAL

# 1. EL BOTIQUÍN

## 1. 1 ¿Cómo es un botiquín?

Se denomina botiquín a un elemento destinado a contener los medicamentos y utensilios indispensables para brindar los primeros auxilios o para tratar dolencias comunes. La disponibilidad de un botiquín suele ser prescriptiva en áreas de trabajo.

El botiquín de primeros auxilios es una necesidad de todo lugar de trabajo, vivienda o transporte, para atender aquellos accidentes que inevitablemente suceden. Es indispensable que esté correctamente equipado, y que su contenido se mantenga en condiciones adecuadas.

Los accidentes son acontecimientos inesperados, suceden en cualquier parte y en cualquier momento, por ello es necesario contar con un botiquín de primeros auxilios bien equipado en todos los ámbitos de nuestra vida, e hogar, el automóvil, lugar de trabajo, etc.

Todas las personas que residen o trabajan en un sitio deben saber dónde se guarda el botiquín y cómo usarlo adecuadamente.

El botiquín puede ser una caja limpia, duradera, fácil de transportar, espaciosas, puede ser también un estuche, o inclusive una bolsa. Los medicamentos se conservarán en sus envases originales y se marcará las dosis recomendadas por el médico. Incluiremos además, una lista del contenido, los números telefónicos de la emergencia, del médico familiar, bomberos, policía, ambulancia. Si hay algún miembro de la familia que padezca alergias a medicamentos, alimentos, picaduras de abejas, etc., debe incluirse una lista de alergias de cada uno y los medicamentos que ellos usan



## 1. 2 ¿Dónde tiene que estar?

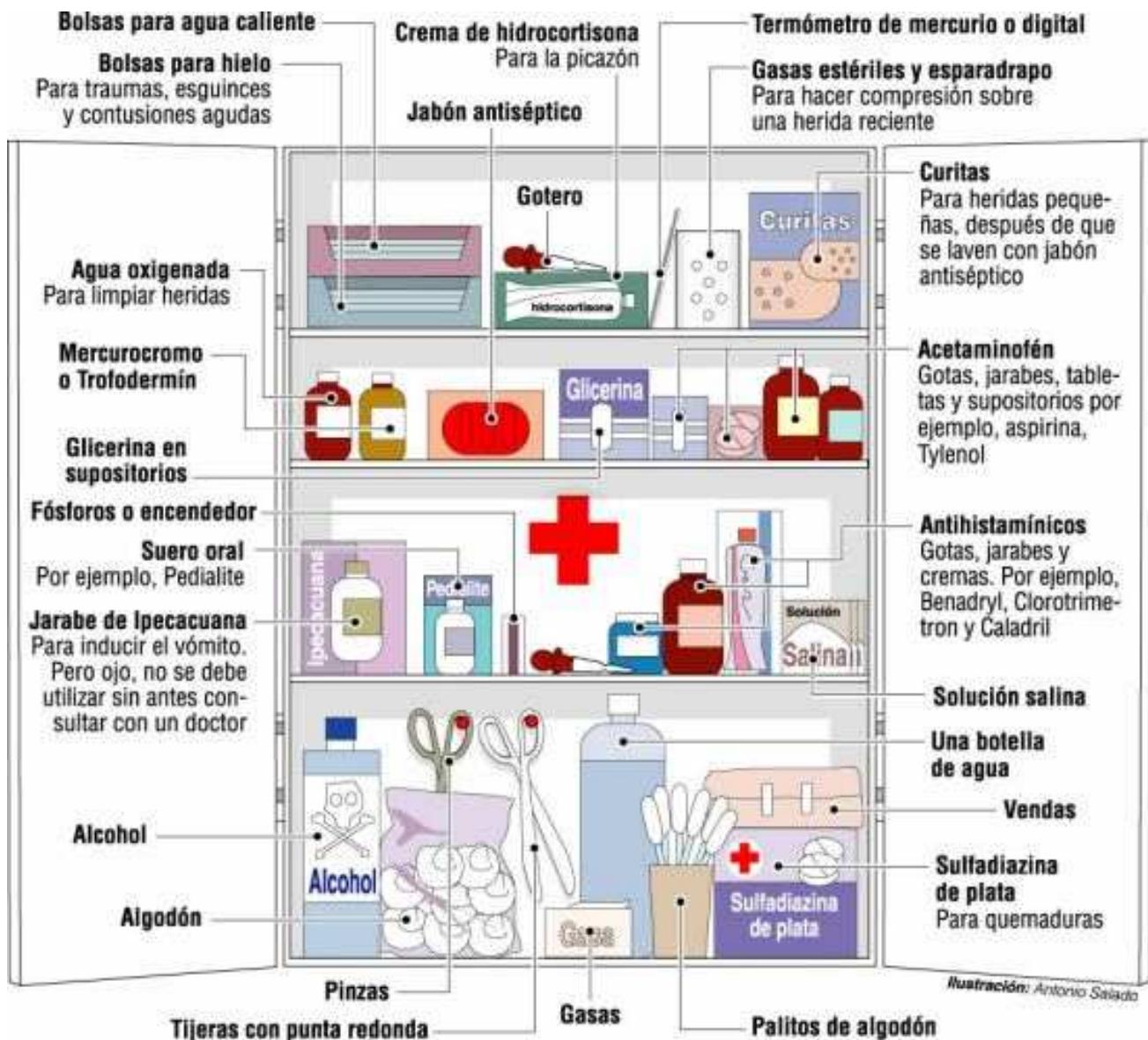
Hay que instalarlo en un lugar idóneo: Con temperatura y humedad poco elevadas y protegido de la luz

