

## DOCUMENTOS PARA O PACIENTE

### INJEÇÃO DE INSULINA

#### MATERIAL NECESSÁRIO

- Caneta de insulina (pré-cheia ou recarregável) + agulhas adaptadas
- Coletor de resíduos ou outro recipiente com fecho (deve ser devolvido à sua farmácia depois de cheio). Nunca deite a sua agulha no lixo!

#### AO ABRIR UMA NOVA CANETA

Realize uma purga antes da 1ª injeção: aplique 2 UI do produto na ponta da agulha (válido também para canetas recarregáveis).



Isso vai permitir de:

- Eliminar as bolhas de ar
- Verificar que o sistema funciona corretamente

Se nenhuma gota de insulina aparecer após 6 tentativas, isso significaria que a caneta tem algum defeito e que a mesma não deve ser utilizada. Em todos os casos, consulte as instruções de utilização da sua caneta.

#### ANTES DA INJEÇÃO

1. Verifique o aspeto da insulina (clara ou leitosa, dependendo do tipo de insulina)
2. Verifique a quantidade restante na caneta
3. Verifique a data de validade
4. Verifique se a caneta está à temperatura ambiente há pelo menos 1 hora.

u

#### TÉCNICA DE INJEÇÃO DE INSULINA COM A CANETA

**1) Lave as suas mãos com água morna e sabão**

**2) Ressuspenda as insulinas leitosas (NPH, misturas)**



*Role a caneta entre as palmas das suas mãos (pelo menos 10 vezes).*



*E/ou abane a caneta lentamente (pelo menos 10 vezes).*



*Verifique visualmente que a insulina esteja homogênea.*

## DOCUMENTOS PARA O PACIENTE

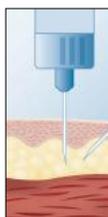
### INJEÇÃO DE INSULINA

#### 3) Prenda a sua agulha à caneta



- Aproxime a agulha do eixo da caneta.
- Uma agulha torta pode causar fugas e/ou torcer a agulha interna (lado do cartucho).
- Furar a borracha do cartucho com a agulha interna (lado do cartucho)
- Enroscar completamente a agulha à caneta.

#### 4) Pique verticalmente, no tecido subcutâneo, com ou sem pega (dependendo do comprimento da agulha, do local da injeção e da dose a injectar)

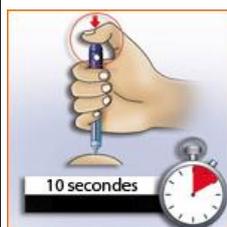


se agulha inferior a 6 mm:  
sem pega



se agulha maior ou igual a 6 mm:  
com pega

#### 5) Respeite o tempo de injeção



De maneira a assegurar a entrega completa da dose com um injetor de caneta, é importante segurar a agulha debaixo da pele pelo menos durante **10 segundos**. Isto permite que as últimas gotas de insulina sejam completamente injectadas.

#### 6) Elimine o seu material utilizado



Após a injeção, retire a agulha e coloque-a num recipiente de resíduos ou outro recipiente re-selável e devolva-a à sua farmácia.

#### 7) Documente a injeção

Registe o número de unidades injectadas no seu diário de bordo de auto-monitorização.



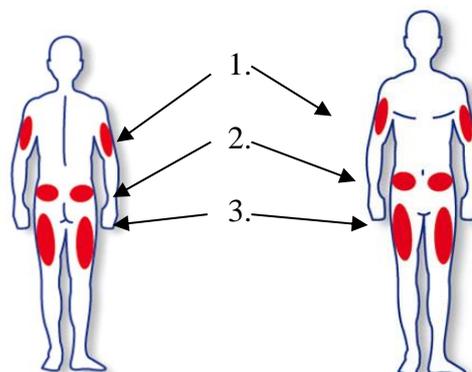
## DOCUMENTOS PARA O PACIENTE

### INJEÇÃO DE INSULINA

#### O local da injeção

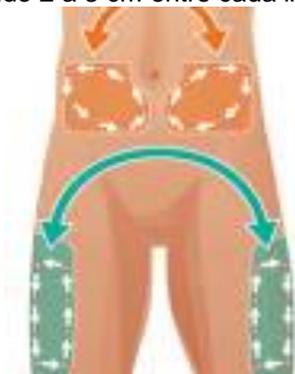
1. os braços
2. a barriga
3. as coxas ou as nádegas

Determine o seu local de injeção com o seu médico/responsável pelo tratamento especializado.



#### Mudar de local a cada injeção

- Lados direito/esquerdo
- Rotação no mesmo local deixando 2 a 3 cm entre cada injeção



**Mesma hora → Mesma área**

**A mesma área → A mesma técnica**

**R. otação dentro da mesma área!**

#### Armazenamento das suas canetas de insulina

- A caneta em uso pode ser mantida à temperatura ambiente (sem agulha), durante 4 a 8 semanas, dependendo do fabricante.
- A reserva da caneta deve ser guardada no frigorífico, de preferência no caixote de legumes para evitar qualquer perigo de congelamento.

#### Referências :

- Guide pratique de diabétologie à l'usage du personnel infirmier, N. Marcoz, PIC, EHC, v1. 09.2013
- Le diabète expliqué, Document d'éducation thérapeutique, Réseau Nord Broye, juin 2010
- [http://www.sfdiabete.org/sites/sfd\\_prod/files/files/ressources/reco\\_sfd\\_surveillance\\_glycemique\\_mars2017.pdf](http://www.sfdiabete.org/sites/sfd_prod/files/files/ressources/reco_sfd_surveillance_glycemique_mars2017.pdf)

#### **Grupo que desenvolveu ou actualizou o documento**

##### **Grupo que elaborou o documento (Maio de 2015)**

Heike Labud e Noémie Marcoz; validado pelos Drs. Charly Buillard e Juan Ruiz.

##### **Grupo de revisão (Novembro 2017)**

Heike Labud, Nicole Jenni, Olivier Le Dizes, Noémie Marcoz; validado pelo Dr. Charly Buillard e pela Dra. Isabelle Hagon-Traub

Data do registo: Maio de 2015 / revisto Novembro de 2017

Tradução feita por Bruna Cunha Barbosa no contexto do projeto « Interprète » da associação M.E.T.I.S.