

Consejos Sobre la Insulina Para un Mejor Control de la Diabetes

Uso de la insulina

Para lograr los mejores resultados con el uso de la insulina, recuerde:

- Marque en la ampolla o pluma con la fecha de apertura con un pluma permanente
- Alternar el sitio de la inyección
- Evite las zonas que se sientan duras, blandas o que se vean enrojecidas.
- Siempre lleve con usted azúcar de rápida acción (tabletas de glucosa o dulces duros)
- Es buena idea llevar una tarjeta en la cartera con instrucciones sobre cómo tratar el nivel bajo de azúcar en la sangre
- Siempre lleve puesto un emblema de alerta médica (pulsera, collar, placa para el reloj) y una tarjeta de identificación médica que indique que usted tiene diabetes y usa insulina

Soluciones a los problemas con el uso de la insulina

Hay dos formas de saber cuándo la insulina se ha echado a perder

- Cambio en la apariencia
- Bajo resultados

Cambio en la apariencia de la insulina:

- Se ve turbia cuando debe estar clara
- Parece tener hebras
- Ha cambiado de color
- Debe verse turbia pero tiene bultos, aun después de frotarla entre las palmas de las manos

Espere bajo funcionamiento de la insulina cuando:

- Su frasco de insulina ha estado abierto por más tiempo que los días recomendados
- Hay muchas perforaciones en el tapón de goma porque usted usa dosis muy pequeñas y se está por terminar el contenido de la ampolla
- Si usted estará al aire libre durante un tiempo con una temperatura muy cálida, guarde la insulina en un recipiente insolado

Si sospecha que la insulina se ha echado a perder, **NO corra riesgos**. Llame a la farmacia o la enfermera educadora de diabetes y pida asistencia.



Para más información llame al programa
CCHP Disease Management al 925-864-3189