

Dolor e inflamación

BOTIQUÍN PRIMEROS AUXILIOS:

¿Qué debe contener y cuándo usarlo?



Un **botiquín de primeros auxilios** bien equipado puede ser de gran ayuda al momento de enfrentar lesiones, cortes, picaduras o quemaduras, por lo que es muy importante tenerlo actualizado y a mano, especialmente cuando salimos de vacaciones.

Si no tiene un botiquín en casa o no sabe si el suyo tiene lo necesario, aquí encontrará una **guía rápida de primeros auxilios**.

ELEMENTOS BÁSICOS QUE DEBE CONTENER UN BOTIQUÍN



OTROS ELEMENTOS A CONSIDERAR



Ambulancia **131**

Bomberos **132**

CITUC Emergencias Toxicológicas **+56 2 2 635 3800**

CUIDADOS Y RECOMENDACIONES

Se recomienda que el **botiquín de primeros auxilios** sea una caja de plástico grande, transparente, fácil de transportar y de abrir.



Mantener en un lugar conocido y de fácil acceso para los adultos.



Revisar las fechas de vencimiento, el estado de los materiales y remedios, periódicamente.



Reponer lo que se haya utilizado y mantenerlo ordenado.



Marcar con una etiqueta legible cada elemento para así ahorrar tiempo al momento de usar.



Guardar en un lugar fresco y seco.



Se aconseja tener uno en el hogar y otro en el auto.

Puede conseguir botiquines en las farmacias o armar el suyo según sus actividades y necesidades.

Actuar de manera eficiente ante un accidente también es parte fundamental. Por lo mismo, siempre es aconsejable realizar un curso de primeros auxilios certificados.