



Cartilha de orientações sobre o uso de Insulina

Conexão Saúde
Cemig Saúde
Serviço de
Farmácia Clínica



Para que serve a insulina?

A insulina é um medicamento utilizado no tratamento do diabetes com objetivo de reduzir a glicose (açúcar) do sangue.

Onde guardar a insulina?

A insulina lacrada deve ser guardada dentro da geladeira. Depois de aberta, a insulina pode ser armazenada dentro ou fora da geladeira.

Sua validade é de 28 dias após a abertura.

Não coloque a insulina próxima ao congelador ou na porta da geladeira. O melhor lugar é em cima da gaveta de verduras.

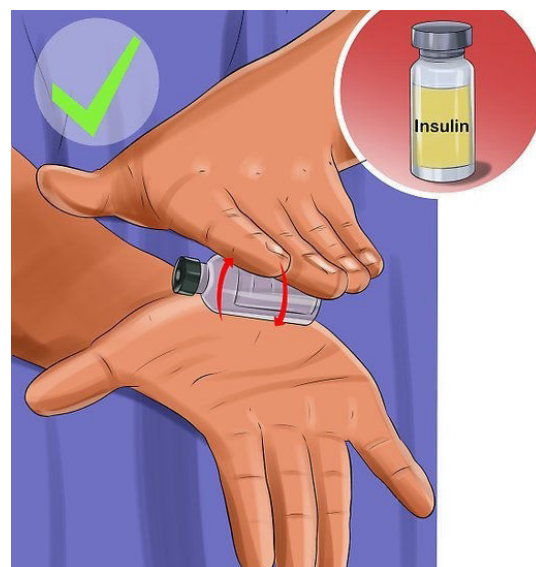


ATENÇÃO!

Retire a insulina da geladeira, pelo menos, 30 minutos antes da aplicação para evitar desconforto.

Como devo preparar a insulina?

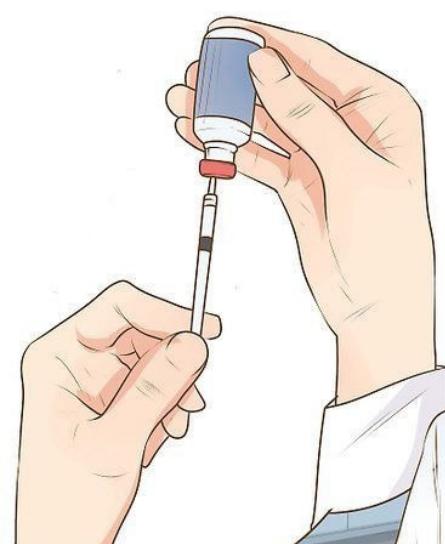
- 1** Lave as mãos;
- 2** Em caso de insulina NPH, ou outra de ação lenta, role o frasco, lentamente, entre as mãos, 20 vezes para misturar. **Não agite;**



- 3** Limpe a tampa de borracha do frasco com algodão e álcool. Espere secar;



- 4** Vire o frasco de cabeça para baixo e puxe na seringa a quantidade de insulina prescrita pelo médico. Coloque os traços da seringa sempre em direção e na altura dos olhos;



- 5** Verifique se tem bolhas dentro da seringa. Você pode dar leves batidinhas com os dedos na seringa para retirá-las.

Não aplique a insulina com bolhas!

Onde aplicar a insulina?

- **Barriga:** deixe um espaço de 4 dedos de cada lado do umbigo.
- **Coxa:** parte externa da coxa (linha da calça), afaste 4 dedos abaixo do quadril e 4 dedos acima do joelho.
- **Braço:** parte de trás do braço, distante 4 dedos do ombro e 4 dedos acima do cotovelo.



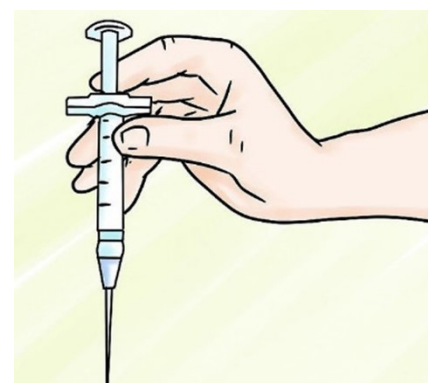


IMPORTANTE

Escolha um local diferente para cada aplicação de insulina (fazer rodízio nos locais de aplicação).

Como aplicar a insulina?

- 1** Escolha o local de aplicação conforme a explicação anterior
- 2** Segure o local de aplicação e faça uma prega com três dedos;
- 3** Segure a seringa como se fosse um lápis;
- 4** Introduza a agulha na pele com um movimento rápido, suave e em sentido reto;
- 5** Aplique a insulina, empurrando o êmbolo até o fundo da seringa (espere 5 segundos com a agulha na pele);



- 6 Retire a agulha devagar com um único movimento e só depois solte a prega. **Não faça massagem para a insulina não começar a fazer efeito mais rápido que o desejado;**
- 7 Usar a mesma agulha, **NO MÁXIMO**, 3 vezes e, depois, descartar.

IMPORTANTE



- Descarte as agulhas usadas em um recipiente rígido (garrafa pet, por exemplo) e leve até o posto de saúde mais próximo.
- Insulina regular: é transparente como a água.
- Insulina NPH: é branca com o aspecto de leite.
- Usar a mesma agulha, **NO MÁXIMO**, 3 vezes e, depois, descartar.
- Sempre verifique a bula do refil de insulina que será colocado em sua caneta para saber por quanto tempo o medicamento pode ser usado após a abertura (primeiro uso).
- Lembre-se: **NUNCA** utilize insulina vencida, pois ela pode perder o efeito e prejudicar sua saúde.

Referência bibliográfica principal:

Bula Profissional do medicamento INSULINA®, cartilha do Ministério da Saúde (Cuidados com a Insulinoterapia); Diretriz da Sociedade Brasileira de Diabetes.



Av. Barbacena, 472 | 12º andar | Barro Preto

CEP: 30190-130 | Belo Horizonte | MG

Central de Relacionamento Telefônico: 0800 030 9009

Autoatendimento via WhatsApp: 31 99791-6464

www.cemigsaude.org.br

ANS - Nº 41750-5