

Contenido del Botiquín de Primeros Auxilios

El botiquín de Primeros Auxilios es esencial para la atención inmediata y adecuada de personas lesionadas o que sufren de una enfermedad. De esta manera se conserva la vida, evitando causar más daño y ayudando a la recuperación. Para ello debemos contar con los siguientes insumos:

- Guantes de látex o nitrilo (no es necesario que sean estériles).
- Mascarillas descartables.
- Lentes de protección.
- Agua oxigenada.
- Alcohol 96° (para desinfectar tijeras, pinzas o termómetro).
- Algodón.
- Gasas estériles.
- Apósitos (gasas rellenas de algodón).
- Vendas de diferentes tamaños.
- Curitas.
- Esparadrapo.
- Tijeras de punta redonda.
- Termómetro.
- Algunos medicamentos como:
 - Antiácidos.
 - Analgésicos, como paracetamol o ibuprofeno.
 - Tratamiento regular en la familia u oficina*.
- Se puede incluir también:
 - Yodopovidona: desinfectante y antiséptico, se usa para tratar cortes menores en la piel. Si no está disponible, lavar bien con agua y jabón.
 - Tensiómetro y estetoscopio: principalmente cuando un miembro de la familia u oficina es hipertenso, puede ser manual o digital.
 - Glucómetro: cuando haya una persona diabética en casa u oficina; todos deben aprender a manejarlo.
 - Pañuelo o venda triangular para utilizarse como cabestrillo.
 - Pinzas.
 -

*Las personas hipertensas, diabéticas, asmáticas o que tengan una enfermedad crónica en tratamiento deben incluir las tabletas, ampollas e insumos que utilizarían en un período de 3 días.

IMPORTANTE:

El botiquín debe ubicarse en un lugar de fácil acceso pero fuera del alcance de los niños. Los medicamentos pueden alterarse por la humedad o calor, evite colocarlo en el baño o cocina. No debe estar cerrado con candado.

Deben realizarse revisiones periódicamente para un buen mantenimiento y desecharse los insumos vencidos.

Debe contar con una lista de los teléfonos de emergencia:

- | | |
|-----------------------------|------------|
| • Bomberos | 116 |
| • Policía | 105 |
| • Alerta Miraflores | 313-3773 |
| • Línea gratuita Miraflores | 0800 11357 |