



¿Qué debe contener un botiquín?

El botiquín debe contener además de **medicinas**, un **termómetro** y **material para hacer curas**.

Termómetro

- El termómetro **debe ser de fácil lectura y estar en perfectas condiciones**.

- En los termómetros de mercurio hay que descender la columna por debajo de los 35°C antes de iniciar la medición (se debe sacudir con movimientos secos hacia abajo de la muñeca). No se debe sujetar el termómetro por el bulbo, pues le transmitiría el calor de la mano.

Desde abril de 2009 han dejado de comercializarse los termómetros de mercurio, aunque se pueden seguir usando los que están en el domicilio.

- Si el termómetro es digital, cuando se haga revisión del botiquín se debe comprobar **que la pila no esté gastada.**
- Una vez utilizado el termómetro, **se debe limpiar antes de guardarlo.**
- **La temperatura corporal se suele tomar** en una de las siguientes zonas: **axila, boca y recto.** Aunque la temperatura axilar es más cómoda de medir y más segura, la tomada en el recto o en la boca da una idea más precisa de la temperatura real, ya que el termómetro está en una de las cavidades corporales. El termómetro rectal es diferente porque tiene un bulbo más redondeado y corto.
- La temperatura corporal varía entre personas según la edad, actividad física y momento del día.
- En general, se dice que hay **fiebre si la temperatura es igual o superior a 38°C;** por debajo de esta temperatura se habla de febrícula.

Si un termómetro de mercurio se rompe accidentalmente, hay que **evitar el contacto con este material**, que se debe **recoger y depositar en un recipiente especial para residuos tóxicos.** Pregunte en su Ayuntamiento por el **punto de recogida de residuos tóxicos más cercano a su domicilio.**