

# Usando una pluma de insulina

Las plumas de insulina son una alternativa conveniente para administrar insulina al uso de un vial y una jeringa. Las plumas están precargadas y desechables cuando están vacías. Siga estos pasos para preparar su pluma de insulina para su uso.

## Prepare la pluma de insulina

1. Enrolle la pluma (solo es necesario si está premezclada o NPH)
2. Póngase la aguja de la pluma. Retire las tapas exterior e interior.
3. Marque el bolígrafo a 2 unidades. Realice una “inyección de aire” de 2 unidades o cebe la pluma (es posible que deba hacerlo más de una vez si no ve salir la insulina).
4. Marque la pluma con la dosis que necesita.

## Inyecte la insulina

1. Elija un sitio de inyección donde tenga tejido graso, como el abdomen, la parte superior del muslo, la parte posterior del brazo, el lado de las caderas o el área de las nalgas. [Rota el sitio](#) cada vez que inyectas.
2. Apriete el área grasa y empuje la aguja directamente dentro de la piel, hasta un ángulo de 90 grados.
3. Mantenga presionado el botón con el pulgar. Mantenga presionado el botón durante 5 segundos después de que haya ingresado toda la cantidad. Suelte la pizca.
4. Retire con cuidado la aguja de la pluma y colóquela en el contenedor de objetos punzantes. Vuelva a colocar la tapa exterior.

---

## Recomendada

[Extraer insulina de un vial](#)

[Sitios de inyección rotativos](#)

[Bolígrafos de insulina inteligentes](#)

[Qué es una bomba?](#)

[Beneficios de las bombas](#)

# Usando una pluma de insulina

[Opciones de monitoreo de glucosa](#)

---

## Fuentes

[Plumas de insulina - Comprender la diabetes: Capítulo 9](#)

[Consejos profesionales \(y trucos\) para inyecciones de insulina más fáciles y mejores — AADE](#)

[18 productos para ayudar a inyectar insulina — ADA](#)

---

Revisado por [Angelina Bernier, MD](#), 3/6/19

*Este documento no pretende reemplazar el cuidado y la atención de su médico personal u otros servicios médicos profesionales. Nuestro objetivo es promover la participación activa en su atención y tratamiento proporcionando información y educación. Las preguntas sobre problemas de salud individuales u opciones de tratamiento específicas deben discutirse con su médico..*