

## ¿Existen contraindicaciones?

No existe ninguna contraindicación para donar sangre, ya que el cuerpo reemplaza todos los componentes sanguíneos extraídos.

### ¡Derribando mitos!

*"Se sube de peso"*



DONAR **NO** ENGORDA NI ADELGAZA. SOLO SE RECOMIENDA COMER DE FORMA BALANCEADA Y BEBER LÍQUIDO LUEGO DE LA DONACIÓN.

*"Debo estar en ayunas"*



SE RECOMIENDA HABER TOMADO ALGÚN ALIMENTO ANTES DE DONAR.

*"Tuve hepatitis A de pequeño"*



LA HEPATITIS A, QUE ES LA MÁS FRECUENTE DE NIÑOS, NO EXCLUYE DE DONAR. SIN EMBARGO, SI LA TUVISTE DE ADULTO ES PREFERIBLE NO HACERLO.

*"Te deja débil"*



LA CANTIDAD DE SANGRE EXTRAÍDA SE REPOJE EN POCAS HORAS, SI Tomas LÍQUIDO Y REPOSAS UN POCO.

## ¿Dónde puedo donar sangre?

El Centro de Costo de Medicina Transfusional, ex banco de sangre, se encuentra ubicado en el 2do piso del Edificio Mahuida al interior del Complejo Asistencial "Dr. Víctor Ríos Ruiz".



### HORARIO DE ATENCIÓN

Lunes a Viernes

08:15 a 14:00 hrs.

Sábados

08:15 a 13:00 hrs.

Para información sobre otros centros de colecta y agendar tu hora de donación, comunícate a los teléfonos (43) 2 336 797 - (43) 2 336 011

SI REALMENTE  
QUIERES ECHAR  
UNA MANO

OFRECE  
TU BRAZO

DONA SANGRE



# DONA SANGRE DONA VIDA

Hazlo de corazón  
Dona sangre  
No esperes más



C.C. Medicina Transfusional  
Complejo Asistencial "Dr. Víctor Ríos Ruiz"  
Los Ángeles



## ¿Qué es la sangre?

La sangre es un tejido líquido que recorre el organismo y que transporta diferentes elementos como glóbulos rojos, blancos, plaquetas, entre otros componentes necesarios para las funciones vitales.



## ¿Cuáles son los usos de la sangre?

A pesar de todo el avance tecnológico con el que contamos en pleno siglo XXI la sangre no puede ser fabricada.

La sangre puede ser utilizada en enfermedades que producen anemia, así como en tratamientos de distintos tipos de cáncer.

También es utilizada en:

Intervenciones quirúrgicas, trasplante de órganos, tratamiento en caso de accidentes, hemorragias y quemaduras

## ¿Cuánta sangre se dona?

La cantidad de sangre de una persona está relacionada con la edad, peso, sexo y altura. Un adulto tiene entre 4,5 y 6 litros de sangre en su cuerpo y lo que se extrae en una donación son 450 cc.

## Condiciones generales para donar sangre

- Edad: entre 18 y 60 años.
- Donantes habituales hasta los 65 años.
- Presentar cédula de identidad.
- Haber ingerido alimentos en las últimas 5 horas.
- Personas que ejercen las siguientes actividades:

conductores de vehículos pesados y transporte público, trabajos en altura, deporte de alto riesgo, etc.

Sólo podrán donar sangre en caso que no realice ninguna de estas actividades durante las 12 horas siguientes.

- Desde la última donación deben haber transcurrido 3 meses en el caso de los hombres y 4 meses en el caso de las mujeres.
- Pesar mínimo 50 kilogramos.
- Haber dormido mínimo 5 horas la noche previa (o durante el día en salientes de turno).



## Restricciones para donar sangre

- Personas que consumen drogas (cocaína, pasta base, heroína, entre otras).
- Tener 2 o más parejas sexuales o inicio de una nueva pareja sexual en los últimos 6 meses.
- Antecedentes de epilepsia, desmayos o crisis convulsivas.
- Antecedentes de hepatitis después de los 11 años.
- Antecedentes de enfermedades del corazón, pulmón, riñón, cáncer, diabetes en tratamiento con insulina, etc.
- Personas que en los últimos 6 meses, se han realizado tatuajes o piercing.  
Embarazadas hasta 6 meses después del parto.



1 Donación de sangre puede salvar 3 vidas

