

◆ **VIVER BEM** ◆



## **DIABETES**

### **Aplicação de Insulina**

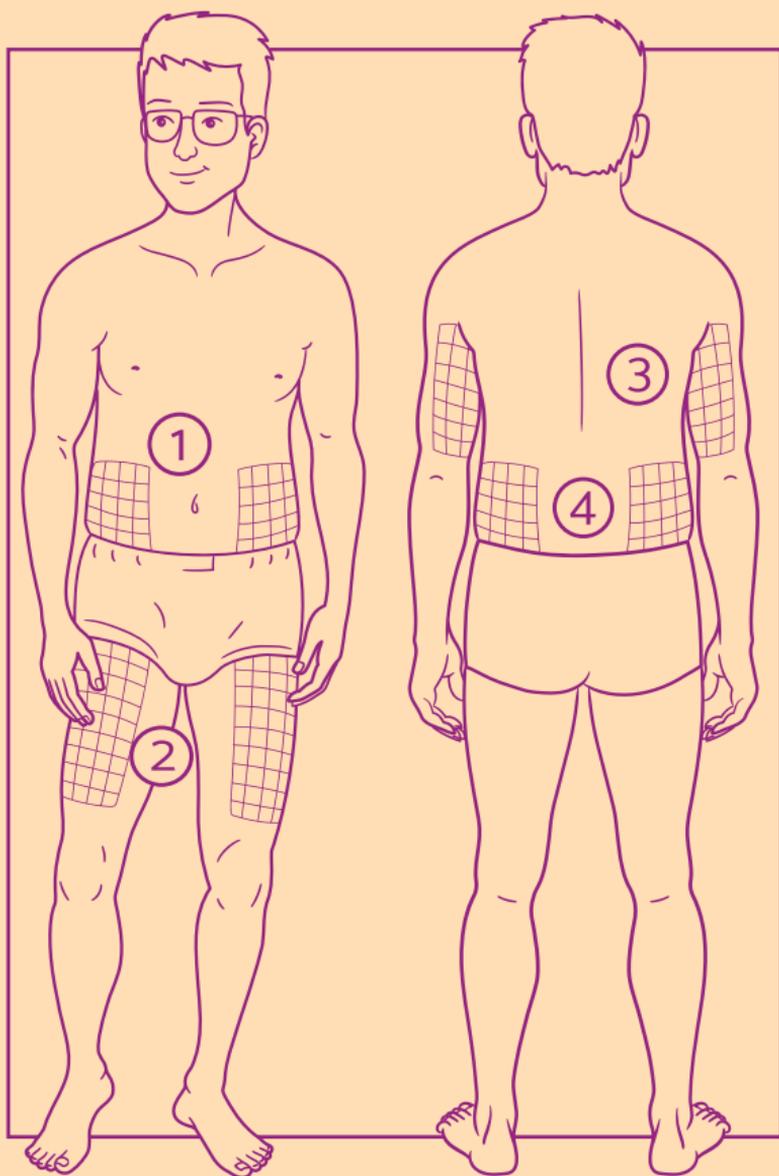
CUIDAR DE VOCÊ. ESSE É O PLANO.

**Unimed** |   
Porto Alegre

## LOCAIS DE APLICAÇÃO PARA CANETAS E SERINGA

Estes são os locais onde você pode aplicar a sua insulina:

1. Abdome (região lateral direita e esquerda)
2. Coxas (região frontal e lateral externa)
3. Braços (região posterior)
4. Glúteos (região superior externa)



## CUIDADOS NA APLICAÇÃO

1. Lave as mãos com água e sabão.
2. Não reutilize agulhas, pois a aplicação pode ficar mais dolorida.
3. É muito relevante fazer o rodízio na aplicação, para evitar a formação de nódulos e inchaços (lipodistrofia) no local da aplicação.

## TAMANHO DA AGULHA

É preciso atentar para o tamanho da agulha, para saber se é necessária a realização de prega cutânea e verificar a posição correta da aplicação.

