

Cuidados de la insulina



- **Transporte** la insulina en bolsa térmica o con geles refrigerantes.
- **Mantenga en refrigeración** (lejos del congelador) o a temperatura ambiente entre **15-28°**, evite que le de el sol o calor directo.
- **No la congele.**
- Una vez abierta puede durar **máximo 30 días**. Después de este tiempo disminuye su acción y no se deberá utilizar.

Estrategias para disminuir el dolor y evitar lipohipertorfias



- **Inyecte** la insulina a temperatura ambiente.
- **Revise** que la jeringa no tenga aire.
- **Espere** a que seque perfectamente la zona que desinfecta con alcohol.
- **Introduzca** la aguja en forma rápida en la piel.
- **Mantenga** relajado el sitio donde aplicará la insulina al momento de la inyección.
- **Evite** reutilizar las jeringas y agujas.

Referencia. Klonoff D, Berard L, Franco D. Advance Insulin Injection Technique and Education With FITTER Forward Expert Recommendations. Mayo Clinic Proceedings 2025, 100, 682-699



GOBIERNO DE
MÉXICO

SALUD
SECRETARÍA DE SALUD



INSTITUTO NACIONAL DE
CIENCIAS MÉDICAS
Y NUTRICIÓN
SALVADOR ZUBIRÁN



CAIPaDi