

Botiquines de Primeros Auxilios

El botiquín:

El botiquín es la **caja de herramientas del socorrista**. Sin él, será difícil o incluso imposible aplicar correctamente los conocimientos de primeros auxilios en el terreno.

Por eso, **debe acompañarnos siempre** y estar preparado antes de cada actividad.



Antes de armar un botiquín, hacete estas 5 preguntas



1. ¿Cuánto durará la actividad?

- ¿Serán unas pocas horas?
- ¿Una jornada completa?
- ¿Varios días?

Cuanto mayor sea la duración, mayor deberá ser la cantidad de insumos.



2. ¿Cuántas personas participarán?

El contenido del botiquín debe ser proporcional a la cantidad de participantes que podrían necesitar asistencia.



3. ¿Dónde se realizará la actividad?

Analizá las características del entorno:

- Tipo de terreno
 - Clima predominante
 - Distancia a centros de salud
 - Riesgos propios del lugar
-

4. ¿Cómo será transportado?

Considera:

- Espacio disponible
- Peso
- Comodidad para trasladarlo

Un buen botiquín debe ser práctico y fácil de transportar.

5. ¿Quiénes integran el grupo?

Es importante conocer si existen:

- Niños, adolescentes o adultos mayores
 - Personas con enfermedades preexistentes
 - Alergias conocidas
 - Capacidades diferentes
 - Profesionales de la salud dentro del grupo
-

Características que debe tener un buen botiquín

Identificable

Debe estar claramente señalizado para poder localizarlo rápidamente.

Transportable

Tiene que ser cómodo y adecuado para el tipo de actividad que realizaremos.

Ordenado

Los elementos de uso más frecuente deben encontrarse de inmediato.

Recordá: en una emergencia, cada segundo cuenta.

Elementos mínimos recomendados*

Protección personal

-  Máscara para insuflaciones (RCP)

- ✓ Guantes descartables (preferentemente de nitrilo, son más resistentes)
- ✓ Barbijo descartable
- ✓ Gafas transparentes de seguridad o lentes de sol

Instrumental

- ✓ Tijera de trauma
- ✓ Jeringa de 20 ml (para lavado de heridas)
- ✓ Termómetro

Curaciones

- ✓ Gasas estériles
- ✓ Vendas elásticas o semielásticas
- ✓ Vendas Cambric
- ✓ Pincita de depilar para espinas
- ✓ Clorhexidina u otro antiséptico similar
- ✓ Colirio para ojos
- ✓ Pomada para quemaduras

Emergencias

- ✓ Autoinyector de adrenalina o kit para anafilaxia (alergia sistémica)
-



Recomendaciones finales

- Revisá periódicamente las fechas de vencimiento.
 - Reponé los elementos utilizados inmediatamente después de cada actividad.
 - Protegé el contenido del agua, el polvo y la humedad.
 - Adaptá siempre el contenido del botiquín al tipo de actividad y al entorno donde será utilizado.
-

Importante

Los elementos sugeridos constituyen una **base mínima recomendada**. Cada institución, actividad o protocolo podrá requerir materiales adicionales según el nivel de riesgo y las características del grupo.