- A prega cutânea é realizada ao utilizar o polegar e o indicador para formar uma lombada.
- As agulhas de 8 mm e 12/7 mm exigem prega cutânea (evitar a agulha de 12/7 mm, por risco de aplicação em local inadequado).
- As agulhas de 4 mm, 5 mm e 6 mm não exigem prega cutânea.

Prega cutânea



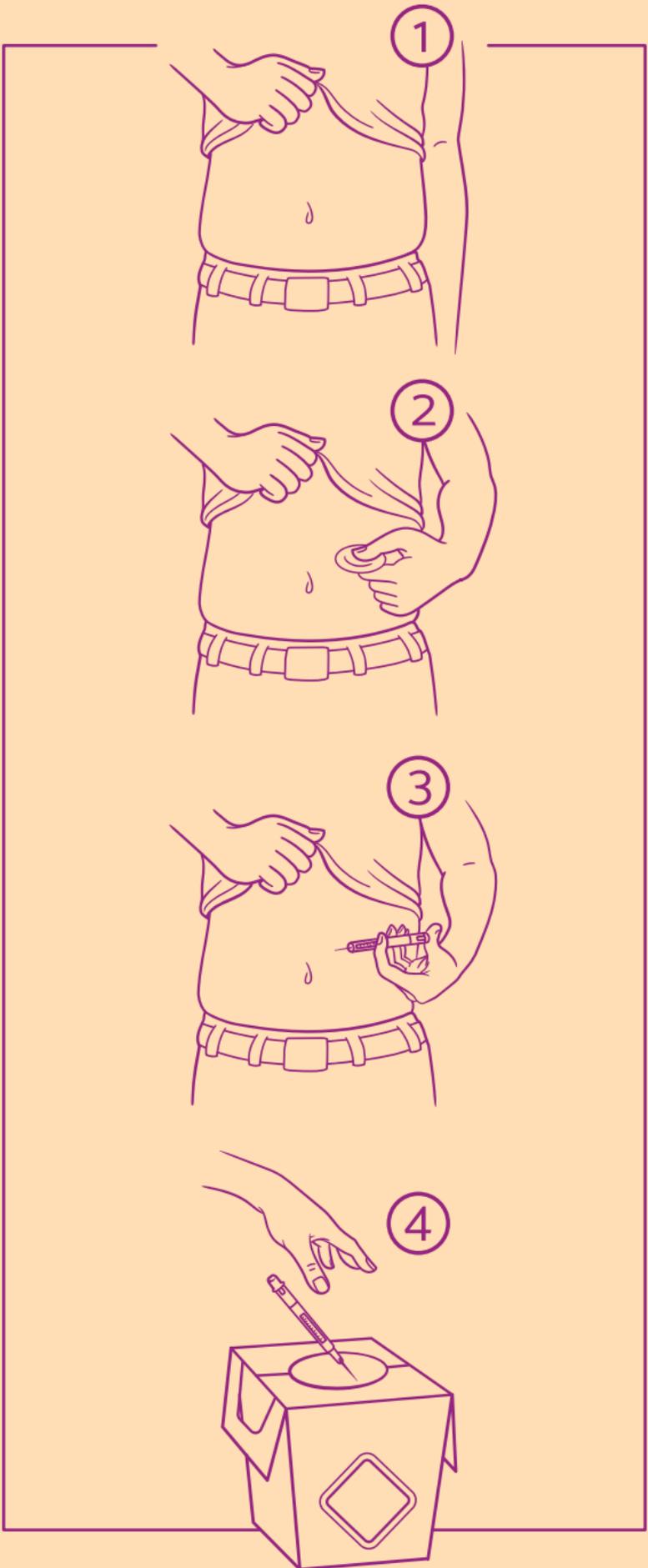
## QUANTO DE INSULINA APLICAR?

O médico descreveu na receita as unidades de insulina basal e rápida para serem aplicadas.

Verifique antes de começar.

