

# Instrucciones para la Inyección Intramuscular

## Músculo Ventroglúteo (Cadera)

La cadera tiene buenos puntos de referencia y presenta muy poco peligro de golpear vasos sanguíneos o nervios.

- Coloque su dedo pulgar en la base de su hueso sacro y llévelo directo hacia la mitad de su cadera.
- Coloque su dedo índice aproximadamente a 2 pulgadas (5 cm) debajo de la cresta de su hueso de la cadera. El área en forma de V entre su pulgar y su dedo índice es el músculo ventroglúteo.

## Músculo Vasto Lateral (Muslo)

Este es el sitio recomendado para autoinyecciones porque es fácil de ver y acceder.

- Para encontrar este músculo, divida su área superior del muslo en tres partes: arriba (cerca de la cadera), medio e inferior (cerca de la rodilla).
- Aplique la inyección en la mitad del muslo

## Músculo Deltoides (Hombro)

- Este sitio es recomendado si alguien más le colocará la inyección. Puede sentarse, pararse o acostarse para recibir la inyección. Imagine un triángulo invertido en el lado de su brazo superior. Para encontrar la base del triángulo, toque el hueso de la parte superior del brazo. Este hueso se llama proceso acromion, y la parte inferior de este hueso será la línea de base del triángulo.
- El punto del triángulo está directamente debajo del centro de la base, aproximadamente al nivel de la axila. El área de inyección correcta está en el centro del triángulo, de 1 a 2 pulgadas (2.5 a 5 cm) debajo de la parte inferior del proceso acromion.

## 1 ¿Qué Suministros Necesito Para Administrar Una Inyección Intramuscular (IM)?

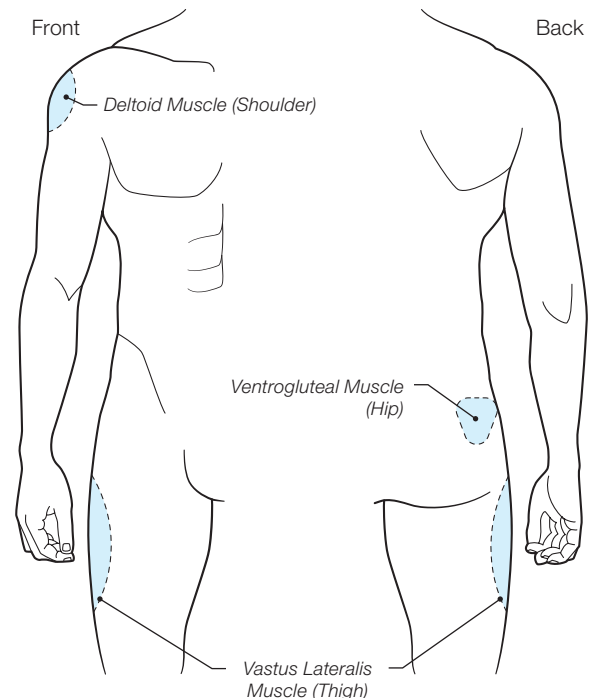
- El tamaño correcto de la aguja y la jeringa
- Viales (frascos) de medicamento
- Toallitas de alcohol
- Opcional: Guantes para la persona que administra la inyección

## 2 ¿Dónde Puedo Administrar Una inyección Intramuscular?

Hay muchos sitios en el cuerpo que son seguros para administrar inyecciones intramusculares. Por favor, siga las indicaciones del sitio de inyección detalladas por su médico o utilice estas instrucciones como guía.

### Precauciones:

- Es importante seguir estas instrucciones para no inyectar directamente en nervios, vasos sanguíneos, articulaciones o huesos.
- Rote el área donde administra las inyecciones. El tejido de cicatrización puede acumularse y afectar la potencia del medicamento si administra una inyección en el mismo lugar todos los días o incluso todas las semanas.



Sitios en el cuerpo donde se pueden administrar inyecciones intramusculares.

### 3 ¿Cómo Insertar El Medicamento en la Jeringa?

1. Lávese bien las manos con agua y jabón y séquelas completamente. Póngase guantes si es necesario.
2. Retire la tapa de plástico del frasco del medicamento y use una toallita de alcohol para limpiar el tapón de goma.
3. Con una jeringa nueva, retire la tapa de la aguja y tire hacia atrás del émbolo para introducir una cantidad de aire igual a la cantidad de medicamento recetado.
4. Inserte la aguja en el vial (frasco) y empuje lentamente (inyecte) el aire de la jeringa en el frasco. Esta acción desplazará el líquido en el frasco cuando retire el medicamento (Figura 1).
5. Gire el vial (frasco) y la jeringa boca abajo y extraiga cuidadosamente la cantidad de medicamento líquido que necesita inyectarse (Figura 2).
6. Si ve burbujas de aire en la jeringa, use sus dedos para golpear suavemente o agitar la jeringa para que las burbujas suban hacia la parte superior cerca de la aguja. Esta acción ayudará a expulsar cualquier aire en la jeringa. *Nota: es normal que también salga una pequeña cantidad del medicamento a través de la aguja* (Figura 3).
7. Ahora está listo para inyectar.

