

# INFORMAÇÕES GERAIS

Em caso de dúvidas, alterações no estado de saúde do paciente, você pode entrar em contato com o Ambulatório da ALA I do HUSM através do telefone 3220 8538.

## Telefones úteis:

Bombeiros: 193

Brigada Militar: 190

Pronto Socorro do HUSM: (55) 3220 8539

Pronto Atendimento Municipal: (55) 3223 9977

**Elaboração e Organização:** Enf<sup>as</sup> Janete Denardin e Vânia Durgante; M.D.

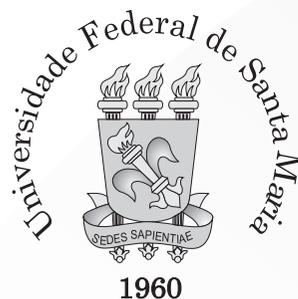
Silvia Londero

**Adaptação:** Nepe - HUSM

**Diagramação:** Juliana Mostardeiro

**Impressão:** Gráfica UFSM

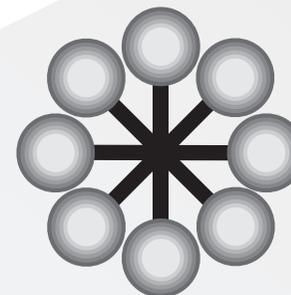
**Ano 2009**



Hospital Universitário de Santa Maria

Universidade Federal de Santa Maria  
Hospital Universitário de Santa Maria  
NEPE - Educação em Saúde  
Ambulatório ALA I

# ORIENTAÇÕES PARA AUTO APLICAÇÃO DE INSULINA



# NEPE

Núcleo de Educação Permanente em Enfermagem

# HUSM

PACIENTE: \_\_\_\_\_

REGISTRO HUSM: \_\_\_\_\_



## 4. CUIDADOS IMPORTANTES

- Aplique sua insulina todos os dias, siga a dose recomendada
- Mantenha a insulina na geladeira
- Nunca deixe a insulina congelar
- Ao adquirir a insulina, confirme o tipo de insulina, a data de vencimento
- Verifique sua taxa de glicose no sangue (glicemia) regularmente
- Observe os sintomas de hipoglicemia
- Siga a dieta indicada e os horários das refeições
- Faça exercícios físicos

### **Quando você for fazer exame de glicose pós prandial no laboratório do HUSM e tiver prescrição médica de insulina, siga as orientações:**

- Faça jejum de 8 (oito) horas,
- Não aplique a insulina NPH e ou Regular e / ou hipoglicemiante oral, em casa pela manhã,
- Compareça no laboratório para coleta de jejum
- Após a coleta de jejum aplique a sua insulina conforme receita médica,
- Espere 30 minutos,
- Faça seu lanche habitual,
- Comunique ao laboratório o horário final do lanche
- Pode caminhar normalmente.
- Após duas horas compareça no laboratório para segunda coleta.

## 2. PREPARO DE UMA INSULINA



- 1 ➤ Separe todo o material : insulina, seringa, agulha, algodão e álcool.



- 2 ➤ Lave as mãos



- 3 ➤ Role suavemente o frasco entre as mãos, 20 vezes. Não agite.



- 4 ➤ Retire a tampa. Limpe a parte superior com algodão e álcool.



- 5 ➤ Aspire o ar para dentro da seringa na quantidade prescrita da insulina.



6 — Injete o ar que estava na seringa para dentro do frasco.



7 — Vire o frasco de cabeça para baixo.



8 — Aspire lentamente a insulina para dentro da seringa na dose prescrita.



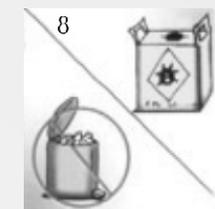
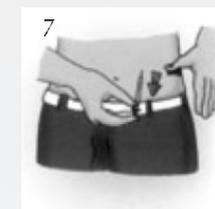
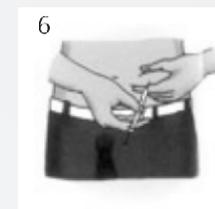
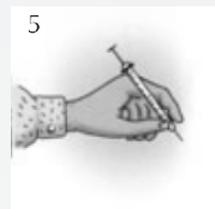
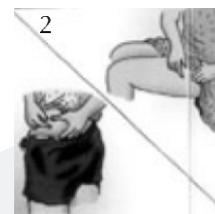
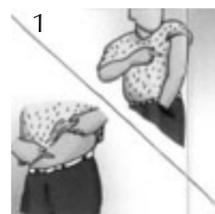
9 — Verifique se há bolhas de ar. Se houver, injete a insulina de volta para o frasco e aspire novamente a dose.



10 — Verifique novamente se a dose está correta.

