



La mejor opción y la más segura e inteligente a la hora de hacer cualquier actividad es asegurar la prevención. Todo lo que podamos evitar no lo tendremos que curar. Pero, en todo caso, por grave que sea, tenemos que mantener la serenidad y hacer solo lo que sea necesario, nada más.

El botiquín

Todos los botiquines tienen que estar:

Ordenados: para encontrar el material rápidamente

Bien conservada: hay que eliminar los medicamentos caducados

Bien equipados: con el material necesario

Bien guardados: solo pueden tener acceso al botiquín las personas que saben utilizarlo

- Hay que tener siempre el botiquín en el local. Se tiene que revisar al principio de curso y al final
- Hay que llevar el botiquín a cualquier actividad que hacemos por muy cerca que sea
- Antes de la salida lo tenemos que revisar y reponer el material que haga falta
- Tenemos que llevar siempre con nosotros todas las fichas médicas de los niños y niñas, completas y actualizadas
- Nunca daremos ningún tipo de medicamento a un niño, excepto cuando tengamos la autorización correspondiente y la indicación de la dosis
- Tenemos que saber para que sirve cada fármaco y cual es la dosis adecuada. Tenemos que guardar las hojas de instrucciones de cada medicamento, para consultar las dosis
- Debemos guardar las cajas de los medicamentos para saber la fecha de caducidad
- Debemos utilizar siempre guantes de un solo uso para manipular las heridas
- Si el accidente es grave, debemos evitar mover al herido hasta que no venga la ambulancia
- Tenemos que tranquilizar y aislar al herido, que no esté con gente alrededor

Contenido básico

El contenido básico de un botiquín se tiene que adaptar a la finalidad para la cual ha sido creada. Podríamos distinguir dos situaciones:

El botiquín que tenemos en el local o en los campamentos estables

El botiquín que llevamos a la ruta o a las excursiones

Material instrumental

Tijeras de punta redonda (que corten bien y no estén oxidadas)

Tijeras de punta fina (que corten bien y no estén oxidadas)

Pinzas

Termómetro

Material de curas

Gasas estériles (en sobres de 5 gasas). Abrir un sobre cada vez



Vendas de gasa (de diferentes medidas 5x5, 7x5, 10x5)
Venda elástica
Esparadrapo de tela. De 1,25 cm y 2,5 cm. De 1,25 cm y 2,5 cm
Esparadrapo de papel hipoalergénico
Tiritas
Tiritas cicatrizantes
Povidona yodada (Topionic[®], Betadine[®])
Jabón desinfectante
Guantes de látex

Medicamentos

Solo se pueden dar los medicamentos que receten los médicos o los medicamentos autorizados por los padres

Si algún niño tiene alguna enfermedad que requiere un tratamiento específico, éste lo tendremos que tener obligatoriamente en el botiquín

Dolor leve y fiebre

- Paracetamol (gelocatil[®], termalgin[®], apiretal xarop[®], efferalgan[®])

Dolor intenso y antiinflamatorio

- Ibuprofeno 400 i 600 mg (espidifen[®], neobrufen[®], ibuprofeno EFG[®]). Es el que daña menos el estómago.

Para cuando hacemos grandes caminatas o hay mucho cansancio y fatiga

- Pastillas de glucosa

Para lubricar heridas

- Vaselina

Para quemaduras

- Furacin[®], Silvederma[®], neo bacitrin[®]

-Para quemaduras y heridas donde falta la piel

- Linitul[®]

Para heridas infectadas y granos de pus

- Furacin[®], neo bacitrin[®]

Para los golpes

- Fastum gel[®], voltaren emugel[®], calmatel[®]

En casos de vómitos o diarreas para evitar la deshidratación

- Sueroral[®]



Para evitar los vómitos

- Primperan® (Solo para mayores de 14 años)

Para el dolor de barriga

- Manzanilla

Para evitar las quemaduras solares

- Protección solar
- Crema hidratante

¿Qué no tiene que haber en un botiquín?

Medicamentos caducados o preparados sin fecha de caducidad

Medicamentos que nos recetaron hace mucho tiempo

Medicamentos en mal estado

Medicamentos sin prospecto ni envase original

Termómetro que no funciona

Tijeras oxidadas

Pinzas oxidadas

Aspirina, es mejor el paracetamol.

Alcohol y agua oxigenada, es mejor el jabón y la povidona yodada

Algodón, es mejor utilizar gasas estériles

Mantenimiento del botiquín

Hace falta hacer una revisión periódica del contenido al menos dos veces al año:

Revisión de los medicamentos

Revisión del material sanitario

Conservar los envases originales y los correspondientes prospectos

Eliminar los medicamentos caducados, pero no tirarlos a la basura, llevarlos mejor a la farmacia

¿Qué no debemos hacer nunca?

No dar medicinas sin la autorización del médico

No dar medicinas sin la autorización de los padres

No dar aspirina si hay hemorragia

No dar bebidas alcohólicas

No mover al herido si se sospecha que hay lesión de columna

No dar bebidas ni comida a un semi-inconsciente o inconsciente

No intentar poner bien los miembros fracturados o torcidos

No quitar la ropa rota o quemada

No limpiar con algodón las heridas, mejor hacerlo con una gasa estéril

Es importante tener siempre un listado con los teléfonos siguientes:

Teléfono único de emergencias (112)



Bomberos
Centro de Información toxicológica
Policía local
Guardia Civil
Policía Nacional
Urgencias sanitarias

En caso de accidente, solo hace falta llamar al 112, que es el teléfono de emergencia de todo el ámbito europeo y con respuesta inmediata las 24 horas al día. Desde este número se centralizan todas las llamadas de urgencia a cualquier organismo o servicio. Sirve para que los ciudadanos o ciudadanas puedan solicitar los servicios públicos de urgencias o sanitarias o ambulancias, extinción de incendios y salvamentos, seguridad ciudadana y protección civil cuando se encuentran en una situación de emergencia. Al 112 se puede llamar aunque no se tenga ni cobertura ni saldo.

¿Cómo encaja un botiquín en el método scout?

Es muy importante que el botiquín esté limpio y ordenado y, por lo tanto, tenemos que enseñar a los chavales a cuidarlo.

Desde la etapa de castores podemos tener un responsable del botiquín que se encargue de tenerlo bien y de llevarlo a todas las actividades. Este responsable también nos puede ayudar a curar las heridas a menudo que el chico o chica pase de etapa, éste/a puede ir cogiendo más responsabilidades en las curas de los compañeros.

Este cargo puede ser compartido por más de una persona y con él estamos trabajando el progreso personal de un chico/a y le estamos dando una gran responsabilidad (autoestima). Además, aprende unos conocimientos básicos de primeros auxilios. Por otra parte, también estamos trabajando unos conocimientos básicos de primeros auxilios y el servicio y el compromiso de este responsable hacia sus compañeros.

Dr. Roger Badía, ex del Equipo pedagógico general de Minyons, Escoltes i Guies de Catalunya.