- ✓ Un botiquín tiene que estar siempre cerrado pero tiene que tener un sistema de apertura fácil.
- ✓ Tiene que estar fuera del alcance de los niños, pero donde los adultos puedan acceder a él fácilmente.
- ✓ En el hogar, el colegio o el trabajo el botiquín deberá estar en sitio seguro y donde no ofrezca riesgo alguno.
- ✓ No los ubique en el baño o la cocina, los medicamentos se pueden alterar por la humedad y por el calor.

### 1.3 ¿Qué tiene que tener un botiquín?

<u>MEDICAMENTOS</u>	<u>MATERIAL SANITARIO</u>	<u>LISTADO DE TELÉFONOS DE URGENCIA</u>
<b>Alcohol al 70%:</b> Se usa para desinfectar termómetros clínicos, pinzas, tijeras u otro instrumental. También se usa para la limpieza de la piel, antes de la inyección. No es aconsejable utilizarlo en heridas por que irrita los tejidos.	Algodón hidrófilo	Teléfono único de emergencias 112
<b>Antitérmicos.</b> Para bajar la fiebre <b>Analgésicos.</b> Para aliviar el dolor.	Vendas de gasa (de diferentes tamaños)	Centro de información toxicológica Madrid 91 562 04 20
<b>Antialérgicos.</b> Útiles en cuadros alérgicos y en picadas de cualquier tipo, picaduras de insecto, quemaduras solares...	Esparradrapo (de tela, de papel e hipoalérgico)	
<b>Solución antiséptica (tintura de yodo / povidona yodada). (Betadine)</b> Se utiliza como jabón y solución para realizar la limpieza y desinfección de lesiones. Puede producir reacción alérgica, por lo que no se debe usar en pacientes con antecedentes alérgicos al yodo.	Cuchara de medida	
<b>Antihistamínico.</b> Para reacciones alérgicas por ejemplo a la mordedura de las abejas.	Mascarilla	
<b>Suero fisiológico o solución salina normal.</b> Se utiliza para limpiar o lavar heridas y quemaduras, también como descongestionante nasal se presenta en bolsas, frascos o goteros, en su lugar se puede utilizar agua esterilizada.	Tijeras de punta redonda	
<b>Amoniaco.</b> Diluido con agua es muy eficaz en picaduras de insectos y medusas.	Termómetro	
<b>Cremas para quemaduras.</b> Solo son eficaces en las pequeñas quemaduras o después de haber tomado mucho el sol.	Apósitos desinfectantes	
<b>Colirios.</b> Sirve para combatir las conjuntivitis irritativas y leves que forman la mayoría de las que se padecen normalmente.	Toallas antisépticas	
	Jabón	
	Cinta hipoalergénica	
	Cabestrillo	
	Parches estériles para ojos	
	Almohadillas estériles de gasa	

El contenido de un botiquín se tiene que adaptar a la finalidad para la cual ha sido creado. Es diferente un botiquín familiar que el que tiene que haber en una fábrica, un colegio o un club deportivo.



