

Medicamentos Esenciales de la OMS Adaptados al Preparacionismo

Autor: EA4IPV

Fecha: 23/03/2026

Categoría: Farmacología de Emergencia

Etiquetas: Sin etiquetas

Medicamentos Esenciales de la OMS Adaptados al Preparacionismo

La Lista de Medicamentos Esenciales de la OMS (LME), actualizada bienalmente desde 1977, identifica los fármacos que satisfacen las necesidades prioritarias de salud de una población. La edición 23 (2023) incluye más de 500 medicamentos. Para el preparacionista, esta lista es un punto de partida científicamente validado para diseñar un botiquín farmacológico racional, pero requiere adaptación: no todos los medicamentos esenciales son viables sin supervisión médica, y algunos fármacos no incluidos en la lista (como ciertos antisépticos o analgésicos de libre dispensación) son imprescindibles en emergencias. Este artículo filtra la LME para seleccionar los medicamentos más relevantes en escenarios de aislamiento prolongado, priorizando estabilidad, margen de seguridad, polivalencia y disponibilidad sin receta.

Criterios de selección para el botiquín de emergencia

No se trata de replicar una farmacia hospitalaria, sino de seleccionar fármacos que cumplan simultáneamente varios criterios estrictos para maximizar la utilidad con mínimo espacio y riesgo.

Estabilidad térmica: Priorizar fármacos estables a temperatura ambiente (15-30°C) con vida útil mínima de 3 años. Descartar los que requieran cadena de frío (insulina, vacunas, ciertos antibióticos reconstituidos) salvo que se pueda garantizar refrigeración.

Margen terapéutico amplio: Fármacos donde la diferencia entre dosis terapéutica y dosis tóxica sea grande. Ejemplo: ibuprofeno (dosis terapéutica 400 mg, dosis tóxica >100 mg/kg) vs. paracetamol (dosis terapéutica 1 g, dosis tóxica 150 mg/kg = 10,5 g en 70 kg, solo 10x la dosis terapéutica).

Polivalencia: Un fármaco que cubra múltiples indicaciones ahorra espacio. Ejemplo: amoxicilina cubre infecciones respiratorias, urinarias, otitis, dentales y de piel.

Disponibilidad sin receta: En España y la mayoría de países de la UE, muchos medicamentos esenciales son de prescripción. Se priorizan los de libre dispensación, pero se incluyen también los de prescripción que un médico podría recetar preventivamente para el botiquín.

Facilidad de dosificación: Comprimidos y cápsulas sobre inyectables. Formulaciones pediátricas (jarabes, dispersables) si hay niños en el grupo.

Botiquín farmacológico esencial: 20 medicamentos clave

Esta selección cubre el 80% de las patologías más frecuentes en emergencias según datos de Médicos Sin

Fronteras y la OMS. Se organiza por grupo terapéutico.

Grupo

Fármaco

Indicación principal

Dosis adulto estándar

Vida útil

Analgésico/antipirético

Paracetamol 500 mg

Dolor, fiebre

1 g/6-8h (máx 4g/día)

5+ años

AINE

Ibuprofeno 400 mg

Dolor, inflamación, fiebre

400-600 mg/8h con comida

5+ años

Analgésico opioide

Tramadol 50 mg

Dolor moderado-severo

50-100 mg/6-8h

5 años

Antibiótico betalactámico

Amoxicilina 500 mg

Infección respiratoria, urinaria, dental

500 mg-1g/8h x 7 días

3-5 años

Antibiótico betalactámico

Amoxicilina-clavulánico 875/125 mg

Mordeduras, infecciones de piel, sinusitis

875/125 mg/12h x 7 días

3 años

Antibiótico macrólido

Azitromicina 500 mg

Neumonía atípica, ETS, alérgicos a penicilina

500 mg/día x 3 días

3-5 años

Antibiótico quinolona

Ciprofloxacino 500 mg

Infección urinaria, gastroenteritis bacteriana

500 mg/12h x 5-7 días

5+ años

Antihistamínico

Cetirizina 10 mg

Urticaria, rinitis, picaduras

10 mg/día

5+ años

Corticoide oral

Prednisona 5 mg

Reacciones alérgicas graves, asma severo

40-60 mg/día (ajustar)

