



SU GUÍA PARA EL HOGAR

Inyección de medicamentos GLP-1 (Subcutánea)



Pasos sencillos para administrar inyecciones de forma segura en casa: dónde aplicarlas y qué hacer después.

A QUIÉN VA DIRIGIDA ESTA GUÍA:

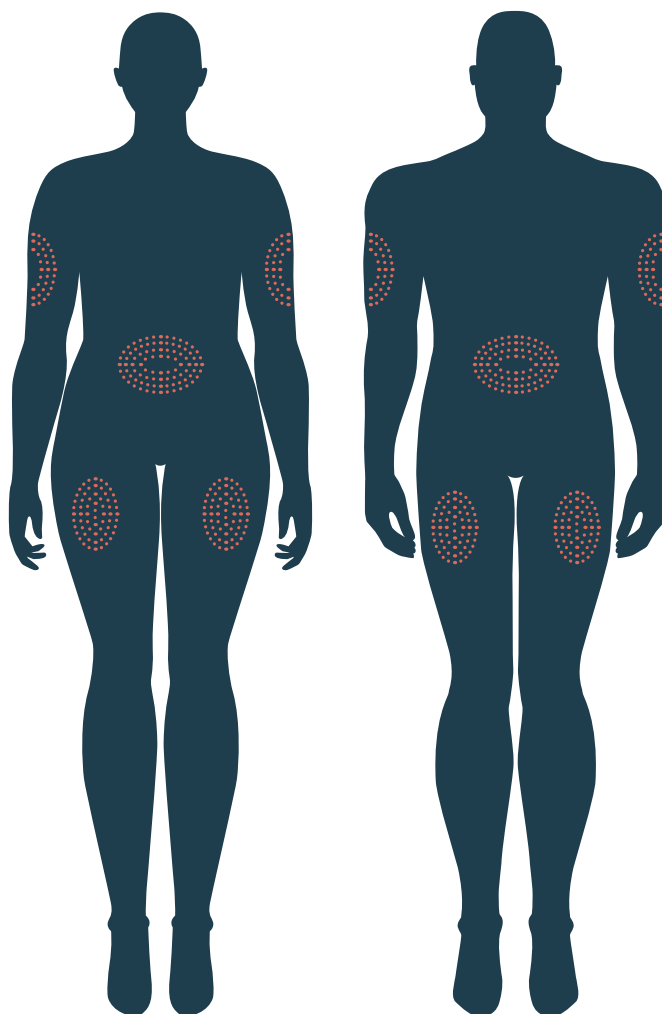
Adultos que se administran una inyección semanal de GLP-1 mediante un dispositivo tipo pluma.

DÓNDE INYECTAR *(elija una zona cada semana):*

Abdomen, parte frontal de los muslos y parte exterior de la parte superior de los brazos

ELECCIÓN DEL LUGAR DE INYECCIÓN:

- Rote su sitio cada semana: cambie de lado y muévase al menos 1 pulgada (2.5 cm) desde su último lugar para proteger su piel.
- Abdomen (vientre): cualquier área grasa en la parte delantera del estómago entre la parte inferior de las costillas y la parte superior del hueso de la cadera; manténgase al menos a 2 pulgadas (5 cm) de distancia del ombligo.
- Brazo: parte superior externa del brazo – elija un punto al menos 3 pulgadas (7.5 cm) por debajo del hombro y 3 pulgadas (7.5 cm) por encima del codo, en el costado o en la espalda. Es posible que necesite ayuda para usar este sitio.
- Muslo: la parte frontal o los lados exteriores de la parte superior del muslo (evite la parte interna del muslo).



ANTES DE COMENZAR *(en casa):*

- Siga siempre las instrucciones específicas de su bolígrafo para su uso y almacenamiento.
- Elija el día de su inyección. Utilice el mismo día cada semana. Si alguna vez necesita cambiar los días de toma, deje pasar al menos 48 horas entre dosis.
- Lávese las manos. Reúna sus materiales: bolígrafo, toallita con alcohol o agua y jabón, gasa o algodón, una aguja nueva para el bolígrafo si no está ya colocada, y un contenedor para objetos punzantes.
- Compruebe su pluma: medicamento/concentración correctos, no caducada, no dañada. El líquido debe ser transparente e incoloro, sin partículas.
- Deje reposar la pluma refrigerada a temperatura ambiente durante unos minutos para reducir la sensación de ardor.
- Limpie la piel con una toallita con alcohol y déjela secar completamente.

CÓMO INYECTAR *(plumas típicas de uso semanal):*

- Retire la tapa del bolígrafo justo antes de usarlo. No toque la punta de la aguja.
- Pellizque suavemente un pliegue de piel de 5 cm (2 pulgadas) entre el pulgar y el índice.
- Sujete la aguja como si fuera un lápiz o un dardo.
- Coloque el bolígrafo recto (90°) contra su piel en el lugar elegido. Si su bolígrafo tiene un seguro, desbloquéelo primero.
- Mantenga presionado el botón de inyección hasta el fondo. Es posible que oiga clics o vea que se mueve una ventana o un indicador.
- Mantenga presionado el bolígrafo durante unos 5-10 segundos para que se administre la dosis completa (siga las instrucciones de su bolígrafo).
- Levante el bolígrafo directamente. Si hay una gota de sangre, presione ligeramente con una gasa; no frote.
- Si tiene alguna pregunta, pídale a su proveedor de atención médica que le muestre cómo inyectarse.

