



## BOTIQUÍN PERSONAL DEL VIAJERO

Es necesario disponer de un botiquín médico en aquellos destinos donde puede haber riesgos significativos, especialmente en países en desarrollo y/o donde no es segura la disponibilidad local de determinados medicamentos. Este botiquín debe incluir medicamentos básicos para tratar dolencias comunes, artículos para primeros auxilios y cualquier producto sanitario especial que puede necesitar el viajero personalmente.

Los viajeros con enfermedades crónicas deben llevar consigo una historia médica (traducida al inglés, si es posible), donde conste con claridad la patología que presenta, los medicamentos que habitualmente necesita y su posología. Se debe llevar material sanitario suficiente para todas las necesidades previsibles durante el tiempo que dure le viajes y llevarle en el equipaje de mano para evitar su pérdida durante el viaje.

El contenido específico del botiquín dependerá del destino, duración y tipo de viajes.

<b>CONTENIDO BÁSICO DE BOTIQUÍN MÉDICO:</b>	
<b>Artículos de primeros auxilios:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Esparadrapo adhesivo</li><li>• Antiséptico para heridas previa</li><li>• Vendas</li><li>• Apósitos esterilizados</li><li>• Termómetro clínico</li><li>• Tijeras e impermeables</li><li>• Suero de Rehidratación Oral</li><li>• Gotas oculares emolientes</li><li>• Descongestionante nasal</li><li>• Analgésico (Paracetamol, ... )</li><li>• Antiinflamatorios, aspirina y otra medicación para fiebre o dolor</li><li>• Antihistamínicos</li><li>• Tratamiento para picaduras de insectos</li></ul>	<b>Artículos complementarios según destino y necesidades individuales:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Medicación para cualquier enfermedad previa</li><li>• Medicación antipalúdica</li><li>• Medicación contra la diarrea (loperamida antibióticos para diarrea leve o moderada)</li><li>• Laxantes</li><li>• Antiácidos</li><li>• Polvos de talco</li><li>• Crema hidrocortisona al 1 %</li><li>• Repelentes de insectos</li><li>• Crema solar (SPF elevado)</li><li>• Jeringuillas y agujas esterilizadas</li><li>• Toallitas húmedas</li><li>• Pastillas potabilizadoras de agua</li><li>• Medicación preventiva para el mal de altura</li><li>• Gafas de sol</li><li>• Gafas/lentillas de repuesto</li><li>• Preservativos</li></ul>