5+ años

Corticoide tópico

Betametasona valerato 0,1%

Dermatitis, eccema, picaduras

2 aplicaciones/día

3 años

Antidiarreico

Loperamida 2 mg

Diarrea no infecciosa

4 mg inicio, luego 2 mg/dep

5 años

Rehidratación

Sales de rehidratación oral

Deshidratación por diarrea/vómitos

1 sobre/litro agua

5 años

Antiemético

Ondansetrón 4 mg

Vómitos, náuseas (previene deshidratación)

4-8 mg/8h sublingual

3-5 años

Antiácido/protector

Omeprazol 20 mg

Gastritis, reflujo, protección AINE

20 mg/día en ayunas

3 años

Broncodilatador

Salbutamol inhalador 100 µg

Broncoespasmo, asma

2-4 inh cada 4-6h

2 años

Antifúngico tópico

Clotrimazol crema 1%

Tiña, candidiasis cutánea, pie de atleta

2 aplicaciones/día x 2-4 sem

3 años

Antiséptico

Clorhexidina acuosa 2%

Desinfección de heridas

Aplicación tópica directa

3 años

Adrenalina autoinyectable

Adrenalina 0,3 mg

Anafilaxia

0,3-0,5 mg IM muslo

18 meses

Antimalárico

Atovacuona-proguanil

Profilaxis y tratamiento de malaria

1 comp/día (profilaxis)

3 años

Suplemento

Zinc 20 mg

Coadyuvante en diarrea, inmunidad

20 mg/día x 10-14 días

5 años

Sobre la adrenalina: La adrenalina autoinyectable (EpiPen, Jext, Altellus) tiene la vida útil más corta del botiquín (18 meses). Sin embargo, estudios de Simons et al. (2004) demostraron que los autoinyectores caducados retienen el 80-90% de su potencia tras 1-2 años post-expiración. En emergencia real sin alternativa, una adrenalina caducada es mejor que ninguna adrenalina.

Rotación y almacenamiento del botiquín

La gestión de caducidades es el punto débil de todo botiquín de emergencia. Un sistema eficiente requiere disciplina y un método claro.

Sistema FEFO (First Expired, First Out): Organizar los medicamentos por fecha de caducidad, con los más próximos a caducar delante. Revisar el botiquín cada 6 meses. Los que caduquen en los próximos 3 meses se trasladan al botiquín doméstico de uso diario.

Programa SLEP del ejército de EE.UU.: El Shelf Life Extension Program del Departamento de Defensa ha demostrado que el 88% de los fármacos testados mantienen estabilidad una media de 5,5 años más allá de su caducidad impresa. Los más estables: ciprofloxacino (potente 12 años post-caducidad), amoxicilina (estable 5+ años), ibuprofeno (estable 10+ años). Los menos: aspirina (se degrada a ácido salicílico y huele a vinagre), soluciones líquidas y suspensiones.

Condiciones óptimas de almacenamiento: Temperatura 15-25°C, humedad Signos de degradación visual: Cambio de color, olor inusual (aspirina con olor a vinagre), comprimidos que se desmenuzan, cápsulas pegajosas o deformadas, soluciones turbias o con precipitado. En duda, descartar.

Medicamentos pediátricos esenciales

Si el grupo incluye niños, el botiquín debe adaptarse. Los niños no son adultos pequeños: su metabolismo, distribución y eliminación de fármacos son diferentes.

Fármaco

Forma pediátrica

Dosificación pediátrica

Notas

Paracetamol

Jarabe 120 mg/5 ml

15 mg/kg/6h (máx 60 mg/kg/día)

Antipirético de primera línea en niños

Ibuprofeno

Jarabe 100 mg/5 ml

5-10 mg/kg/6-8h

No en

Amoxicilina

Suspensión 250 mg/5 ml

40-90 mg/kg/día dividido en 3 dosis

Requiere agua limpia para reconstituir. Estable 14 días refrigerada.

SRO pediátrica

Sobres estándar OMS

50-100 ml tras cada deposición

Administrar con cuchara o jeringa oral, no biberón

Ondansetrón

Comp bucodispersable 4 mg

0,15 mg/kg (máx 4 mg)

Permite tolerar SRO en niños con vómitos

Salbutamol

Inhalador + cámara espaciadora

2-4 puffs con cámara

Sin cámara espaciadora, la deposición pulmonar cae al 10%

Fármacos contraindicados en niños: Aspirina: contraindicada en  Advertencia: Esta información es orientativa y educativa. En situaciones de emergencia real, consulte a profesionales cualificados siempre que sea posible. No ponga en riesgo su vida ni la de otros sin la formación adecuada.