

## CUIDADOS COM A AGULHA

- A agulha para administração da insulina deve **ter o tamanho adequado** ao local de administração (mais comprida se existir mais tecido adiposo)
- Deve **mudar a agulha** no mínimo de 2 em 2 dias ou se estiver torta ou romba
- Após o uso da caneta de insulina deve **colocar a cápsula de proteção da caneta** sem tocar na agulha

## CUIDADOS NA CONSERVAÇÃO DA INSULINA

- Deve guardar a **caneta de insulina em uso** em um local limpo, seco, à temperatura ambiente, protegido da luz solar e de outras fontes de calor (lareira, porta-luvas do carro, etc)
- Deve deitar fora a caneta de insulina em uso se não a gastar **após 1 mês da abertura**
- As **restantes canetas ou recargas de insulina** devem ser armazenadas no **frigorífico entre 2 a 8 graus** (porta ou prateleira dos legumes)
- A insulina **não deve ser congelada**

**No caso de dúvidas,  
contacte o seu médico ou  
enfermeiro de família!**

### Bibliografia

- Insulinoterapia - Nascer e Crescer, vol.20 nº.3, , p.182-184, Porto, 2011
- Norma da Direção Geral da Saúde - insulinoterapia na diabetes mellitus tipo 2, 29/9/2011, atualizada em 27/01/2014
- [Apdp.pt/diabetes/materialeducacional](http://Apdp.pt/diabetes/materialeducacional)

### Fonte de imagens

- Guia Prático de Saúde, SemFYC, Associação Portuguesa de Medicina Geral e Familiar, tradução e adaptação julho de 2013.



**Autores:** Dr.<sup>a</sup> Fátima Costa, Enf.<sup>a</sup> Rosa Silva, SC M. Ribeiro

**Data de atualização:** 01/2023 | **Data de revisão:** 01/2024

**Aprovação em Conselho Geral:** 04/01/2023



# CUIDADOS NA ADMINISTRAÇÃO DA INSULINA



**USF Vale de Cambra**

Rua do Hospital 3730-250 Vale de Cambra  
Telefone: 256 423 666

Email: [usf.valecambra@arsnorte.min-saude.pt](mailto:usf.valecambra@arsnorte.min-saude.pt)

## O QUE É A INSULINA?

A insulina é uma hormona produzida pelas células do pâncreas e tem como função baixar o nível de açúcar no sangue na:

- **Diabetes tipo 1**, causada pela destruição das células produtoras de insulina
- **Diabetes tipo 2**, causada pela resistência do organismo à insulina, embora as células do pâncreas a produzam.

## QUANDO SE INICIA A INSULINA?

O início da terapêutica com insulina é proposta pelo seu médico em várias situações:

- Diabetes tipo 1
- Diabetes não controlada na gravidez
- Mau controlo da diabetes com os antidiabéticos orais
- Problemas de saúde que contraindiquem os antidiabéticos orais

## QUE TIPOS DE INSULINA EXISTEM?

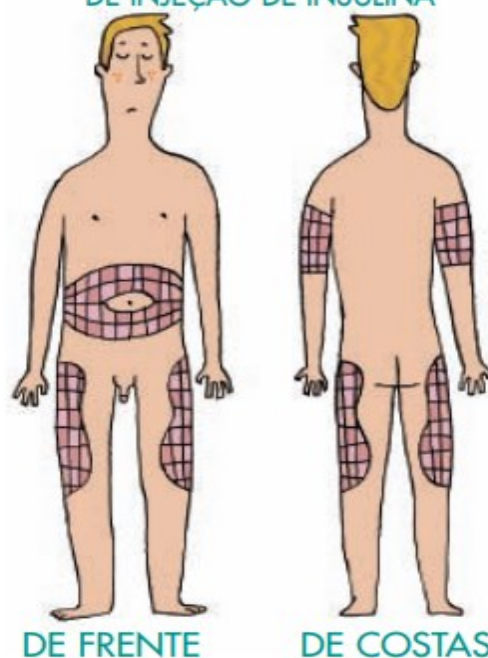
- **Insulina humana** (de ação curta, intermédia e pré-mistura);
- **Análogos de insulina** (insulina modificada que atua com mais rapidez e é mais estável, também de ação rápida, prolongada e pré-mistura).

A escolha do tipo insulina depende das necessidades pontuais de cada pessoa.

## LOCAIS DE ADMINISTRAÇÃO

- Os locais de administração da insulina são o **abdómen, coxas, braços e nádegas**
- A injeções de **insulina rápida**, efetuadas durante o dia, devem ser administradas no **abdómen** pois a sua absorção é mais rápida

### SELEÇÃO E ROTAÇÃO DAS ZONAS DE INJEÇÃO DE INSULINA



- Deve seguir um **esquema de rotação** (ponteiros do relógio) de forma a não picar no mesmo sítio, deixando 2-3 cm entre cada picada
- **Rodar os locais** de administração evita a formação de “papos” (lipohipertrofia), que interferem na absorção local da insulina

## TÉCNICA DE ADMINISTRAÇÃO

A injeção de insulina é cada vez mais fácil e indolor.

Para a administrar, deve:

1. **Lavar e secar** bem as mãos
2. Injetar a **insulina** estando esta a **temperatura ambiente**
3. **Agitar** a caneta de insulina para homogeneizar os cristais em suspensão
4. **Colocar a agulha na caneta e desperdiçar 2 unidades** de insulina para verificar a permeabilidade desta
5. Marcar a **dose de insulina prescrita** no doseador
6. **Efetuar uma prega na pele** com os dedos (polegar e indicador) para a insulina ser injetada na gordura
7. **Não desinfetar a pele com álcool**, o banho diário é suficiente
8. **Inserir a agulha perpendicular à pele** (ângulo de 90°) e **pressionar o botão** da caneta até chegar a zero
9. **Contar até 20 antes de retirar a agulha da pele**, para dar tempo à caneta de descarregar
10. **Não massajar após administração** pois faz com que a insulina seja absorvida mais rapidamente
11. **Retirar a agulha** e tapar a caneta.

**Não se esqueça de comer depois de administrar a insulina, pois pode ter uma baixa de açúcar**