

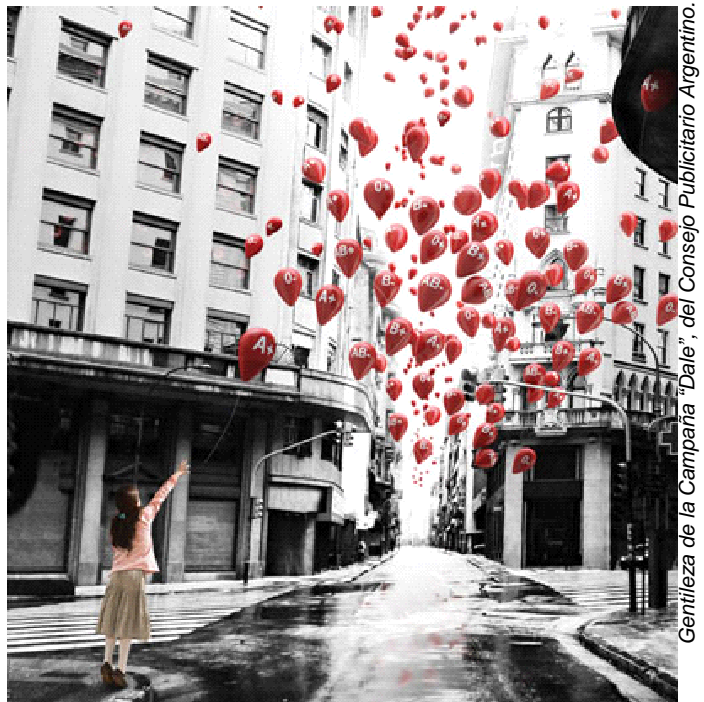


## DONACIÓN DE SANGRE

*“Nadie es tan pobre que no tenga nada para dar, ni tan rico que no tenga nada que recibir”*

### ■ ¿Por qué donar sangre?

- La sangre es un elemento vital, que solamente puede ser obtenida de personas con voluntad de ayudar a los demás.
- Donar sangre no ocasiona problemas de salud.
- Todas las personas podemos necesitarla en algún momento de nuestra vida.



Gentileza de la Campaña "Dale", del Consejo Publicitario Argentino.

### ■ REQUISITOS PARA LA DONACIÓN DE SANGRE

#### ¿Quiénes pueden donar sangre?

- ☛ El principal requisito es la profunda voluntad de ser solidario con quien lo necesita.
- ☛ Poseer un documento que le permita acreditar su identidad para poder donar.
- ☛ Gozar de buena salud.
- ☛ Pesar más de **50 kg.** (por encima de ese peso una persona tiene sangre suficiente para donar).
- ☛ Recuerde que no es indispensable estar en ayunas, puede ingerir líquidos, mate, café, gaseosa y/o jugo de frutas (no grasas, no lácteos ni derivados). Además puede ingerir tostadas, mermeladas y/o galletitas de agua.
- ☛ A usted se le realizará una **entrevista médica personal** y un examen clínico. El objetivo de esta entrevista, a la cual usted se somete voluntariamente, no es discriminatorio, sino establecer su condición de salud y preservar la salud del enfermo que recibirá su sangre.



## ¿Quiénes no pueden donar sangre?

- ☛ Si se ha hecho tatuajes, acupuntura o perforaciones en las orejas en el último año.
- ☛ Si ha consumido drogas que producen adicción aunque sea una sola vez.
- ☛ Si tiene o ha tenido prácticas sexuales inseguras o de riesgo.
- ☛ Si tiene relaciones sexuales con personas que ejercen la prostitución.
- ☛ Si tiene o ha tenido relaciones sexuales con portadores del virus del SIDA o Hepatitis.
- ☛ Si concurre porque le ofrecieron dinero.

## ■ LUGARES PARA DONACIÓN DE SANGRE (POSTAS)

---

- ✓ **Sede Capital Federal**  
Av. Córdoba 6429 - Capital Federal  
Horario Atención: 8:00 a 12 hs (Lunes a sábados)
- ✓ **Centro Regional FU.HE.SA. (Fundación Hematológica Sarmiento)**  
Rawson [s/n] entre Río Reconquista y Autopista del Buen Ayre - Puerta N° 1  
Villa San Francisco - Campo de Mayo - Pcia. Buenos Aires  
Horario Atención: 8:00 a 14 hs (Lunes a sábados)
- ✓ **Sede Norte**  
Echeverría 3176 - Olivos (Pcia. Buenos Aires)  
Horario Atención: 8:00 a 12 hs (Lunes a sábados)
- ✓ **Sede Morón**  
Boatti 4 - Morón (Pcia. Buenos Aires)  
Horario Atención: 8:00 a 12 hs (Lunes a sábados)

*Para mayor información por favor comunicarse con la Fundación Hematológica Sarmiento al 4666-9898 de 8 a 18 hs.*

Para donar sangre a **pacientes internados en el Sanatorio Otamendi** debe dirigirse a cualquiera de los lugares señalados, luego de que los familiares del paciente hayan completado el formulario de donación en Hemoterapia (4° piso, 4964-8722, 4963-8888 Int. 5151).