## APLICAÇÃO COM SERINGA

1. Retire a insulina da geladeira de 5 a 10 minutos antes da aplicação. Examine o local da aplicação.
2. Limpe o local de aplicação com água e sabão ou álcool 70%.
3. Suavemente, faça uma prega com o polegar e o indicador no local de aplicação. Segure a seringa como se estivesse segurando um lápis e introduza toda a agulha. Solte a prega e injete a insulina empurrando suavemente o êmbolo (parte móvel da seringa) até o final.
4. Descarte a agulha e a seringa em um local seguro, como uma caixa para descarte de material perfurocortante, que pode ser comprada em farmácia.



## APLICAÇÃO COM CANETA

**1.** Em um local limpo, separe a caneta (se for caneta reutilizável, você precisará separar também o refil), a agulha para caneta, o algodão, o álcool 70% e a insulina.

**2.** Remova a tampa da caneta.

Os passos a seguir só devem ser realizados se você estiver usando uma caneta reutilizável com refil.

**3.** Desenrosque a caneta e insira o refil.

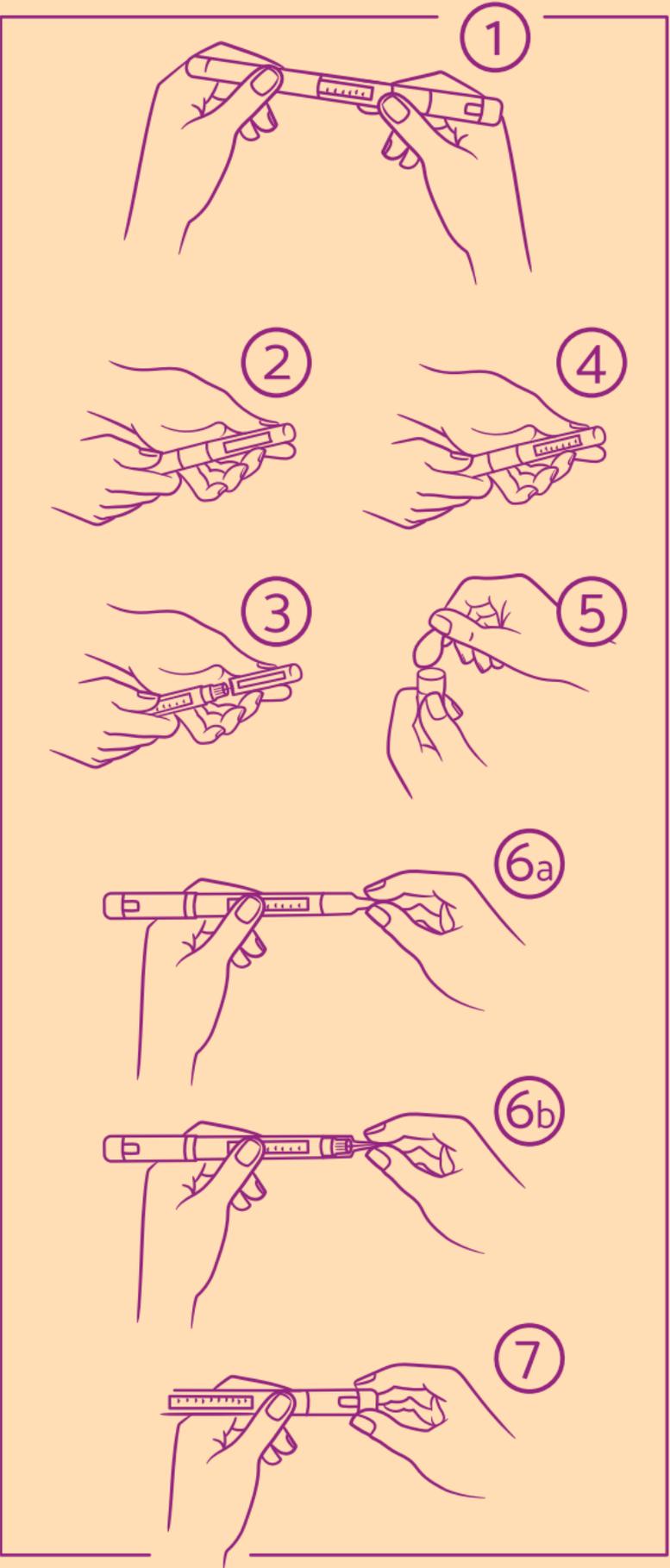
**4.** Enrosque novamente a caneta.