#### 1.4 ¿Qué no tiene que haber en un botiquín?

- Medicamentos caducados.
- Medicamentos que nos recetaron hace mucho tiempo.
- Medicamentos en mal estado.
- Suspensiones extemporáneas y fórmulas magistrales.
- Medicamentos sin prospecto ni envase original.
- Preparados oficiales sin fecha de caducidad.
- Termómetro que no funcione.
- Tijeras oxidadas.
- Pinzas oxidadas.

## **1.5 Tipos de botiquín?**

El contenido de un botiquín estará en función de cuál tiene que ser su utilidad. Podemos distinguir diferentes tipos:

- a) en casa
- b) en el trabajo
- c) en la escuela
- d) de viaje
- e) de campamentos, colonias
- f) en el gimnasio o club deportivo.
- g) de emergencias: kits para catástrofes

## **1.6 Mantenimiento**

Hay que hacer una revisión periódica del contenido como mínimo dos veces al año para sustituir en caso de que fuera necesario, aquellos elementos (medicamentos o materiales sanitarios) que se encuentren sucios, contaminados, dañados, vencidos o que el nombre del medicamento no sea legible.

Además, debemos Conservar los envases originales y los correspondientes prospectos como eliminar los medicamentos caducados, pero no tirarlos a la basura, llevarlos a la farmacia.

### **Prevención**

- Haga una lista del contenido y péguelo a la tapa del botiquín.
- Todos los elementos deben estar debidamente empacados y marcados en caso de líquidos se recomienda utilizar envases plásticos, pues el vidrio puede romperse fácilmente.
- Después de utilizar el instrumental de un botiquín, deberá lavarse debidamente, desinfectarse, secarse y guardarse nuevamente.
- Para administrar medicamentos deberá tenerse en cuenta las contraindicaciones para cada caso

## **2. LOS MEDICAMENTOS**

Un medicamento es una **sustancia o preparado que tiene propiedades curativas o preventivas**, se administra a las personas o a los animales y ayuda al organismo a recuperarse de los desequilibrios producidos por las enfermedades o a protegerse de ellos.

### **2.1 La forma farmacéutica**

**Las diferentes maneras o formas en que encontramos los medicamentos**, si es en cápsulas, comprimidos, jarabes, inyectables, supositorios, etc.

## 2.2 La dosis

**Cantidad de medicamento o principio activo que se administra al paciente por unidad de forma farmacéutica.**

Ejemplo: 500 o 650 mg de paracetamol por comprimido.

## 2.3 La fecha de caducidad

**Es la fecha a partir de la cual no se puede utilizar el medicamento.**

Así, "caducidad mayo-93" significa que el medicamento puede ser administrado con toda garantía hasta el mes de mayo de 1993 (incluido), si se han mantenido las condiciones de conservación.

## 2.4 Lote de fabricación

**Es una clave de identificación de los ejemplares de un mismo proceso de fabricación.**

Sólo tiene valor para el laboratorio farmacéutico. Consta de una letra mayúscula, que indica el año de fabricación, y de un número, que indica el lote. Así, por ejemplo: "G-3" significa que el medicamento está fabricado en 1992 y pertenece al tercer lote de este año.

## 2.5 Alergias a los medicamentos

Los medicamentos, como sustancias externas al organismo que son, pueden ser igualmente una de las causas de **alergia** cuando se administran a **pacientes sensibles a ellas**.

Las reacciones alérgicas a los medicamentos más frecuentes son de tipo inmediato, como **urticaria, asma** y, de forma muy excepcional, **choque anafiláctico** con pérdida de conciencia y problemas respiratorios.

Con algunos medicamentos pueden igualmente producirse alergias de tipo más retardado, que también pueden ser graves.



## **Reacciones fotoalérgicas**

Causadas por la exposición a la luz del sol cuando se está tomando el medicamento. Normalmente provocan la aparición de manchas rojas en la piel expuesta (incluso de poca duración). Éste es el caso de algunos medicamentos como antibióticos, diuréticos, etc., pero también de ciertos perfumes y plantas medicinales.

