

## ACERCA DE LA INSULINA

La insulina es una hormona producida por el páncreas, un órgano que se encuentra detrás del estómago. La insulina es necesaria para mover la glucosa, el azúcar en la sangre, de la sangre a las células del cuerpo. Las células usan el azúcar en la sangre como combustible para hacer su trabajo. La insulina también ayuda al cuerpo a almacenar grasa para el uso de la energía en el futuro.

La cantidad de insulina que necesita cada día depende de sus niveles de azúcar en la sangre. Su nivel de azúcar en la sangre cambia durante el día y, por ello, la cantidad de inyecciones de insulina que necesite puede variar.

Cuando empiece a usar la insulina, debe comprobar y anotar sus niveles de azúcar en la sangre dos o más veces al día.

Su proveedor de atención médica usará estos resultados para decidir el tipo y la cantidad de insulina que usted necesita.

### Existen varios tipos de insulina y se clasifican por:

- Cuánto tiempo tarda la insulina en comenzar a bajar su nivel de azúcar en la sangre, llamado “inicio”
- Cuándo es más fuerte su efecto, llamado “pico”
- Cuánto tiempo dura su efecto, llamado “duración”

### La siguiente tabla le informa sobre los diferentes tipos de insulina.

TIPO DE INSULINA	EMPIEZA A ACTUAR EN	ALCANZA SU PICO EN	DURA	EJEMPLO
<b>Insulina de acción rápida</b>	15 minutos después de inyectarse	1 a 2 horas después de inyectarse	2 a 4 horas	<i>Insulina aspart (Fiasp, NovoLog)</i> <i>Insulina glulisine (Apidra)</i> <i>Insulina lispro (Admelog, Humalog)</i>
<b>Insulina de acción normal o corta</b>	30 minutos después de inyectarse	2 a 3 horas después de inyectarse	3 a 6 horas	<i>Human Regular (Humulin R, Novolin R, Velosulin R)</i>
<b>Insulina de acción intermedia</b>	2 a 4 horas después de inyectarse	4 a 12 horas después de inyectarse	12 a 18 horas	<i>NPH (Humulin N, Novolin N, ReliOn)</i>
<b>Insulina de acción prolongada</b>	Varias horas después de inyectarse	Baja los niveles de glucosa por hasta 24 horas	Hasta 24 horas	<i>Degludec (Tresiba)</i> <i>Detemir (Levemir)</i> <i>Glargine (Basaqar, Lantus)</i>
<b>Insulina de acción súper prolongada</b>	6 horas después de inyectarse	No tiene un pico	36 horas o más	<i>Glargine u-300 (Toujeo)</i>

<https://www.diabetes.org/diabetes/medication-management/insulin-other-injectables/insulin-basics>

Place label here.

Place label here.

## ACERCA DE LA INSULINA

- Es posible que solo necesite un tipo de insulina para controlar su nivel de azúcar en la sangre.
- Si su azúcar en la sangre es difícil de controlar, tal vez deba tomar dos tipos de insulina.
- Cuando necesite dos tipos de insulina, debería hacer su propia mezcla o tal vez pueda usar una insulina mezclada previamente.
- No todos los tipos de insulina vienen en frascos mezclados previamente.

### Mezcla de la insulina

- Extraiga la insulina transparente de acción corta en la jeringa antes de la insulina turbia de acción prolongada.
- Gire el frasco de insulina turbia de acción prolongada suavemente entre las palmas de las manos para mezclar el contenido antes de extraer la insulina a la jeringa.
- Verifique la etiqueta para asegurarse de que tiene la insulina correcta antes de extraer su dosis.
- Evite que la insulina de acción prolongada se mezcle en el frasco de la insulina de acción corta.



### Almacenamiento de la insulina

- El frasco de insulina que esté en uso debe mantenerse a temperatura ambiente.
- Toda la insulina que no se vaya a usar dentro de 30 días debe almacenarse en la nevera.
- Si un frasco mantenido a temperatura ambiente no se usa dentro de los 30 días, deséchelo.
- No guarde la insulina en el congelador ni en lugares calurosos, como la guantera de un automóvil o la repisa de una ventana.
- Si su insulina normalmente es transparente pero se ha opacado, presenta grumos o se ha cristalizado, deséchela y abra un nuevo frasco.
- Siempre tenga un frasco adicional de insulina a mano.

**No** comparta su insulina con otros.

Si tiene ALGUNA pregunta sobre la insulina, pregúntele a su proveedor de atención médica.