

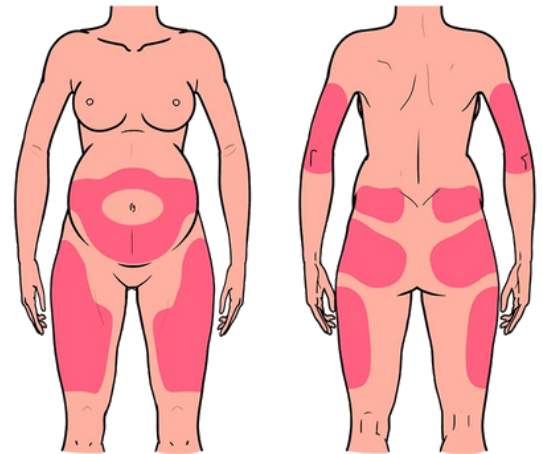
Administración de insulina



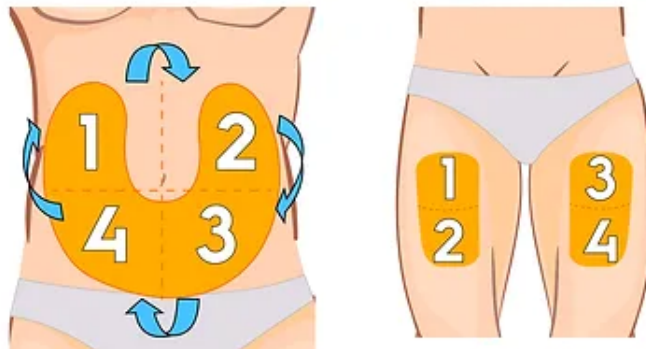
La aplicación de la insulina debe realizarse correctamente para que la misma pueda hacer el efecto deseado. Es importante que sepa que la insulina se inyecta con una aguja corta y fina para que esta no llegue al músculo. Para administrarse la insulina correctamente le recomendamos:

Selección de área

Al inyectarse, tenga en cuenta que la insulina se absorbe mejor en áreas con grasa. Es por esto que la mayoría de los pacientes diabéticos utiliza la zona del abdomen para inyectarse su insulina. En la imagen podrá identificar las mejores áreas para inyectar la insulina.



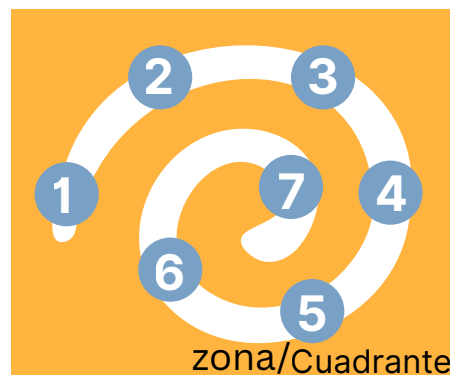
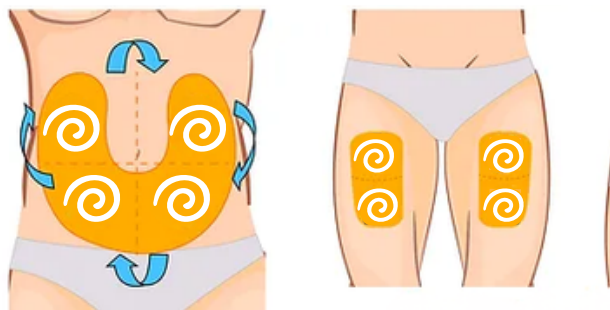
Rotación semanal



Una vez haya seleccionado el área de su preferencia, vamos a dividir en 4 zonas. Cada zona representa **una semana del mes** (Semana 1, 2, 3 y 4).

- Por ejemplo, supongamos que seleccionastes el abdomen, vas a identificar tu ombligo como el centro para dividir cada zona como lo muestra la imagen.
- La primera semana del mes, se administrará la insulina, con rotación, dentro de la primera zona 1. Cuando haya culminado esa semana procederá a inyectarse en la zona 2 y así sucesivamente.

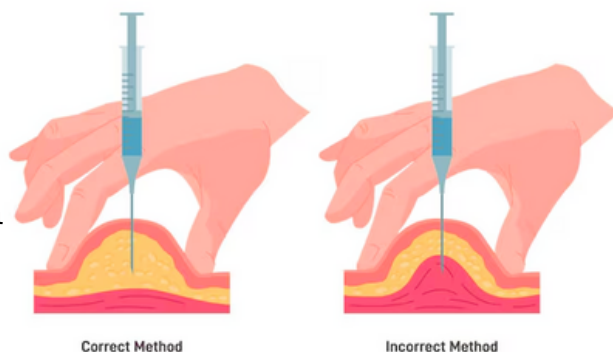
Rotación diaria



Una vez seleccionado el cuadrante, imaginará un espiral dentro del mismo. Ese espiral corresponderá a la rotación de la insulina de los 7 días que componen esa semana.

Pellizco

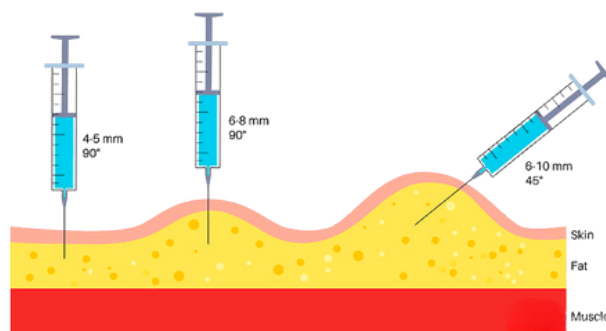
Para inyectarse, deberá pellizcar suavemente la piel. Se recomienda agarrar entre los dedos 1 pulgada. Recuerda que deseamos inyectar en grasa NO en musculo.



Inclinación de la aguja

Para inyectar la insulina puedes hacerlo en un angulo de 90 o 45 grados.

Personas muy delgadas se recomienda hagan la introducción de la aguja en un angulo de 45 grados.



Si tienes dudas sobre como inyectarte la insulina o si deseas saber si lo estás haciendo correctamente consulta con tu médico, manejador de caso o educador en salud.

EN CISS TE LLEVAMOS DE LA MANO.

Claro que CISS

Contáctanos 787-897-2727

Lares: 1085

Quebradillas: 1102



Creado por SCM para el Programa de
Educación en Salud

Rev. ene 2026