

# Preparación y Aplicación de Insulina en Dosis Sencilla

Si eres diabético tal vez necesites insulina inyectada. Antes de aplicarte la dosis sencilla inyectada de insulina, veamos con cuidado la jeringa.

Las jeringas de insulina son más fáciles de utilizar que antes. Sus agujas son pequeñas y afiladas para reducir la molestia de la inyección.

Repasemos paso a paso cómo preparar la inyección sencilla de un tipo de insulina o insulina premezclada utilizando una jeringa y aguja.

Primero, coloca todos los materiales en una superficie limpia. Esto incluye la jeringa, aplicadores de alcohol, contenedor de agujas o una botella de plástico grueso para colocar las jeringas usadas cuando termines, y tu insulina.

Lávate las manos muy bien con agua y jabón y sécalas con una toalla limpia. Limpia la parte superior de la botella de insulina con alcohol.

Si tu insulina es turbia debes mezclarla muy bien antes de usarla.

Para mezclarla, rueda la botella en tus manos o gírala de arriba hacia abajo. Con cuidado de no agitarla.

Gírala y asegúrate de que no queda polvo en el fondo.

Si tu insulina es clara, no tienes que mezclarla.

Ahora jala el émbolo de la jeringa hasta llegar al número de unidades de insulina que necesitas.

Inyecta esa cantidad de aire en la botella.

Con la aguja en la botella, voltea la botella de cabeza. Asegúrate que la insulina cubre la aguja. Esto previene que entre una burbuja de aire en la jeringa. Una burbuja no es peligrosa, pero toma espacio y puede causar que midas la dosis incorrecta.

Jala del émbolo hasta el número correcto de unidades de insulina.

Si notas una burbuja de aire, regresa la insulina a la botella y vuelve a llenar la jeringa.

Pon la jeringa en la superficie. Asegúrate que la aguja no toca nada. Si la aguja está doblada debes descartarla y volver a empezar. Ahora estás listo para inyectarla.

Debes inyectar la insulina en tejido adiposo. Las áreas recomendadas son: el abdomen o vientre, la parte posterior de los brazos, la parte superior o lateral de los muslos, y el trasero o glúteos.

Trabaja con tu equipo de diabetes para encontrar la mejor área para ti.

Trata de usar la misma zona a la misma hora diario, pero asegúrate de cambiar el sitio de la inyección cada vez que la apliques. Esto ayuda a mantener la piel y el tejido subcutáneo sanos. Cuando te la apliques en el abdomen asegúrate de estar a unas 2 pulgadas de distancia de cualquier cicatriz de tu ombligo o vientre.

Este programa es únicamente para uso informativo. El editor se exime de todas las garantías en cuanto a la efectividad, integridad o capacidad de este vídeo como fuente para la toma de decisiones médicas. Por favor, consulte a su equipo médico si tiene problemas de salud.



# Preparación y Aplicación de Insulina en Dosis Sencilla

Una vez que selecciones donde inyectarla, limpia la piel con alcohol y espera unos minutos a que seque.

Toma la jeringa y aplica la inyección con un ángulo de 90 grados.

Presiona el émbolo con firmeza y suavemente.

Ahora, retira la aguja.

Después de la aplicación, desecha la jeringa en el recipiente para objetos filosos, que puedes obtener de tu distribuidor de productos diabéticos. Si no tienes un recipiente especial, puedes usar una botella de plástico pesado con una tapa bien cerrada y con una etiqueta que indique claramente que contiene material médico.

En algunas áreas no es permitido colocar recipientes de objetos filosos en la basura normal. Tu equipo de diabetes te puede indicar si tu comunidad cuenta con lugares específicos para estos recipientes.

Repasa con tu equipo de diabetes cómo preparar e inyectar tu insulina durante tu siguiente cita. Tal vez tengan tips que puedan facilitar la aplicación de insulina.