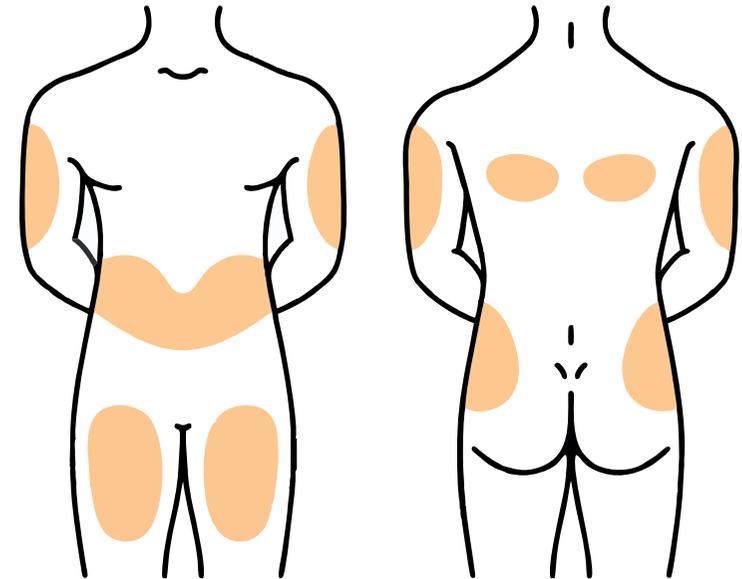




Uso de Insulinas (Autocuidado)

Sitios de Inyección

- ▶ **Brazo:** Administrar lateralmente en la zona ubicada entre unos seis centímetros por debajo del hombro y unos seis centímetros por encima del pliegue del codo).
- ▶ **Abdomen:** A unos tres centímetros de la zona del ombligo, aplicar a partir de allí, tanto al lado derecho como izquierdo.
- ▶ **Pierna:** Aplicar en zona anterolateral extrema del muslo, de uno cinco centímetros, sobre la rodilla hasta cinco centímetro por debajo de la ingle.



Precauciones

- Evitar utilizar para inyección el sitio si muestra signos de inflamación o zona enrojecida.
- La zona a ser aplicada debe estar aseado y hacerse con las manos limpias.
- Desinfectar antes el sitio de inyección.
- No inyectar por encima de la ropa.
- La temperatura óptima para el mantenimiento de la insulina es de 2 a 25° dura aproximadamente un mes posterior al inicio de su uso teniendo en cuenta fecha de caducidad.
- Se debe evitar exponer la insulina a la luz solar.
- Si viaja transportar en equipaje de mano con refrigeración adecuada.
- Usar contenedores para eliminación de los residuos en especial los punzantes.
- La mejor manera preventiva es la rotación del sitio de aplicación en cada inyección y la no reutilización de las agujas en de las lapiceras.
- Valor de alerta de glicemia inferior a 70 mg/dl hipoglicemia (bajo nivel de azúcar en la sangre).
- Otros signos de que la glicemia se encuentre por debajo de lo normal es el aumento de apetito, sudoración, temblores, visión borrosa, mareos, dificultad para hablar en caso graves pérdida de conciencia, convulsión hasta coma.
- Consumir glucosa para la persona consciente 15 a 20 gs de hidrato de carbono simple controlar después de 15 min glicemia, si persiste repetir.
- Si la recurrencia de hipoglicemia es constante visitar a su médico. (Endocrinólogo).