

## La insulina nunca debe...



Estar bajo la luz del sol



Congelarse



Exponerse al calor



Frotarse o agitarse intensamente



## Advertencias

- No utilizar después de la fecha de caducidad indicada en el envase.
- Mantener los medicamentos fuera del alcance de los niños.
- Este medicamento solo puede conseguirse a través del servicio de farmacia del complejo hospitalario, con la receta que le hará su médico de este centro.



## Recomendaciones

- Se recomienda cambiar el lugar de la inyección midiendo aproximadamente el ancho de un dedo del último punto de la aplicación en las zonas recomendadas.
- Participa en los talleres y/o sesiones educativas, pregunta a tu médico de cabecera y/o enfermera cómo participar.
- En caso de duda, consulte a su médico o farmacéutico.



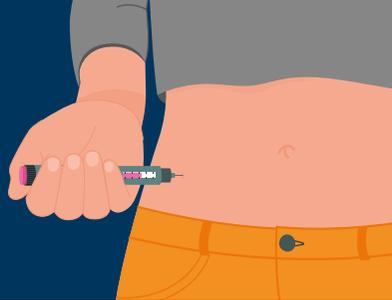
## ¿CÓMO USAR ADECUADAMENTE LA INSULINA?



El objetivo de aplicarse insulina es mantener el nivel de azúcar en la sangre en valores normales de modo que su organismo permanezca saludable.

# ¿Cómo se debe administrar?

Se administra por vía subcutánea (en la grasa que está debajo de la piel). Bajo ninguna circunstancia se deberá administrar por vía intravenosa (directamente a la sangre).



## PASOS



1 Lavarse las manos.



2 Verificar la fecha del frasco de insulina para asegurarse de que no haya caducado.



3 Quitar la tapa del frasco de insulina.



4 Limpiar la boca de goma del frasco utilizando una gasa con alcohol.

5 Quitar la tapa de jeringa cuidadosamente sin tocar la aguja para no contaminarla.

6 Insertar la aguja en el frasco de la insulina.

7 Voltear el frasco con la aguja insertada. Con una mano sostenerlo y con la otra lentamente extraer la dosis exacta de insulina en la jeringa.



8 Elegir el sitio donde se aplicará la inyección y limpiar la piel con una gasa con alcohol.



9 Pellizcar suavemente la piel. Colocar la jeringa a 45 grados con respecto a la piel e introducir toda la aguja.



10 Luego de administrarse la insulina, esperar aprox. 5 segundos antes de retirar la aguja.



11 Tapar la aguja de la jeringa con el capuchón para evitar accidentes y no tirar la jeringa usada a la basura. Colocarla en un recipiente de plástico o de metal con tapa hermética.



Utilizar solo jeringas de insulina que se miden de UI (Unidades Internacionales). No utilizar otras jeringas porque solo tiene unidades de ML (Mililitros). Es peligroso porque no dan dosis exacta.

## ¿QUÉ HACER SI SE OLVIDÓ DE APLICAR LA INSULINA?

Aplicarse la dosis indicada en el horario señalado. En caso la glucosa en la sangre sea  $>250$  mg/dl y presente mareos, náuseas, sed, orina abundante, dolor abdominal, **acuda a emergencia.**



# ¿Cómo reconocer síntomas de hipoglucemia?

- Visión borrosa
- Latidos cardiacos rápidos y fuertes
- Sudoración extrema
- Hormigueo y entumecimiento en diversas partes del cuerpo
- Cansancio o debilidad
- Dolor de cabeza
- Comportamiento agresivo



## Precauciones

- El uso de dosis que no sean adecuadas o la omisión del tratamiento pueden producir niveles elevados de azúcar muy peligrosos para la salud.
- Nunca realices una aplicación encima de la ropa.
- Si estás embarazada o en periodo de lactancia, consulta a tu médico.

# ¿Cómo conservar la insulina?

### INSULINA NUEVA ANTES DE ABRIR

- Se debe mantener en refrigeradora de  $2 - 8$  °C en los cajones inferiores del refrigerador.
- Si sales de casa hay algunos fabricantes de hieleras especiales para insulina que pueden resultar muy prácticas.

### INSULINA EN USO

- Debe ser consumida solo hasta 28 días después de ser abierta.
- Debe permanecer a una temperatura no mayor a  $26$  °C (si en el lugar donde vives la temperatura es mayor, debes mantenerla en una refrigeradora o en una cartera porta insulina que la conserve fría).

### AL APLICAR

- Es importante que nunca te la apliques fría (puede arder o dolor). Si la tienes en refrigeradora la puedes dejar 10 minutos sin refrigerarse para que se temple. Nunca la calientes con las manos.

### DESPUÉS DE APLICARLA

- Regrésala inmediatamente al sistema de refrigeración.