DESPUÉS DE LA INYECCIÓN:

- Retire con cuidado la aguja del bolígrafo y colóquela inmediatamente en un contenedor para objetos punzocortantes; nunca la tire a la basura doméstica.
- Cuando un bolígrafo ya no tenga suficiente medicamento para la siguiente dosis, colóquelo en un contenedor para objetos punzocortantes para su eliminación. Si aún quedan dosis en la pluma, vuelva a colocar la tapa para protegerla hasta la siguiente dosis. Utilice una aguja nueva para cada dosis administrada.
- Guarde los bolígrafos sin abrir en el refrigerador (36-46°F/2-8°C). No congele sus bolígrafos.
- Respete los límites de temperatura ambiente de su producto. Muchos bolígrafos de uso semanal pueden conservarse a temperatura ambiente hasta 28 días; consulte la etiqueta. Aún se puede conservar refrigerado sin problemas.

DOSIS OMITIDA Y CONSEJOS DE ROTACIÓN:

- Si faltan más de 48 horas (2 días) para la siguiente dosis programada, tome la dosis olvidada tan pronto como lo recuerde. Si faltan menos de 48 horas (2 días), omita la dosis olvidada y tome su próxima dosis en el día habitual.
- Si han transcurrido más de dos semanas desde su última dosis, póngase en contacto con su equipo de atención médica antes de reiniciar el tratamiento.
- Mantenga un mapa de rotación sencillo o una copia impresa en su teléfono junto con una tabla de inyecciones para no usar el mismo lugar dos veces seguidas (mapa y tabla disponibles en la página siguiente).

CONSEJOS DE COMODIDAD Y SEGURIDAD:

- Evite cicatrices, lunares, erupciones o áreas sensibles, amoratadas o duras/con bultos.
- Si un sitio le resulta incómodo, elija otro diferente la próxima vez.
- Nunca comparta su pluma con nadie, ni siquiera si cambia la aguja.
- Mantenga todos los medicamentos fuera del alcance de los niños y las mascotas.

CUÁNDO LLAMAR A SU EQUIPO DE ATENCIÓN MÉDICA:

- Dolor de estómago intenso o persistente, vómitos/diarrea incesantes o signos de deshidratación.
- Enrojecimiento, calor, hinchazón o dolor en el lugar de la inyección que empeora.
- Si no está seguro de si se olvidó una dosis o si la pluma se almacenó incorrectamente (por ejemplo, si se dejó fuera del refrigerador durante demasiado tiempo).

QUÉ HACER EN CASA:

- Programe un recordatorio semanal para la inyección en su calendario.
- Haga una lista de las personas del consultorio médico, clínica o farmacia a las que pueda llamar si tiene preguntas.
- Llame a la clínica si se salta una dosis durante más de 2 semanas, o si presenta efectos secundarios de moderados a graves o preocupantes.

REFERENCIAS

1. Bowen C. 12.5 Administración de inyecciones subcutáneas. In: *Habilidades de enfermería clínica*. OpenStax; 2024. <https://openstax.org/books/clinical-nursing-skills/pages/12-5-administering-subcutaneous-injections>. Consultado el 15 de octubre de 2025.
2. Boston Children's Hospital. *Hoja de educación familiar - Wegovy*. Sitio web del Boston Children's Hospital. <https://www.childrenshospital.org/sites/default/files/2024-09/empower-education-sheet-wegovy.pdf>. Publicado el 18 de marzo de 2024. Consultado el 15 de octubre de 2025.
3. Johns Hopkins Medicine. *Sitios de inyección*. Sitio web de Johns Hopkins Medicine. <https://www.hopkinsmedicine.org/-/media/general-internal-medicine/documents/faculty-resource/insulin-injection-site.pdf>. Publicado en 2009. Actualizado el 11 de mayo de 2012. Consultado el 22 de octubre de 2025.
4. Semaglutida [prospecto]. Sitio web de la Administración de Alimentos y Medicamentos de los EE. UU. https://www.accessdata.fda.gov/drugsatfda_docs/label/2021/215256s000lbl.pdf. Revisado en 2025. Consultado el 15 de octubre de 2025.
5. Medline Plus. Inyecciones subcutáneas (SQ). Sitio web de Medline Plus. <https://medlineplus.gov/ency/patientinstructions/000430.htm>. Publicado el 28 de octubre de 2023. Consultado el 14 de octubre de 2025.

Registro de rotación de sitios

FECHA	NÚMERO DE SITIO

CONSEJOS

- Recuerde no inyectarse en el mismo sitio que la semana anterior.
- Incluso cambiar de un sitio a otro en el vientre es genial.
- No tiene que usar todos los sitios. Si lo prefiere, simplemente muévase a un lugar diferente, al menos a 1.5 pulgadas de distancia del lugar anterior.
- Manténgase al menos a 5 centímetros de su ombligo.