## ■ PREGUNTAS FRECUENTES

---

### ¿Dónde puedo averiguar más sobre la donación de sangre?

Visitando el sitio de la Fundación Hematológica Sarmiento en [www.fuhesa.org](http://www.fuhesa.org), o comunicándose telefónicamente al 4666-9898 durante las 24 horas, donde recibirá toda la información necesaria.

### ¿Qué debo hacer para donar sangre?

Debe acercarse a alguna de las postas (lugares) de donación más cercana presentando su DNI. Previamente puede tomar una infusión azucarada o jugo de frutas. Al llegar se le realizará una entrevista, donde deberá responder unas preguntas con la mayor sinceridad para garantizar una óptima calidad de sangre. Posteriormente le será tomada la presión arterial y, a través de una muestra de sangre de su dedo, se estimarán los niveles de hemoglobina de su sangre. Si se cumplen las condiciones necesarias se procede a la donación, con una duración promedio de 15 a 20 minutos.



### ¿Puedo contraer alguna enfermedad contagiosa al donar sangre?

No. Todo el material utilizado en el proceso de donación es descartable y estéril. Además, todo el personal que lo atiende conoce y aplica las técnicas más eficientes de limpieza y preparación del área de la punción. Por tanto, NO es posible que contraiga una enfermedad donando sangre.

### ¿Qué analizarán de mi sangre?

Su sangre será analizada para determinar sífilis, brucelosis, chagas, hepatitis B y C, Virus del SIDA y HTLV. Si se encontrara alguna prueba reactiva o hubiese que repetir alguna determinación, se lo citará por carta y sólo usted será informado de los resultados. (Por eso es importante contar con sus datos de contacto correctos).

### ¿Qué consecuencias fisiológicas le traerá a mi organismo el donar sangre?

Ninguna, de hecho los componentes que más tardan en restituirse lo hacen en unos dos meses, lo cual no afecta al normal funcionamiento de un organismo sano. No enferma, no adelgaza ni provoca sobrepeso.

### ¿Cuánto dura la extracción y cuánta sangre me extraerán?

Se recomienda disponer de 1 hora para todo el proceso, incluyendo la entrevista y la toma de datos. La duración de la extracción varía entre 15 a 20 minutos. Sólo se extraen 450 ml. y esta donación puede repetirse cuatro veces al año sin problemas.

### ¿Qué sucede si no se me permite donar en alguna oportunidad?

Si fue diferido por alguna razón, debe cumplir con el tiempo de espera que le fue indicado en esa oportunidad, salvo que ya hubiera sido rechazado definitivamente como donante.

### ¿Cuándo es la mejor oportunidad para donar sangre?

No hay una época especial y usted puede donar en cualquier oportunidad. Cada minuto un paciente necesita una transfusión de sangre en nuestro país, cada minuto es una oportunidad para donar vida.

### ¿Piensa que no puede donar sangre?

- **“No querrán mi sangre porque soy del Grupo 0”**: Todos los tipos de sangre son importantes. Como el grupo 0 es el más común, también es el más requerido. Todos los tipos de sangre son esenciales.
- **“Soy demasiado viejo”**. La edad de los donantes es entre 18 y 65 años, si usted goza de buena salud puede seguir donando.
- **“Sí, pero tengo anemia”**. Muchas personas tienen anemia y es responsabilidad del banco de sangre evitar la donación.
- **“Me da miedo dar sangre”**. Todas las personas se sienten atemorizadas la primera vez, pero no hay motivo. De hecho, cientos de personas efectuaron 40 a 70 donaciones.
- **“No tengo suficiente sangre”**. El adulto promedio tiene alrededor de 4,8 litros de sangre y los médicos consideran que las personas sanas pueden donar sangre con regularidad.
- **“No querrán aceptar mi sangre porque estuve enfermo”**. Por favor, háganos saber si estuvo enfermo. Nunca se extrae sangre de personas que no están en óptimas condiciones.
- **“Mi peso no es suficiente”**. Si pesa más de 50 kg. tiene sangre suficiente para donar.
- **“Tengo miedo de debilitarme”**. El volumen de sangre se reemplaza con rapidez. De hecho, en el momento de abandonar el banco, el organismo ya comenzó a reponer la sangre donada.



## ■ CLUB DE DONANTES: donación frecuente

---

La Fundación Hematológica Sarmiento (FU.HE.SA) cuenta con un **Club de Donantes** integrado por un grupo de donantes frecuentes, en funcionamiento desde hace 3 años, que solidariamente se ha comprometido a cumplir con un programa anual de donaciones.

### Requisitos:

- Ser donante voluntario, altruista y repetido.
- Podrá inscribirse como adherente del Club toda persona sana mayor de 18 años y menor de 65, que cumpla con las normativas provinciales y nacionales sobre donantes de sangre existentes.
- Serán beneficiarios del Seguro de Sangre una vez aceptados como donantes y habiéndose comprometido a cumplir su programa anual de donaciones.
- Se le realizarán los estudios habituales para todo donante de sangre (clínico - serológico - inmunológico) agregándose otros estudios y/o exámenes, de ser necesarios.

*Para formar parte del Club por favor comunicarse con FU.HE.SA. al 4666-9898, [www.fuhesa.org.ar](http://www.fuhesa.org.ar)*

*Donar sangre es donar vida. Agradecemos su actitud solidaria.*

*Ante cualquier duda por favor comuníquese con nuestro servicio de Hemoterapia.*