**5.** Retire o lacre da agulha e a enrosque na caneta.

**6.** Retire as duas proteções da agulha (a maior, transparente [**6A**], e a menor, colorida [**6B**]).

**7.** Selecione a quantidade de unidades necessárias e orientadas pelo seu médico.

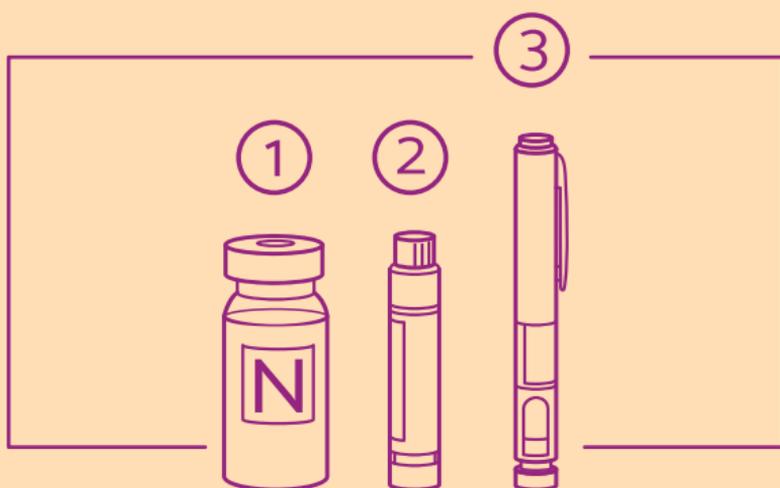
**8.** Suavemente, faça uma prega com o polegar e o indicador no local de aplicação. Segure a caneta como se estivesse segurando um lápis e introduza toda a agulha. Solte a prega e injete a insulina empurrando suavemente o êmbolo (parte móvel da caneta) até o final. Depois conte devagar até cinco e retire a agulha.



## TIPOS DE APRESENTAÇÃO DA INSULINA

Podem ter três tipos de insulina:

1. Frasco;
2. Refil para caneta;
3. Caneta descartável.



### Frasco

A apresentação em frasco exige que seja utilizada uma seringa.

Se for insulina NPH, role suavemente o frasco entre as mãos por no mínimo 10 vezes. Não agite.

Veja detalhes de como fazer a aplicação em “Aplicação com seringa”.

## Refil

A apresentação em refil exige o uso de uma caneta reutilizável. Você troca o refil quando acabar a insulina. Veja detalhes em “Aplicação com caneta”.

## ONDE GUARDAR A INSULINA

1. Manter em geladeira (2 a 8 graus);
2. Na prateleira mais próxima da gaveta de legumes;
3. Não guardar na porta.

## CUIDADOS IMPORTANTES

1. Aplique a insulina todos os dias; siga a dose recomendada;
2. Mantenha a insulina na geladeira;
3. Nunca deixe a insulina congelar;
4. Ao adquirir a insulina, confirme o tipo de insulina e a data de vencimento;
5. Verifique a taxa de glicose regularmente;
6. Observe os sintomas de hipoglicemia;
7. Siga a dieta indicada e os horários das refeições;
8. Faça exercícios físicos;
9. Consulte seu médico regularmente.



**Projeto:**

Unimed Porto Alegre

**Conteúdo:**

programa Viver Bem Unimed Vitória

**Revisão de conteúdo e ilustrações:**

Unimed Porto Alegre

CUIDAR DE VOCÊ. ESSE É O PLANO.



Para mais informações,  
entre em contato pelo telefone  
**(51) 3316.5100** ou pelo  
**cuidarmais@unimedpoa.com.br.**

Dicas e informações, acesse:  
**[www.unimedpoa.com.br/blogviverbem](http://www.unimedpoa.com.br/blogviverbem)**

FOL.CLIE.031/00 - 09/17

**ANS - nº352501**