

# Salud

Edita: Comunicación, Imagen y Relaciones Públicas

Número 4— 22 de Enero de 2010

## El botiquín de Primeros Auxilios en el hogar

Te proporcionamos una serie de recomendaciones para que tengas un buen botiquín y lo utilices correctamente

Casi todos tenemos en nuestra casa un pequeño almacén de medicamentos que en muchos casos no sirve para mucho, ya que está compuesto por los restos de aquellos tratamientos médicos que hemos finalizado.

Lo conveniente sería tener un botiquín de primeros auxilios con el que hacer frente a las situaciones que con más frecuencia se presentan en el entorno doméstico como heridas, cortes, quemaduras... y algunos medicamentos elementales como analgésicos/antitérmicos, una crema antiinflamatoria, una pomada para pequeñas quemaduras, una crema antihistamínica.

### ¿Qué puedo utilizar como botiquín?

Te puede servir cualquier caja de metal o plástico resistente que cierre herméticamente y que sea fácilmente transportable.



### Cómo hacer un uso correcto del botiquín

- Colócalo en un lugar ni demasiado húmedo ni demasiado seco, lejos de fuentes de calor.
- Debes saber dónde lo guardas. Cuando lo utilices, guárdalo en el mismo lugar y repón los productos usados.
- Guárdalo fuera del alcance de los niños pequeños.
- Revisa periódicamente la caducidad de los productos.
- El botiquín debe estar pensando para usarlo en primeros auxilios; coloca en otro lugar los medicamentos de uso habitual.

## Composición del botiquín:

### Material de autoprotección:

Mascarilla de protección facial para realizar ventilaciones  
Guantes de un solo uso

### Otros elementos

Bolsas de frío químico  
Termómetro digital  
Pañuelos triangulares con imperdibles

### Material de curas:

Gasas estériles  
Suero fisiológico  
Agua oxigenada  
Antiséptico o desinfectante: Povidona yodada (Tipo Betadine)  
Esparadrapo  
Tiritas de diferentes tamaños.  
Vendas de crepé de varios tamaños  
Tijeras  
Pinzas



Si quieres recibir esta circular en tu correo. Envíanos tu dirección a [comunicacionmadrid@cruzroja.es](mailto:comunicacionmadrid@cruzroja.es)

Con la entrada en vigor de la ley de servicios de la sociedad de la información y de comercio electrónico (comúnmente conocida como LSSI-CE) y de la vigente ley orgánica 15 13/12/1999 de protección de datos española, estamos obligados a comunicarte que tu dirección de correo figura en este momento en una base de datos de contactos formando parte de un fichero automatizado al objeto de continuar ofreciéndote noticias sobre Cruz Roja, así como comunicarte la posibilidad de acceso, modificación y cancelación de tus datos dirigiéndote a: [comunicacionmadrid@cruzroja.es](mailto:comunicacionmadrid@cruzroja.es)