



No siempre encontramos los medicamentos que normalmente utilizamos, ya sea que tengan otro nombre comercial, que solo lo vendan con receta médica, que no hables el idioma y no logres comunicarte o que no encuentres donde comprarlos.

Por lo menos lleva lo básico, dependiendo del tipo de viaje y su duración es lo que debemos llevar en el botiquín de viaje, pero sin duda es importante llevar uno.

Investiga acerca de los lugares que visitarás para darte una idea de que es necesario y que no.

Estas son algunas cosas que podrías incluir:

- Cualquier medicamento que tengas que tomar en caso de estar en tratamiento.
(Diabetes, alergias, etc.)
- Ibuprofeno, paracetamol o Aspirinas (contra el dolor)
- Medicamentos contra la diarrea, acidez, gases, úlceras y gastritis.
- Pastillas para la gripe o resfriado (una gripe mal cuidada puede arruinar tu diversión)
- Pastillas para evitar náuseas (Dramamine)
- Cremas antifúngicas (si eres propenso o tienes pie de atleta)
- Pomada para la piel (quemaduras, raspones, etc.)
- Curitas
- Medicamentos contra cólicos estomacales y/o síndrome premenstrual
- Toallitas desinfectantes y material de curación para heridas.
- Vendas y desinflamatorios musculares.
- Pastillas purificadoras de agua (para largas caminatas donde hay ríos, no por que el agua sea cristalina esta purificada)
- Bloqueador solar
- Repelente de mosquitos (si viajas a áreas donde puede haber malaria, fiebre amarilla o cualquier enfermedad transmisible por picadura de mosquito)
- Mosquitera (Hay algunas que vienen rociadas de insecticida)
- Medicamentos contra la malaria. (Si viajas a regiones afectadas de Malaria)
- Certificado internacional de vacunaciones (dependiendo el lugar que visites, pueden ser necesarias, llévalo junto a tus documentos en mano)
- Anticonceptivos
- Condones
- Toallas femeninas

PD. Recuerda que no es permitido en el equipaje de mano tijeras, jeringas o líquidos en gran cantidad.