



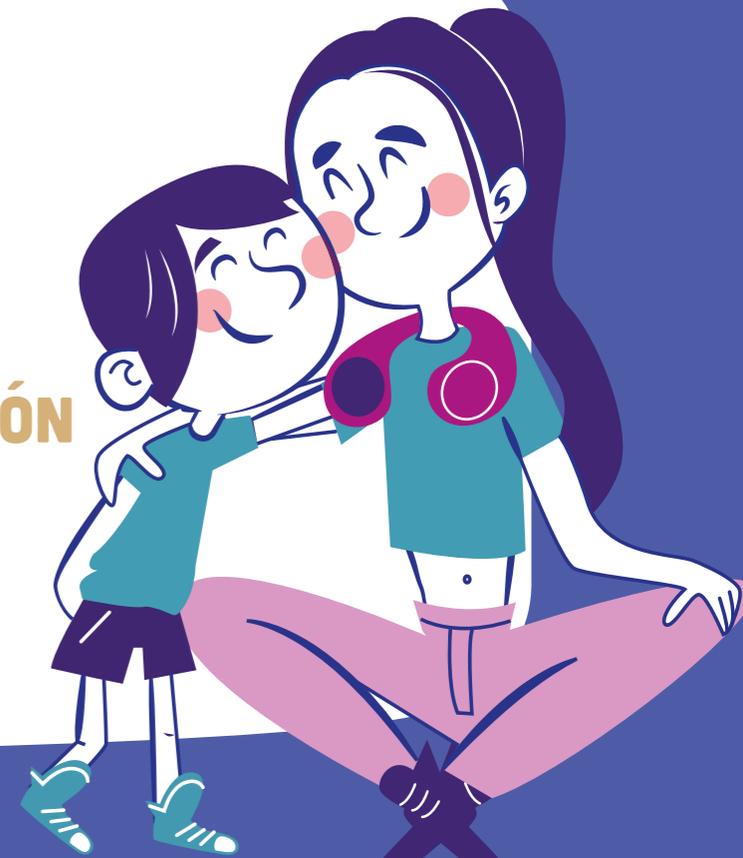
TELÉFONO GRATUITO DE CONSULTA

900 24 77 24



MATERIAL DE ROTACIÓN

PARA LA ADMINISTRACIÓN
DE INSULINA



Para más información sobre la diabetes o sobre el medicamento que te han prescrito, contacta con tu equipo sanitario.

MAT-ES-2000334 (V1.0) Junio 2020

SI TE ADMINISTRAS LA INSULINA MUCHAS VECES SEGUIDAS EN EL MISMO LUGAR, PUEDE QUE SE ENDUREZCA LA ZONA, Y LA INSULINA NO ENTRE DE FORMA ADECUADA. POR ELLO ES MUY IMPORTANTE QUE CAMBIES CADA DÍA LA ZONA DE INYECCIÓN.

Las zonas de tu cuerpo donde puedes pincharte son:

- Parte anterior y exterior del antebrazo (justo por encima del codo).
- Parte anterior y exterior de los muslos.
- Barriga (deja un espacio de 2 cm alrededor de tu ombligo).
- Parte superior de de las nalgas.

En este material encontrarás dos plantillas para colocar sobre las zonas donde puedes pincharte:



para tus brazos, muslos y nalgas.



para tu barriga.

OMBLIGO

Sigue las recomendaciones de tu equipo terapéutico para conocer las zonas exactas dónde pincharte y como anotarlo.

NUNCA TE OLVIDES DE...

- Lavarte bien las manos antes de preparar la inyección.
- Revisar que la zona donde te vas a pinchar esté también limpia.
- Preparar la dosis de insulina tal y como te ha indicado tu educador.
- Colocar la plantilla sobre el área donde te toca pincharte.



CALENDARIO ZONAS DE INYECCIÓN

| | BRAZO | | BARRIGA | | MUSLO | |
|--------|---------|-----------|---------|-----------|---------|-----------|
| | DERECHA | IZQUIERDA | DERECHA | IZQUIERDA | DERECHA | IZQUIERDA |
| DÍA 1 | | | | | | |
| DÍA 2 | | | | | | |
| DÍA 3 | | | | | | |
| DÍA 4 | | | | | | |
| DÍA 5 | | | | | | |
| DÍA 6 | | | | | | |
| DÍA 7 | | | | | | |
| DÍA 8 | | | | | | |
| DÍA 9 | | | | | | |
| DÍA 10 | | | | | | |
| DÍA 11 | | | | | | |
| DÍA 12 | | | | | | |
| DÍA 13 | | | | | | |
| DÍA 14 | | | | | | |
| DÍA 15 | | | | | | |
| DÍA 16 | | | | | | |

| | BRAZO | | BARRIGA | | MUSLO | |
|--------|---------|-----------|---------|-----------|---------|-----------|
| | DERECHA | IZQUIERDA | DERECHA | IZQUIERDA | DERECHA | IZQUIERDA |
| DÍA 17 | | | | | | |
| DÍA 18 | | | | | | |
| DÍA 19 | | | | | | |
| DÍA 20 | | | | | | |
| DÍA 21 | | | | | | |
| DÍA 22 | | | | | | |
| DÍA 23 | | | | | | |
| DÍA 24 | | | | | | |
| DÍA 25 | | | | | | |
| DÍA 26 | | | | | | |
| DÍA 27 | | | | | | |
| DÍA 28 | | | | | | |
| DÍA 29 | | | | | | |
| DÍA 30 | | | | | | |
| DÍA 31 | | | | | | |

