

# ¿ES EL LAPICERO DE INSULINA ADECUADO PARA MI?



## ¿QUÉ ES UN LAPICERO DE INSULINA?

Cuando las personas tienen diabetes tipo 1 necesitan usar insulina. Hay unas cuantas maneras de introducir insulina al cuerpo:

- Con un vial y una jeringa
- Con un lapicero de insulina
- Con una bomba de insulina
- Insulina inhalada que entra en su cuerpo a través de sus pulmones

Los lapiceros de insulina cuestan más que los viales y las jeringas. Pero la gente a menudo los encuentra más fáciles de usar.

Esto se debe a que están llenos de insulina. Por lo tanto, no tiene que lidiar con una jeringa y un vial para extraer la insulina. Esto puede hacer que sea más fácil aplicar una inyección cuando esté en el trabajo o saliendo con familiares o amigos. Puede guardar el lapicero en un bolsillo o bolso a temperatura ambiente. Un lapicero de insulina inyecta insulina en el cuerpo. Hay diferentes tipos de lapiceros. Se parecen mucho a un bolígrafo grande.



Me gusta el lapicero porque nadie lo nota. No tiene que ser refrigerado y es fácil de transportar.

## LOS LAPICEROS DE INSULINA

Un lapicero de insulina básico se ve así:



El lapicero utiliza una aguja corta. Usted tiene que colocar una aguja nueva en el lapicero con cada inyección. Luego retirará la aguja después de haberla usado. Su médico tiene que escribir una receta para las agujas del lapicero, así como el lapicero de insulina. Si está usando un lapicero reutilizable, su médico también escribirá una receta para los cartuchos del lapicero.

Los lapiceros no son nuevos. Personas de todo el mundo los han usado durante muchos años. Algunas de las insulinas más nuevas solo vienen en lapiceros.

### ¿Son todos los lapiceros de insulina son iguales?

La respuesta corta es - no. Las marcas y modelos de los lapiceros de insulina no son todos iguales. Usted tendrá que trabajar con su equipo de diabetes para elegir un lapicero que sea adecuado para usted. Su compañía de seguros también le hará saber qué lapiceros cubren.

### ¿En qué cosas debo pensar cuando elijo un lapicero?

Aquí hay cosas en las que pensar cuando elige un lapicero:

- ¿Qué tan fácil o difícil sería para mí usar el lapicero?
- ¿Cuántas unidades de insulina sostiene el lapicero cuando está lleno?
- ¿Cuál es la dosis de mayor tamaño que podría inyectar con el lapicero?
- ¿El lapicero dosifica en 1/2 unidades?

# MÁS SOBRE LOS LAPICEROS DE INSULINA



## ¿Por qué más personas prefieren el lapicero a las inyecciones?

Muchas personas prefieren el lapicero porque:



- Es más fácil de usar que las inyecciones.
- Es más fácil dar dosis exactas.
- Es fácil de llevar.
- Te da más opciones de insulina ya que algunos tipos de insulina solo viene en lapiceros.
- Puede ser menos obvio en público, ya que usted no tiene que extraer insulina con una jeringa de un vial.

## ¿Hay inconvenientes en el uso del lapicero frente a las inyecciones?

Hay un par de razones por las que es posible que no quieras usar un lapicero:



- Cuestan más que las inyecciones.
- Usted no puede mezclar diferentes tipos de insulina juntos por su cuenta. Pero algunos lapiceros vienen con insulinas ya mezcladas en ellos.

## TIPOS DE LAPICEROS DE INSULINA

Los lapiceros de insulina vienen en dos tipos:

1. Lapiceros desechables que vienen llenos de insulina. Usted tira el lapicero cuando está vacío o expirado.



### Pros y contras de los lapiceros desechables

#### Pros:

- Tienen una gran ventana de aumento que muestra el número de unidades.
- Hacen un sonido de clic. Esto ayuda a las personas que no pueden ver muy bien porque pueden escuchar el número de unidades al marcar una dosis.
- No tiene que cambiar los cartuchos de insulina como en los lapiceros reutilizables.
- Una vez que el lapicero está vacío, simplemente tíralo en un recipiente para objetos punzantes.

#### Contras:

- Con el tiempo son más caros que los lapiceros reutilizables.
- Produce más residuos que los lapiceros reutilizables.

