

Insulinización

Recomendaciones al alta para pacientes



Cuestiones importantes

No significa que esté más grave de su diabetes, sino que para su caso es el mejor tratamiento para conseguir un control adecuado.

CONSEJOS GENERALES

- Al iniciar el tratamiento con insulina es imprescindible que **acuda lo antes posible a su médico y enfermera del Centro de Salud** para instruirle sobre la técnica de inyección y de conservación y cuidado del material.
- Es imprescindible hacer autoanálisis en sangre capilar periódicamente según la pauta recomendada por el personal sanitario.
- No debe limpiarse la aguja con alcohol y nunca antes de la administración.
- Las agujas deben guardarse cerradas con su capuchón y en la nevera para poder ser utilizadas en varias ocasiones sin riesgo.
- Es necesario respetar el horario de las comidas y los suplementos. Se aconsejan 6 comidas al día. Consultar siempre con el personal sanitario frente a cambios de horario importantes (viajes a zonas lejanas, cambios de horario laboral, etc.) para establecer la nueva pauta de tratamiento y autoanálisis.
- Debe revisar conjuntamente con el personal sanitario y con su propio material la manera de preparar y ponerse la insulina una vez al año como mínimo o cuando los resultados del autoanálisis sean muy diferentes de los que tiene habitualmente.

La insulina es una sustancia natural que fabricamos normalmente, pero en los diabéticos en que no se consigue un control aceptable de la diabetes con tratamiento dietético, ejercicio regular y pastillas es necesario un suplemento externo.

Es una de las enfermedades más frecuentes, ya que afecta a cerca del 10% de la población adulta.

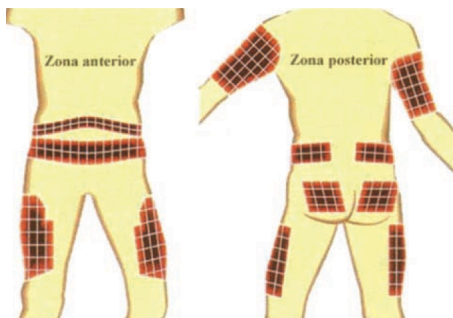
Cualquier persona con diabetes puede necesitar insulina en algún momento a lo largo de su vida para su control habitual o bien de forma transitoria, para superar descompensaciones agudas.



El retraso en la instauración del tratamiento con insulina implica un peor pronóstico de su enfermedad.

¡Nunca debe olvidar!

- **El nombre, las unidades y el horario** de inyección de la insulina que se le ha prescrito.
- **No debe abandonarse nunca el tratamiento** indicado sin consultar antes con el personal sanitario. Si presenta vómitos, fiebre, diarrea o cualquier enfermedad consulte en su Centro de Salud, pues en estos casos suele ser necesario ajustar la dosis de insulina.
- **Ponerse la insulina en lugares diferentes** cada vez que se pinche en las zonas permitidas.



- **Respetar el tiempo** que se ha indicado entre la administración de la insulina y la comida (generalmente 10 minutos antes de comer).
- **No usar nunca la jeringa normal para cargar la de los cartuchos.** Los cartuchos están a concentración más alta y se administraría más del doble de la dosis de insulina que se le ha indicado.



Acerca de las hipoglucemias

Los errores inadvertidos en la dosis de insulina son una causa frecuente de hipoglucemia.

Los síntomas clásicos son: temblor, palpitaciones, nerviosismo, sudoración, hambre, confusión, somnolencia, dificultad para hablar, comportamiento extraño y/o coma.

La ingesta de 15g de hidratos de carbono de absorción rápida (150ml de zumo o refresco de cola, 4 cucharaditas de azúcar) aumenta con celeridad la glucosa plasmática y resuelve los síntomas.



Los viales deben conservarse en la nevera y transportar siempre en termos. Es preferible guardar los bolígrafos (Pen) en la nevera, aunque el que se está usando puede estar a temperatura ambiente (<30°C) un máximo de 30 días. Debe evitar los cambios bruscos de temperatura.

Técnica de inyección

- Colocar la aguja en el dispositivo.
- Eliminar las burbujas de aire.
- Marcar 2 UI, presionar el botón de inyección y comprobar que aparece insulina por la punta de la aguja.
- Cargar la dosis indicada.
- Comprobar que la zona de inyección esté limpia. Si se ha utilizado un antiséptico, esperar a que se seque.
- Pliegue los dedos índice, corazón y pulgar cogiendo dermis y tejido celular subcutáneo, sin tocar músculo.
- Inyectar la insulina manteniendo 10 segundos antes de extraer la aguja.
- Soltar el pliegue y presionar con algodón limpio, sin frotar.