

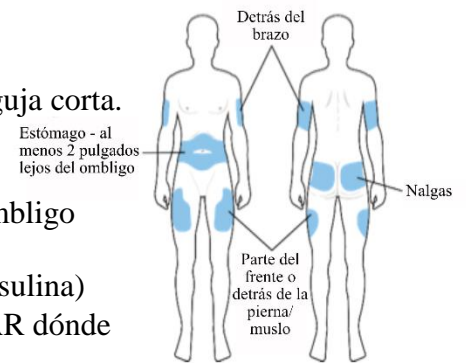
## GUÍA PARA LA INSULINA

### ¿Qué necesito saber sobre la insulina?

- La insulina baja los niveles del azúcar en la sangre cuando mueve el azúcar (glucosa) de la sangre hacia dentro de las células del cuerpo. Cuando ya está dentro de las células, el azúcar provee energía. La insulina baja el azúcar en la sangre si usted come o no. *Por esta razón, debe comer a tiempo si se inyecta insulina.*
- La insulina ayuda a mantener el azúcar en la sangre en el rango meta, lo que ayuda a prevenir complicaciones de la diabetes. Por esto debe monitorear su azúcar en la sangre si se inyecta insulina. Vea **“Como Entender los Resultados de los Niveles de Azúcar en la Sangre”** para más información.
- Vea **“Referencia Rápida sobre la Insulina”** para los tipos de insulina y cómo funcionan.
- Vea **“Mis Instrucciones de la Insulina”** para el/los nombre(s) de su insulina, dosis, y cuando la debe tomarla.

### ¿Cómo debo inyectarme la insulina?

- La insulina se inyecta usando una jeringa o una pluma con aguja corta.
- Se inyecta justo abajo de la piel en las áreas coloreadas en la imagen:
  - Área del estómago – al menos 2 pulgadas lejos del ombligo
  - Muslo o nalgas
  - Detrás del brazo (si otra persona está inyectando la insulina)
- Es importante quedarse en la misma área general pero ROTAR dónde usted inyecta la insulina en esa área.
- No inyecte adentro de una cicatriz.
- Vea **“Cómo Inyectar Insulina con una Jeringa”** o **“Cómo Inyectar Insulina con una Pluma”** para más información.



### ¿Por qué debo medirme el azúcar en la sangre (glucosa)?

- Medirse el azúcar en la sangre y mantener un registro le dice si el azúcar en la sangre está en su rango meta. Pregúntele a su equipo de atención médica que tan frecuentemente debe medirse el azúcar en la sangre.
- Si usted siente que tiene baja azúcar en la sangre (hipoglucemia), mídase el azúcar en la sangre y trátela con 15 gramos de carbohidratos que actúan rápidamente.
- Vea **“Azúcar Baja en la Sangre (Hipoglucemia)”** para más información.

### ¿Qué debo esperar?

- Si está apenas empezando su tratamiento de insulina, su azúcar en la sangre debe ser más baja y usted debe empezar a sentirse mejor (no siempre cansado, no siempre hambriento o con sed, la visión menos borrosa).
- Sus dosis de insulina pueden ser cambiadas basado en sus niveles de azúcar en la sangre y otros factores.
- Lleve una lista actualizada de los medicamentos que usted toma.