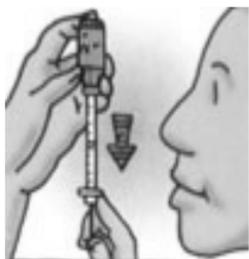
## Como aplicar insulina

- 1 — Escolha a parte do corpo para a aplicação conforme o desenho
- 2 — Limpe a pele com água e sabão ou algodão e álcool
- 3 — Segure com as pontas dos dedos uma área da pele e faça uma prega cutânea
- 4 — Pegue a seringa e segure-a como se fosse um lápis
- 5 — Introduza a agulha na pele num ângulo de 90 graus
- 6 — Solte a prega cutânea e injete toda a insulina da seringa.
- 7 — Retire a agulha
- 8 — Pressione o local de aplicação por alguns segundos



### **IMPORTANTE**

- Escolha um novo local para cada aplicação de insulina (fazer rodízio nos locais de aplicação).
- Descarte a seringa e agulha em caixa rígida ou garrafa pet no posto de saúde mais próximo.



14 -Vire o frasco e aspire novamente a dose prescrita para essa insulina de ação mais prolongada.



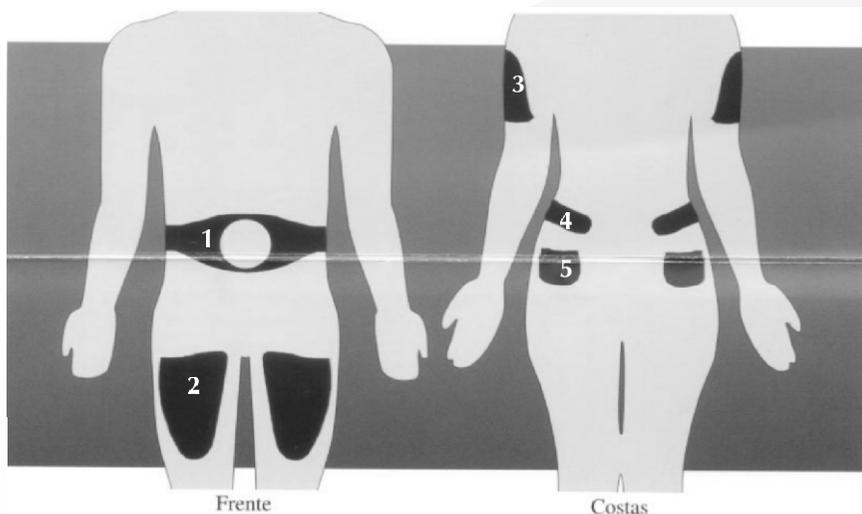
11 -> Retire a agulha do frasco e cubra-a com o protetor.

Nesta seringa deverá ter um total de unidades de insulina igual a soma das duas doses prescritas, de ação mais curta e prolongada. Exemplo: 5 unidades de insulina simples (curta ação) +15 unidades de insulina NPH (ação intermediária). É igual a uma dose total de 20 unidades. Verifique a dose novamente. Se aspirou muito, jogue fora toda a insulina que está na seringa e comece novamente.

### Onde aplicar a insulina

Escolha o local para aplicação:

- 1 -> abdome (barriga)
- 2 -> coxa (frente e lateral externa)
- 3 -> braço ( parte posterior)
- 4 -> próximo à cintura
- 5 -> glúteo (parte superior e lateral das nádegas)



## 3. PREPARO DE MISTURA DE DUAS INSULINAS

O médico pode prescrever uma combinação de insulinas de ação curta e longa. Neste caso, siga os passos:



1 -> Separe todo o material; insulinas, seringa, agulha, algodão e álcool



2 -> Lave as mãos



3 -> Role suavemente os frascos entre as mãos, 20 vezes. Não agite.



4 — Retire as tampas. Limpe a parte superior com algodão e álcool.



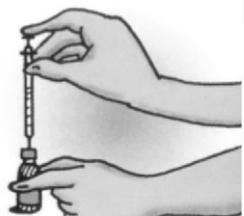
5 — Aspire o ar para dentro da seringa na dose prescrita da insulina de ação mais prolongada.



6 — Introduza a agulha através da tampa de borracha do frasco de insulina de ação mais prolongada e injete o ar que está na seringa para dentro do frasco.



7 — Retire a agulha do frasco



8 — Aspire o ar para dentro da seringa na dose prescrita da insulina de ação mais curta.



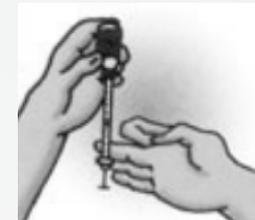
9 — Introduza a agulha através da tampa no frasco de ação mais curta e injete o ar que estava na seringa.



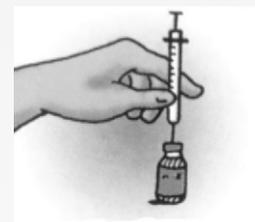
10 — Vire o frasco de cabeça para baixo e aspire a dose prescrita para essa insulina de ação mais curta.



11 — Acerte a dose prescrita.



12 — Remova as bolhas de ar, se houver e verifique a dose novamente.



13 — Retire a agulha do frasco e introduza a agulha através da tampa no frasco de insulina de ação mais longa