PREPARA TU BOTIQUÍN

DE PRIMEROS AUXILIOS PEDIÁTRICOS

Clara García Lumbreras
Matrona e IBCLC

Introdución

Los primeros auxilios pediátricos son aquellas acciones que realizamos de manera inmediata ante lesiones o situaciones que se presentan de forma brusca en nuestros niños.

La realización de las maniobras correctas por las personas que presencian la escena puede suponer la diferencia entre un susto y una grave complicación.

Un botiquín infantil SIEMPRE a mano

Debemos colocarlo en un lugar seguro fuera del alcance de los niños y es FUNDAMENTAL revisarlo cada cierto tiempo para tener al día las caducidades.

Los botiquines son algo que, afortunadamente, usamos poco pero cuando se usa no hay tiempo de estar comprobando si todo está en correcto estado.

MANOS A LA OBRA

El orden y la visibilidad

Encontraremos lo que necesitamos más fácilmente si todo está ordenado y a la vista en un primer momento.

Las cosas CLARAS

Ten siempre apuntados en un lugar visible del botiquín los teléfonos de emergencias.

En caso de nervios evitamos bloqueos y podemos pedir ayuda más rápidamente.

El poder de la imaginación

No podemos olvidar que estamos tratando con niños, nunca hay que subestimar el poder curativo de su imaginación junto con las tiritas de dibujitos.

Los IMPRESCINDIBLES en tu botiquín

Estos son los IMPRESCINDIBLES que nunca deberían faltar en tu botiquín casero:

Para CASA

- Antisépticos: clorhexidina al 2%
- Jabón líquido pH neutro
- Suero fisiológico en monodosis
- Gasas y compresas estériles
- Esparadrapo hipoalergénico
- Tiritas de banda (nos permiten cortar la medida que queremos
- Vendas elásticas y de algodón
- Termómetro
- Paracetamol e Ibuprofeno
- Pinzas de depilar y tijeras de punta roma
- Bloc de notas y bolígrafo

Unos extras para el COCHE

- Linterna y pilas de repuesto
- Bolsas de frío instantáneo
- Toallitas desechables
- Lápiz de amoniaco
- Mascarilla protectora para la reanimación
- Filtro físico solar libre de disruptores endocrinos
- Repelente antimosquitos
- Suero de rehidratación oral

Lo que NO queremos tener

- Antibióticos
- Jarabes para la tos, mucolíticos, etc ...
- Cremas antibióticas o antifúngicas para el pañal
- Medicamentos o productos caducados
- Medicamentos o productos abiertos de hace tiempo

Algunas cosas a tener en cuenta ...

El botiquín debe ubicarse en un lugar seco y oscuro (no se recomienda la cocina ni el baño) y fuera del alcance de los niños.

Termómetro

El mejor termómetro es uno sencillo, los digitales son más precisos que los de pistola o láser.

Antisépticos

No se aconsejan los que contienen yodo como Betadine®. El mejor desinfectante es lavar bien la herida con AGUA Y JABÓN.

La vía oral

Es la mejor para utilizar en niños. La vía rectal no es ni más rápida ni más efectiva.