En este caso, la luz actúa sobre el medicamento (o sobre el producto de su transformación) por mecanismos alérgicos. La exposición al sol no causa ninguna manifestación hasta que no se ha desarrollado la sensibilización o alergia. Una vez instaurada esta sensibilidad, la reacción fotoalérgica se producirá siempre que haya exposición al sol y se esté tomando determinado medicamento, independientemente de la dosis y de la duración e intensidad de la exposición.

## **Reacciones alérgica de tipo inmediato**

Las alergias a los medicamentos no son reacciones frecuentes, pero sí que vienen a representar una parte importante de las complicaciones posibles durante los tratamientos.

Entre la población puede haber aproximadamente un 2% de personas que son alérgicas a los antibióticos; tenemos un ejemplo en la conocida alergia a la penicilina o a alguno de sus derivados sintéticos. Existen personas que son alérgicas a otros antibióticos, como las cefalosporinas. También se dan alergias a analgésicos como el ácido acetilsalicílico.

Finalmente, hay personas alérgicas a determinados antinflamatorios, así como a muchos medicamentos anestésicos, hipotensores, etc.

Todas estas reacciones alérgicas comentadas son de tipo inmediato.

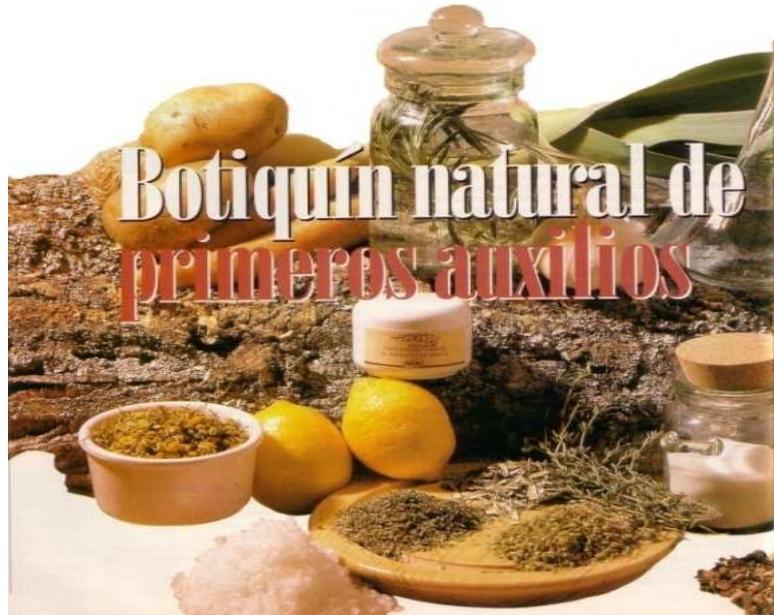
## **Reacciones alérgicas retardadas**

En cambio, serían reacciones alérgicas retardadas, por ejemplo, las relacionadas con las sulfamidas o el cloranfenicol.

El paciente puede igualmente desarrollar una alergia a los excipientes (productos que acompañan a la sustancia activa del medicamento para proporcionarle volumen, consistencia, color...), por lo que es importante conocer la composición completa del medicamento en caso de sospechar de un producto, así como informar siempre de posibles alergias cuando se nos prescriba un tratamiento.



### 3. EL BOTIQUÍN NATURAL



#### ALOE VERA

Aplicar el gel de Aloe Vera sobre el área a tratar, no enjuagar. Repetir varias veces al día. Funciona en quemaduras por el sol, picaduras de insectos, y heridas que se necesita cicatrizar.

#### HIERBA LUISA

Es perfecta para facilitar la digestión, siendo también muy útil para expulsar molestos gases del tracto digestivo e intestinal. La infusión de flores secas de la planta es perfecta para evitar el mal aliento si se realizan enjuagues bucales de forma periódica



#### RODAJA DE PATATA CRUDA

Ante una quemadura por aceite, plancha, etc, al aplicar una rodaja de patata cruda alivia el picor y la irritación. Impide también la formación de molestas ampollas.

#### BIBLIOGRAFÍA

<http://www.farmaceuticonline.com/ca/familia/463-botiquin>

[www.farmaceuticonline.com/ca/el-medicament/630-medicamento-i-que-es?showall=1](http://www.farmaceuticonline.com/ca/el-medicament/630-medicamento-i-que-es?showall=1)

<http://www.farmaceuticonline.com/ca/el-medicament/602-alergias-a-medicamentos>