

Informação ao Utente

Locais de injeção de insulina

A insulina é administrada por injeção subcutânea, isto é, no tecido adiposo (gordura) que se situa por baixo da pele, proporcionando uma absorção mais lenta da insulina injetada.

QUAIS OS TIPOS DE INSULINA?

- Ultra rápida (Humalog®, NovoRapid®, Apidra®)
- Lenta (Insulatard®; Humulin NPH®)
- Ultra lenta (Lantus®;Levemir®)

QUE FATORES INFLUENCIAM O EFEITO DA INSULINA?

- A temperatura – a absorção aumenta com o calor e diminui com o frio.
- O local da injeção – a região do abdómen é o local de absorção mais rápida.
- O exercício físico – aumenta a absorção da insulina.
- A espessura da camada de gordura subcutânea – quanto mais espessa mais lenta é a absorção.
- As lipo-hipertrofias “papos” – a absorção é mais lenta e irregular.

QUAIS OS LOCAIS DE INJEÇÃO?

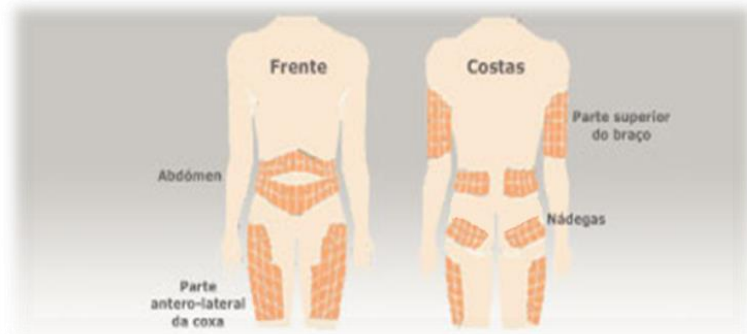


Figura 1 – Mapa dos locais de injeção de insulina

No mapa da Figura 1 estão assinalados os locais que oferecem maior garantia de que a injeção é dada no tecido subcutâneo.

- A rotação dos locais é fundamental para evitar lipo-hipertrofias.
- A insulina que está a ser utilizada pode estar à temperatura ambiente (25^o-30^oC) durante 30 dias.
- A insulina de reserva deve ser guardada no frigorífico (4^o- 8^oC).

Informação ao Utente

Locais de injeção de insulina

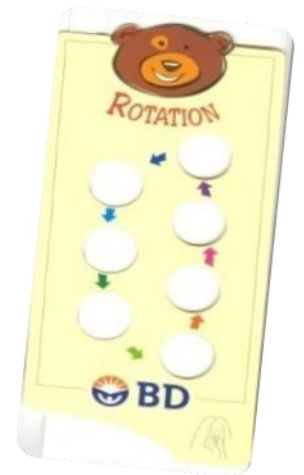
COMO SELECIONAR OS LOCAIS DE INJEÇÃO ATENDENDO AO "TEMPO DE ABSORÇÃO DA INSULINA"?

- Para injeções de insulina ultra rápida: abdómen.
- Para injeções de insulina lenta: Nádegas, coxas, braços.
- Para injeções de insulina ultra-lenta: nádegas e coxas.
- Deve ser levada em linha de conta a atividade física programada para esse dia.
- Evitar fazer injeção no local que vai ser submetido a exercício físico.



COMO DEVE SER FEITA A ROTAÇÃO NOS LOCAIS DE INJEÇÃO?

- Dentro de um mesmo local, a injeção faz-se distanciada um (ou dois) dedos da injeção dada antes.
- A rotação dentro dos locais recomendados pode ser feita de várias maneiras:
 - Seguindo uma rotação pré estabelecida (ex: seguindo o sentido dos ponteiros do relógio);
 - Utilizando um guia com um esquema de rotação: grelha de rotação amovível.
- Deve mudar-se o local depois de percorrida toda a área dentro do mesmo local.



O QUE SÃO LIPO-HIPERTROFIAS?

- São nódulos (papos) causados pelo efeito que a insulina tem de estimular o crescimento do tecido adiposo.
- Aparecem quando as injeções de insulina são administradas repetidamente no mesmo sítio.

A utilização da mesma agulha em várias injeções favorece a formação de lipo-hipertrofias.

Rodar o sítio da injeção, dentro de cada local, evita a formação de lipo-hipertrofias.