



## ¿Debe guardarse la insulina en el refrigerador?

### Lo que debe saber acerca de almacenar la insulina de manera segura

Para obtener resultados consistentes al utilizar la [insulina](#), siga las instrucciones de almacenamiento que trae consigo.

#### ¿Refrigerador o temperatura ambiente?

Los fabricantes normalmente recomiendan almacenar la insulina en el refrigerador. Pero la insulina fría puede hacer que la inyección sea más dolorosa. Para evitar esto, guarde a temperatura ambiente la insulina que está usando. Durará aproximadamente un mes fuera del refrigerador.

Guarde la insulina que no está usando en el refrigerador. Saque un frasco a la vez y déjelo calentar para que esté listo para su próxima dosis.

#### ¿Cuánto tiempo durará?

Siempre que los frascos o plumas de insulina se almacenen cerrados en el refrigerador (entre 36 y 46 grados Fahrenheit), están bien hasta la fecha de vencimiento del recipiente. Siempre verifique la fecha de vencimiento y no use insulina vencida. Una vez abierto el frasco o la pluma y que comience a usarlo, la mayoría de las insulinas están bien durante aproximadamente un mes a temperatura ambiente (hasta 86 grados).

Devolver un frasco de insulina abierto al refrigerador y sacarlo otra vez a temperatura ambiente no debería afectarlo siempre y cuando no esté afuera por mucho tiempo. Una vez que abra una pluma de insulina y comience a usarla, no debe volver a guardarse en el refrigerador.

#### Consejos para almacenar la insulina

Cada frasco de insulina o caja de plumas de insulina viene con instrucciones sobre cómo almacenarlos correctamente. Asegúrese de leer y seguir estas instrucciones. Proteja la insulina de la luz solar directa y las temperaturas extremas. No guarde la insulina en un vehículo o bajo una ventana donde pueda hacer demasiado frío o calor. La insulina no debe exponerse a temperaturas extremas. Si esto sucede, hay que tirar la insulina.

Cuando viaje, mantenga la insulina en su bolso de mano en lugar de en una maleta que puede estar expuesta a temperaturas extremas.