

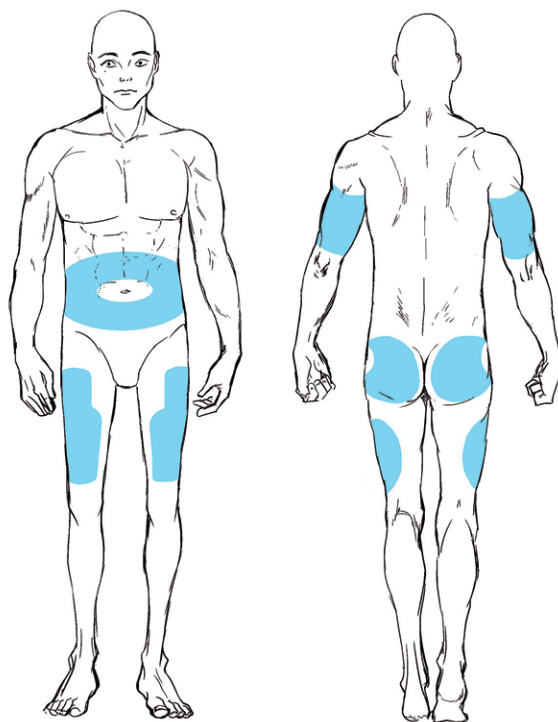
# CÓMO USAR UNA PLUMA DE INSULINA

## Elija el sitio de inyección

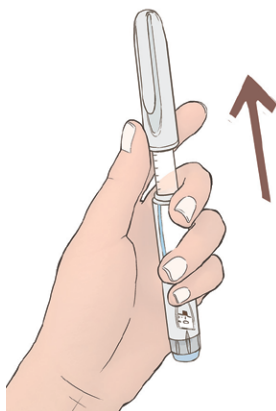
Los sitios de inyección incluyen:

- La parte de atrás del brazo
- El estómago (alrededor del ombligo)
- El frente y los lados de los muslos
- Las nalgas

Mantenga una distancia de 1 pulgada de los sitios de inyección más recientes. Mantenga una distancia de 2 pulgadas del ombligo y de cualquier cicatriz. No inyecte en sitios con moretones, lastimados, sensibles, hinchados o duros al tacto.



## Cómo usar su insulina



1. Limpie la piel con una toallita de alcohol. Deje secar al aire.

2. Quite la tapa de la pluma. Puede ver la insulina en la pluma.



3. Si usa una insulina turbia, haga rodar la pluma entre sus manos para mezclar la insulina.

4. Limpie con alcohol el extremo de la pluma donde se enrosca la aguja.

5. Quite la cubierta de la aguja. Enrosque la aguja en la pluma. La aguja debe estar ajustada, pero no demasiado apretada.

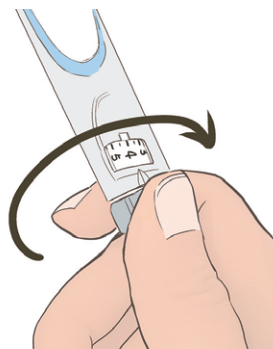




6. Para eliminar el aire de la pluma:

- Quite la tapa de la aguja
  - Gire el dosificador a 2 unidades
  - Sostenga la pluma de manera que la aguja quede en el aire
  - Oprima el extremo de la pluma para eliminar el aire
  - Espere a ver una gota de insulina en la punta de la aguja.
- Puede que tenga que repetir este proceso más de una vez hasta ver la gota de insulina en la aguja.

7. Para ajustar su dosis de insulina, gire el dosificador hacia la derecha hasta que vea el número para su dosis de insulina.



Button



8. Escoja una zona de la piel que tenga grasa subcutánea para inyectar la insulina. Si es un adulto delgado o un niño o si utiliza una aguja larga (de más de 6 mm), PELLIZQUE y sujete la piel antes de usar la pluma.

9. Inserte la aguja de la pluma en la piel con un movimiento recto y rápido. Asegúrese de que la aguja haya entrado completa en la piel antes de inyectar la insulina.

10. Con el pulgar, presione lentamente el extremo de la pluma (llamado botón) hasta que el dosificador regrese a cero (0).

11. Suelte la piel si la pellizcó.

12. Mantenga el pulgar en el botón. Espere 10 segundos antes de retirar la aguja.

13. Todavía presionando con el pulgar, saque la aguja.

14. Quite la aguja de la pluma y póngala en un envase para desechar agujas.

15. Vuelva a colocar la tapa en la pluma de insulina.

Hable con su médico o profesional del cuidado de la diabetes si tiene alguna pregunta sobre cómo usar su pluma de insulina.



\*Esta hoja no es para las personas que usan plumas de insulina con cartuchos desechables.