



Botiquín: qué debe contener



Un botiquín es un conjunto de medicinas y otros utensilios que sirven para tratar dolencias comunes o practicar los primeros auxilios en caso de lesiones.

Un buen botiquín debe ser sencillo y contener solo lo necesario. Al prepararlo hay que seguir un conjunto de recomendaciones para evitar que los niños puedan intoxicarse con su contenido, algo que, por desgracia, ocurre con demasiada frecuencia.

¿Qué incluir en el botiquín de casa?

Los componentes básicos de un botiquín infantil son:

- Un termómetro.
- Antiséptico para curar heridas: povidona yodada, agua oxigenada, clorhexidina, etc.
- Apósitos adhesivos (tiritas) para tapar heridas pequeñas.
- Gasas y esparadrapo para cubrir heridas más grandes.
- Suero fisiológico (en bote o ampollas individuales) para la limpieza de la nariz o los ojos.
- Un medicamento analgésico-antipirético, es decir, para tratar la fiebre y el dolor. Los más utilizados son el paracetamol y el ibuprofeno.

El **botiquín también se utiliza para guardar la medicación de uso ocasional que necesitan los niños con alguna enfermedad crónica**. Eso puede incluir broncodilatadores para el asma, antihistamínicos para niños con alergias, cremas con corticoide para dermatitis atópica, etc.

Cada cierto tiempo es necesario revisar la fecha de caducidad de los medicamentos que haya en el botiquín. También hay que evitar incluir medicinas que hayan del tratamiento de cualquier proceso, como por ejemplo antibióticos, que deben desecharse una vez haya finalizado su uso. Para ello existen puntos de recogida en las farmacias.

¿Dónde colocar el botiquín en casa?

El botiquín puede estar dentro de una caja que sea fácilmente transportable. Como norma general, se guardará siempre en el mismo sitio, para recordar fácilmente su ubicación, fuera del alcance o vista de los niños. También puede estar en un armario independiente, preferentemente cerrado con llave o a una altura donde no lleguen los niños pequeños. Esto es especialmente importante si el botiquín contiene también medicamentos para los adultos.

El botiquín para los viajes

En caso de viajes o periodos de [vacaciones](#) fuera de casa es recomendable llevar un botiquín similar, fácil de transportar. En niños con alguna enfermedad crónica no se puede olvidar su medicación habitual. En función de las circunstancias del viaje y de la disponibilidad de atención médica y farmacia en el punto de destino, hay que valorar añadir otros productos como:

- Protector solar.
- Repelente de insectos y algún producto para aliviar sus picaduras.
- Solución de rehidratación oral.

- Medicación de urgencia para casos especiales: [autoinyector de adrenalina](#) para alergias de riesgo, anticonvulsivantes en niños epilépticos, etc.

Así mismo, debe llevarse la tarjeta sanitaria o seguro de viaje de todos los miembros de la familia. Esto es especialmente importante para viajes al extranjero, en los que conviene revisar con antelación la documentación necesaria.

Artículo publicado el 9-5-2016, revisado por última vez el 8-5-2016

La información ofrecida en En Familia no debe usarse como sustituta de la relación con su pediatra, quien, en función de las circunstancias individuales de cada niño o adolescente, puede indicar recomendaciones diferentes a las generales aquí señaladas.

Este texto, perteneciente a la [Asociación Española de Pediatría](#), está disponible bajo la [licencia Reconocimiento-NoComercial-CompartirIgual 3.0 España](#).

Más referencias sobre el tema e información sobre los autores en:

<https://enfamilia.aeped.es/prevencion/botiquin-que-debe-contener>