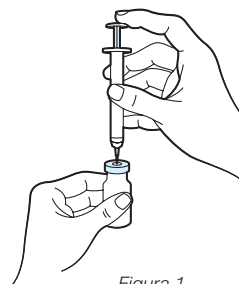


Figura 1

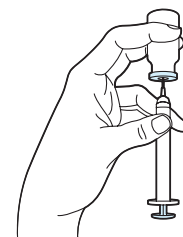


Figura 2

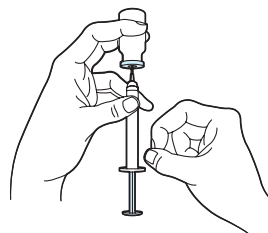


Figura 3

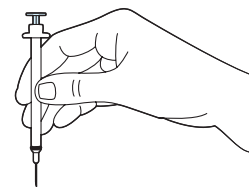


Figura 4

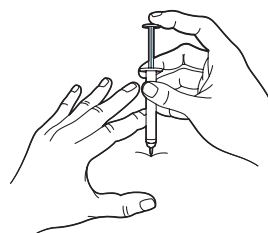


Figura 5

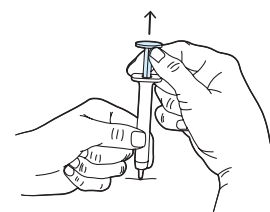


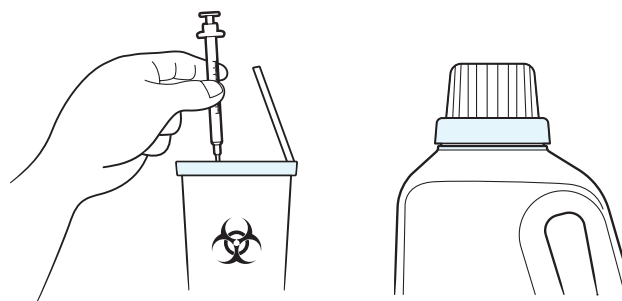
Figura 6

### 4 ¿Cómo Inyectar El Medicamento en El Cuerpo?

1. Después de completar todos los pasos en la Sección 3, sostenga la jeringa en la mano que utiliza para escribir. Coloque la jeringa entre el pulgar y el primer dedo. Deje que el barril de la jeringa descansa en su segundo dedo de manera similar a cómo sostiene un bolígrafo. Limpie el sitio de la inyección con una toallita de alcohol. Deje que el área se seque completamente.
2. Presione y tense la piel con su mano libre. Siga sosteniendo la piel con los dedos un poco hacia el lado donde planea insertar la aguja.
3. Use su muñeca para insertar la aguja en un ángulo de 90 grados (recto). No empuje lentamente la aguja ni la empuje con fuerza porque puede causar moretones. La acción es como la de lanzar un dardo (Figura 4). La aguja es afilada, y pasará a través de la piel fácilmente cuando la acción de la muñeca sea correcta (Figura 5).
4. Suelte la piel y sostenga la jeringa para que permanezca apuntando directamente hacia adentro.
5. Hale el émbolo un poco hacia atrás para asegurarse de que no está en contacto con un vaso sanguíneo (Figura 6). *Nota: Si entra sangre en la jeringa, puede haber alcanzado un vaso sanguíneo. Retire la aguja y deseche tanto la jeringa como el medicamento. Repita el proceso de limpieza y llenado con una jeringa nueva. Cuando vuelva a intentarlo, seleccione un nuevo sitio de inyección.*
6. Empuje firmemente el émbolo hacia abajo para inyectar el medicamento en el cuerpo. *Nota: Algunos medicamentos pueden generar picor un poco después de la inyección. Para evitar el dolor, no inyecte el medicamento rápidamente, sino de forma lenta y constante.*
7. Una vez que todo el medicamento sea inyectado, retire la aguja rápidamente y en el mismo ángulo en el que entró.
8. Deseche la jeringa y la aguja en un contenedor para objetos punzantes.

### 5 ¿Cómo Puedo Deshacerme de Las Jeringas Y Agujas Usadas?

El contenedor para objetos punzantes está hecho de plástico duro y es necesario para desechar adecuadamente agujas y jeringas. Puede comprar un contenedor especial para objetos punzantes o usar otro recipiente de plástico, como una botella de detergente para la ropa. Debe asegurarse de que pueda colocar fácilmente tanto la jeringa como la aguja en el contenedor y de que la aguja no pueda perforar los lados, el fondo o la parte superior del contenedor.



Para obtener más información sobre cómo desechar adecuadamente objetos punzantes, consulte a su médico o farmacia local para obtener detalles.

Más información disponible en [safeneededisposal.org](http://safeneededisposal.org).