



## **Cuando DONAS sangre regalas VIDA.**

- **¿Por qué es imprescindible mi donación de sangre?**

**Porque son necesarias entre 270 y 300 unidades de sangre diarias** para poder realizar las transfusiones que precisan los pacientes sevillanos. Es la sangre solicitada diariamente por los hospitales de nuestra provincia. Pacientes oncológicos, con enfermedades crónicas, intervenciones quirúrgicas, atención puerperal, grandes traumatismos por accidentes...son los pacientes que mayoritariamente precisan este tratamiento. Esta época previa al periodo vacacional es una de las épocas del año en las que esta necesidad aumenta.

**Porque no tenemos otra forma de conseguir sangre**, no se puede elaborar de forma artificial, únicamente nuestra solidaridad y generosidad puede conseguir este tratamiento imprescindible para continuar con vida para cientos de sevillanos diariamente.

**Porque mañana puede que le haga falta a un familiar, amigo o incluso a ti**, piénsalo, hoy puedes dar y mañana puede que tengas que recibir la generosidad de otros.

- **¿Cuánto tarda?**

El proceso de la donación es sencillo y prácticamente ausente de efectos secundarios en el donante, en solo 10 minutos se realiza la extracción de sangre necesaria que puede dar vida a 3 pacientes. Previa a la extracción de sangre el médico te realizará una entrevista, además de una toma de tensión arterial y una determinación de la hemoglobina en sangre.

- **¿Quién puede donar?**

Si tienes entre 18 y 65 años, un peso mayor a 50 kg y gozas de buena salud puedes acudir a donar sangre. Antes de tu donación el médico te realizará una entrevista y valoración para comprobar que tu donación se puede realizar, siendo segura tanto para ti como para la persona que recibirá tu sangre.

- **Tengo algunas dudas ¿Quién me las puede resolver?**

Si quieres puedes preguntar tus dudas (sobre medicación, enfermedades, vacunas, analíticas que se realizarán a tu sangre...) lo puedes hacer a través del teléfono 955009900, del whatsapp: 677902788 / 609680155

### **Situaciones frecuentes con las que puedes donar:**

- Tensión alta bien controlada (que no precise más de 2 fármacos).
- Diabetes tipo 2 que no necesite tratamiento con insulina.
- Hipercolesterolemia controlada.
- Alergias ácaros, pólenes, pelo animal...controlada.
- Asma leve-moderada controlada sin crisis en el momento actual.
- Vacuna COVID\_19: tras 24h de haberte puesto la vacuna puedes donar.
- Si has pasado COVID-19: si has sido asintomático espera 1 semana tras el test de antígeno positivo realizado. Si has tenido sintomatología leve espera 1 semana tras el alta. Si has tenido sintomatología grave o neumonía espera 2 semanas tras el alta.

### **Situaciones frecuentes en las que no puedes donar:**

- Si en la semana anterior has tenido alguna infección conocida o fiebre.
- Tienes tatuajes o piercing recientes (hace menos de 4 meses).
- Si te han intervenido (cirugía mayor) en los últimos 4 meses.
- Cirugía menor (dental, pequeñas lesiones...): Tras total resolución y al menos pasada 1 semana.
- Tratamiento con antibióticos: hasta 1 semana después de haberse resuelto la enfermedad y haber finalizado el tratamiento.
- A las mujeres embarazadas o en periodo de lactancia no se les recomienda donar hasta pasados 6 meses del parto o haber finalizado la lactancia.
- Si te han realizado pruebas diagnósticas invasivas como colonoscopia o endoscopia en lo últimos 4 meses.
- Tratamiento actual con analgésicos mayores (tramadol, mórficos) o antiinflamatorios a altas dosis.
- Si estás en tratamiento con hierro tampoco debes donar ya que se supone que tienes una probable anemia

**Recuerda:**

- No vengas en ayunas, es recomendable ingerir líquido abundante.
- El día anterior debes haber tenido un descanso nocturno de al menos unas 6-7 horas.
- No haber realizado ejercicio físico intenso en las 12 horas previas a la donación.
- No realizar ejercicio físico en las 24 horas posteriores a la donación ni actividades de riesgo.

***GRACIAS.***

*Rafael Lebrero Ferreiro*

*Coordinador médico*

*Centro de transfusión, tejidos y células (CTTC) Sevilla*