2. Lapiceros reutilizables donde se sustituye el cartucho de insulina. Usted reemplaza el cartucho cuando la insulina se agota o expira. Algunos lapiceros reutilizables son “inteligentes”. Se conectan a una aplicación de teléfono.



### Pros y contras de los lapiceros reutilizables

#### Pros:

- No hay necesidad de cambiar los lapiceros. Hay un pequeño cartucho de insulina que usted pone en la cámara del lapicero. Si necesita cambiar su insulina, simplemente inserte el nuevo cartucho de insulina.
- Los cartuchos pequeños significan que usted puede desperdiciar menos insulina debido a la expiración.
- A menudo son más baratos que los lapiceros desechables.

#### Contras:

- A pesar de que a menudo son más baratos que los lapiceros desechables, todavía cuestan más que las inyecciones.
- Estos lapiceros son robustos y pueden durar varios años. Pero si se dañan, deben ser reemplazados.
- El tipo de insulina que usted usa puede no venir en un lapicero reutilizable.

# ¿QUÉ NECESITO SABER SOBRE LA SEGURIDAD Y EL CUIDADO DE UN LAPICERO?

- Los lapiceros de insulina son para una sola persona para usar. Nunca compartas un lapicero, incluso si cambias la aguja. La sangre puede entrar en el cartucho de insulina después de una inyección. Esto puede exponer a otros a infección si compartes el lapicero.
- Una vez que usted comience a usar un lapicero, puede guardarlo en su bolsillo o bolso a temperatura ambiente durante aproximadamente un mes. Revise el prospecto de su paquete de insulina para averiguar cuánto tiempo puede permanecer esa insulina a temperatura ambiente. La cantidad de tiempo puede variar según el tipo de insulina.
- Guarde los cartuchos del lapicero de insulina o lapicero desechables que no esté utilizando en el refrigerador.
- No permita que la insulina se caliente ni se exponga directamente a la luz solar. Tampoco congele la insulina.
- Cuando viaje en avión, lleve insulina a bordo con usted. No ponga insulina en el equipaje que se almacenará lejos de usted.
- Llevar una nota médica o la caja que contiene la información de la prescripción puede ser útil cuando pasa por la seguridad del aeropuerto.



Creo que el lapicero es fácil de usar. Puedo llevarlo a cualquier lugar y no necesito refrigerarlo.



## ¿MI SEGURO CUBRIRÁ EL LAPICERO DE INSULINA?

Algunos planes de seguro cubren el costo del lapicero y otros no. Hay muchas maneras de averiguar si su plan de salud pagará por un lapicero:

- Pregunte a alguien de su equipo de diabetes.
- Pida a su farmacia que lo averigüe para usted. Su farmacia también puede decirle cuánto tendrá que pagar por un lapicero. A veces es posible que tengas que pagar un “copago”. Un copago es una parte del costo que su plan de seguro no cubre.
- Llame a su plan de salud para ver si está cubierto el lapicero.

Incluso si su plan de atención médica no cubre un lapicero, su equipo de diabetes aún puede ayudarle. Pueden escribirle una carta a su plan de atención médica diciéndoles por qué necesita un lapicero de insulina. Esto puede convencer a su plan de salud para que pague por su lapicero.

Además, muchos planes de salud tienen una marca de insulina que prefieren. Esto significa que una marca de insulina puede costar mucho menos que otra. Su equipo de diabetes sabrá si solo puede usar una

determinada marca de insulina. Pero en la mayoría de los casos las diferentes marcas del mismo tipo de insulina funcionan de la misma manera.

Por ejemplo, hay tres marcas de insulina de acción rápida: Aspart (NovoLog), lispro (Humalog o Admelog) y glulisina (Apidra). Todos funcionan de la misma manera. Por lo tanto, si no ha tenido una mala reacción a uno de ellos, por lo general, puede cambiar de uno a otro sin problema.

### ¿Qué costaría un lapicero si tuviera que pagarlo yo mismo?

Los lapiceros desechables pueden costar entre \$490 y \$570 por una caja de 5. Los lapiceros reutilizables pueden costar entre \$450 y \$550 por una caja de 5. Revisa sitios de Internet como “Good RX” para encontrar el lugar más barato para comprar lapiceros. A veces las tarjetas de descuento están disponibles. Las compañías de insulina también tienen programas para ayudarle a pagar los lapiceros.