

# Rotação dos locais de administração de Insulina

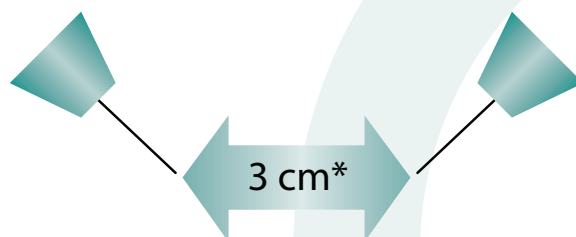
A insulina não deve ser administrada sempre no mesmo local. Por essa razão deve-se ir variando o local onde a insulina é administrada. A esta variação dos locais da administração chama-se “rotação”.

O objetivo da rotação é evitar a formação de “papos” ou lipodistrofias.

## Como fazer?

Para ir variando os locais de administração de insulina, de modo a fazer a rotação correta destes, deve deixar entre duas administrações a distância de 3 cm.

Deste modo, consegue evitar a formação dos “papos” ou lipodistrofias.



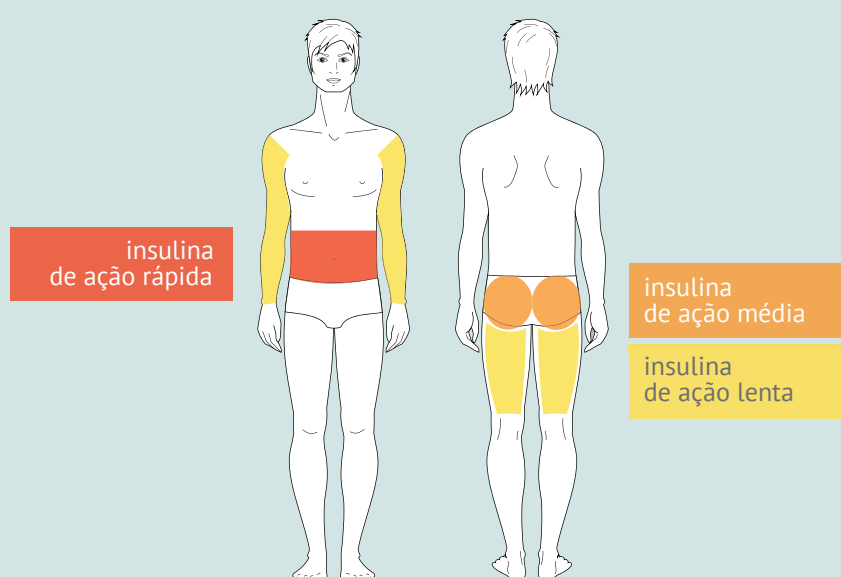
\*Distância real, assumindo a impressão em formato A4.

## Locais de administração de Insulina

DIFERENTES LOCAIS

=

DIFERENTES TEMPOS DE ABSORÇÃO



- ◆ **Abdómen:** É geralmente o local de absorção mais rápido. De um modo geral, é o local preferencial para a administração de insulinas rápidas.
- ◆ **Braço:** Evitar administrar insulinas rápidas se estiver a planear fazer exercício físico com os braços (ex.: estender a roupa).
- ◆ **Nádega:** É uma alternativa ao abdómen. No entanto, tem uma absorção um pouco mais demorada.
- ◆ **Coxa:** É uma alternativa prática e fácil antes de deitar, sobretudo para insulinas de ação lenta. Não utilizar se for fazer exercício físico (ex.: andar).

**Combine com a sua equipa de saúde o melhor esquema de rotação dos locais de administração.**

