

BOTIQUÍN BÁSICO DEL VIAJERO

Indicado cuando viajamos a zonas con farmacias y hospitales de difícil acceso



Repelente de insectos: DEET 45%



Evitar picaduras e infecciones cutáneas

Corticoides o antihistamínicos, soluciones para evitar los efectos de las picaduras y antibióticos tópicos.



Cortes, heridas y rozaduras

Venda, tiritas –*varios tamaños*-, esparadrapo y otro material para realizar pequeñas curas.



Sales de rehidratación oral

Trastornos digestivos y episodios de deshidratación leve provocadas por enfermedades diarreicas. Tener en cuenta que los trastornos digestivos son comunes en estancias vacacionales. No es recomendable abusar de soluciones con bicarbonato sódico.



Protector solar

El factor de protección no debe ser menor de 15. Incluir productos para quemaduras solares (Lociones hidratantes y refrescantes, por ejemplo el aloe) mayor protección cuando se viaje a zonas tropicales, subtropicales, al mar o a la montaña.



Antiséptico

Para desinfectar cortes y pequeñas heridas (Antes de emplearlo lavar con agua y jabón) Povidona yodada, alcohol etílico, agua oxigenada, mercurocromo.



Descongestionante nasal

(Con o sin antihistamínico).



Colirios

Gotas oculares emolientes para conjuntivitis , enrojecimientos oculares, lagrimeo.



Analgésicos

(Para el dolor leve-moderado y para la fiebre) Paracetamol, ácido acetil salicílico (uso restringido a adultos, evitar en mujeres embarazadas o con la menstruación) Es preferible evitar pastillas solubles o efervescentes, ya que pueden absorber la humedad y perder su eficacia.



Tijeras, pinzas e impermeables

¡Ojo! Los elementos punzantes o cortantes deben llevarse en una maleta y no pueden transportarse en la cabina del avión.

Con Goibi no pican