



Calendario de Control de Frascos

Anota cuándo abriste cada frasco y cuándo debes desecharlo.

Las dos reglas de almacenamiento

Sin abrir: refrigerador, 2-8°C, hasta la fecha de vencimiento. Nunca se congela.

Abierta (en uso): temperatura ambiente, 15-30°C, lejos de calor y luz directa, máximo ~28 días.

Frasco / Lápiz #	Tipo de insulina	Fecha de apertura	Fecha límite (+28 días)

Descarta tu insulina si...

Se congeló en algún momento.

Pasaron más de 28 días desde que la abriste.

Cambió de color o tiene grumos.

Venció la fecha del envase.

Antes de cada aplicación

Revisa que se vea transparente (rápida/lenta) o uniformemente turbia tras resuspender (NPH).

Nunca agites con fuerza — rueda el frasco suavemente entre las manos.