

Inyección de la insulina

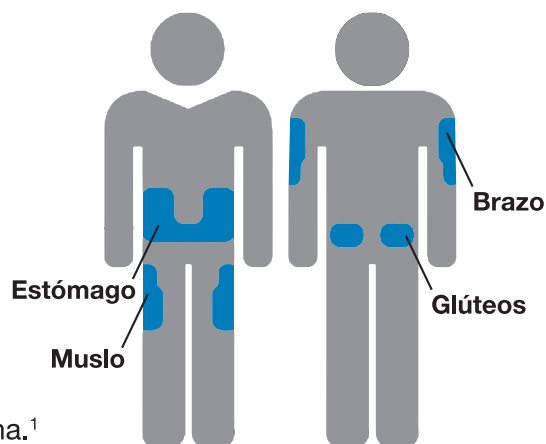
Es necesario inyectar la insulina en su cuerpo.

La inyección se debe colocar justo debajo de la piel:

- en la parte con grasa del brazo;
- en el abdomen (estómago);
- en la parte superior de la pierna (muslo);
- en los glúteos...

... mediante una jeringa y una aguja o con una pluma para insulina.¹

Las agujas son muy finitas y se deslizan fácilmente dentro de la piel. **Tenga cuidado.**



Sugerencia 1

- No se inyecte siempre en la misma parte del cuerpo. Inyéctese en distintas áreas o rote (cambie) el lugar donde aplica la inyección en los distintos días.

Sugerencia 2

- No se inyecte cerca del ombligo.

Sugerencia 3

- No se inyecte cerca de lunares o cicatrices.

Sugerencia 4

- No se inyecte en áreas que se vean rojas, infectadas o tengan erupciones.

Cómo inyectar insulina con una jeringa:

1. Lávese y séquese las manos.
2. Elija una parte del cuerpo limpia y seca.
3. Asegúrese de usar el tipo adecuado de insulina e inyectar la cantidad adecuada.
4. Si su insulina es turbia, gírela suavemente entre sus manos para mezclarla. No la agite.
5. Quite la tapa de la jeringa. Probablemente haya 2 tapas, una para el émbolo y otra sobre la aguja.



6. Llene la jeringa con aire tirando del émbolo hacia atrás hasta la cantidad de insulina que desea inyectar.
7. Seque la parte superior del frasco de insulina con una toallita embebida en alcohol, e introduzca la aguja por la parte superior del frasco.
8. Presione el émbolo para liberar el aire que haya en el frasco.

9. Dé vuelta la jeringa y el frasco, y tire del émbolo hacia atrás, llenando la jeringa hasta la cantidad de insulina que necesite.
10. Verifique que no queden burbujas de aire en la jeringa. Golpee suavemente la jeringa para que las burbujas de aire suban y elimínelas presionando suavemente el émbolo.
11. Retire la jeringa y la aguja del frasco. Use la insulina de inmediato.
12. Tome suavemente un dobléz de piel con grasa entre sus dedos.



13. Empuje la aguja dentro de la piel.
14. Suelte la piel que estaba pellizcando y presione el émbolo para que la insulina entre a su cuerpo.
15. Espere unos segundos antes de quitar la jeringa para asegurarse de que la insulina se haya inyectado.
16. No frote el área donde inyectó la insulina.
17. Anote la cantidad de insulina que usó, la hora, y en qué lugar del cuerpo se la inyectó.

Cómo inyectar insulina con una pluma para insulina:

1. Lávese y séquese las manos.
2. Elija una parte del cuerpo limpia y seca.
3. Gire el dial de la pluma para insulina para elegir la cantidad de insulina que necesite.
4. Algunas plumas deben “prepararse” primero para asegurarse de inyectar la cantidad adecuada de insulina. Pregúntele a su proveedor de atención médica o farmacéutico sobre esto.
5. Tome suavemente un dobléz de piel con grasa entre sus dedos.
6. Empuje la aguja dentro de la piel.
7. Suelte la piel que estaba pellizcando y presione el émbolo para que la insulina entre a su cuerpo.
8. Mantenga la pluma en la piel durante 5 segundos y luego retírela.



Su proveedor de atención médica puede ayudarle a aprender a inyectarse insulina usando una jeringa o pluma.

Consulte la hoja informativa del fármaco o comuníquese con el fabricante del fármaco para obtener información sobre el uso y almacenamiento recomendado de su medicamento. Para evitar la obstrucción o contaminación de la aguja de la jeringa, **NO** guarde el medicamento dentro de la jeringa.

1. American Diabetes Association. Standards of medical care in diabetes – 2019. Diabetes Care. 2019; Vol. 42 (Supl. 1): S91