

El botiquín de primeros auxilios es un recurso básico para nuestras salidas, máxime cuando salimos más de una jornada y con alumnos.

Sería bueno que más de una persona supiese utilizar, por lo menos, la mayor parte de los elementos que contenga y no es perder el tiempo dedicar varias clases del área explicando lo fundamental y cómo obrar ante ciertas situaciones que pueden darse con más facilidad de lo que creemos.

El contenido fundamental de un botiquín podemos dividir lo en cuatro (4) partes:

- a) Antisépticos: previenen las infecciones.
- b) Material de curación: controla las hemorragias, limpia cubre heridas, etc.
- e) Medicamentos: calmantes (analgésicos) y contra picaduras (antihistamínico).
- d) Instrumental: ayudan en la aplicación de todo lo anterior. Con todo esto y atendiendo a nuestras necesidades (lugar, tiempo, época del año, número y edad del alumnado), compondremos el botiquín más apto:  
Yodopovidona, alcohol, agua oxigenada, suero fisiológico, solución salina, jabón, gasas, compresas, apósitos, vendas, esparadrapo, tiritas, algodón, pinzas, tijeras, termómetro, cánulas,

manta térmica, spray de frío o bolsas de frío químico, spray de calor o bolsas de calor químico, linterna, listado de teléfonos de urgencias, manual de primeros auxilios, vendaje triangular, cremas para golpes, cremas para picaduras, cremas para quemaduras, vendajes de linitul o similar, medicamentos de fácil uso y administración (solubles, masticables,...), cinta americana, toallitas húmedas, puntos de sutura adhesivos, guantes de látex.

A partir de aquí se puede completar con elementos más específicos, pero dependerá del grado de conocimiento y uso de dichos materiales

