



¿QUIENES PUEDEN DONAR SANGRE?

Cualquier persona que cumpla con las siguientes condiciones:

- Tener entre 18 y 55 años de edad.
- Pesar más de 50 Kg.
- Sentirse bien de salud.
- No padecer enfermedades que sean transmitidas por sangre (Hepatitis, Chagas, etc).
- No haber tenido relaciones sexuales con parejas ocasionales.
- No consumir drogas endovenosas.
- No haberse realizado recientemente (6 meses) tatuajes, perforaciones o escarificaciones cutáneas (piercing).

Se puede donar sangre 4 veces x año.

Se dona Médula una SOLA vez en la vida.

INFORMACION PARA EL DONANTE

- Ante todo agradecemos su actitud solidaria.
- Antes de la donación tendrá una entrevista personal donde se intentarán detectar causas que puedan hacer que no deba o no pueda donar sangre, luego le harán un control de su presión arterial, temperatura, frecuencia de pulso y estado físico general. Posteriormente se procederá a la donación y finalmente recibirá un refrigerio, todo esto se realizará aproximadamente en una hora.
- Tengan en cuenta que: todo material que se utiliza es descartable y no puede ocasionar ningún perjuicio. Les pedimos disculpas si alguna de las preguntas que le efectuaremos son personales o íntimas, las mismas serán confidenciales y el único interés es protegerlo a Usted y al receptor.

EXCLUSION DEFINITIVA

No se debe donar sangre en las siguientes situaciones:

- Haber padecido enfermedades infecciosas transmisibles por la sangre (Hepatitis C, Hepatitis B, SIDA, sífilis, etc). Si se tuvo Hepatitis A antes de los 12 años de edad se puede donar!
- Haber realizado prácticas que supongan riesgo de transmisión de enfermedades (ver más información en la hoja de consentimiento informado).
- Estar embarazada o en período de lactancia.
- Haber padecido alguna enfermedad de Chagas, fiebre Q, lepra, babesiasis o leishmaniasis.
- Haber nacido en lugares donde hay enfermedad de Chagas (áreas rurales del Centro y Sur de América).
- Antecedentes de enfermedades cardiovascular: hipertensión arterial en tratamiento farmacológico angina de pecho, arritmia, trombosis, etc.
- Padecer enfermedades gastrointestinales, hematológicas o neurológicas graves, crónicas o recidivantes.
- Haber padecido cáncer, salvo algunas excepciones, como la de cuello uterino y algunas de la piel.
- Padecer diabetes, epilepsia o enfermedad pulmonar crónica o grave.
- Padecer enfermedad autoinmune (lupus, esclerodermia) con afectación de más de un órgano.
- Haber sido sometido a una intervención quirúrgica intracraneal o a un trasplante de córnea.
- Haber sido sometido a un xenotrasplante.
- Haber recibido tratamiento con hormonas de crecimiento de origen humano.
- Tener antecedentes en la familia de algún caso de Enfermedad de Creutzfeldt-Jakob.
- Tratamiento con Tigadsón R (etretinato) para la psoriasis.

EXCLUSION TEMPORAL

- 5 años: Glomerulonefritis aguda.
- 3 años: haber tenido paludismo o nacido en países donde hay paludismo y haber vivido allí más de 5 años.
- 2 años: haber padecido tuberculosis, fiebre de malta (brucelosis), osteomielitis, fiebre reumática, fiebre Q.
- 1 año: haber padecido gonococia. Haber sufrido reacción alérgica a un medicamento (si la reacción fue grave la exclusión sería definitiva).
- 6 meses: haber padecido herpes zoster, mononucleosis infecciosa, toxoplasmosis, haber visitado zona endémica de paludismo y/o enfermedad de Chagas y estar asintomático (consultar países). Haber padecido parto o aborto (si lactancia materna dejar pasar tres meses una vez finalizada ésta).
- 4 meses: haber tenido contacto sexual, aunque sea con protección con una persona que pueda padecer SIDA, hepatitis ó que tenga prácticas de riesgo para la transmisión de estas enfermedades. Convivir con un enfermo de hepatitis B, hepatitis C ó infección por VIH. Exposición accidental a sangre o instrumentos contaminados. Haberse realizado pearcig, tatuajes o acupuntura. Haberse sometido a examen endoscópico, implantación de catéter, cirugía mayor o transfusión sanguínea.
- 1 mes: haber recibido tratamiento con ProscarR o PropeciaR (finasteride) ó RoacutánR (isotretinoína). Haber viajado a zona donde se detectan casos de transmisión de virus del Nilo Occidental a humanos.
- 2 semanas: afección pseudogripal, fiebre superior a 38°C.
- 1 semana: cirugía menor (extirpación de quistes o verrugas, sutura herida, amigdalectomía, hemorroidectomía, apendicectomía, cirugía dental, etc.
- Otros periodos: las personas con alergia no pueden donar mientras dure el periodo alérgico y/o tengan asma. Antes de realizar actividades peligrosas, dejar transcurrir al menos 12 horas desde la donación (por ejemplo conductores autobús o tren, operadores de grúa, montañeros, pilotos, submarinistas, etc). En caso de tomar alguna medicación, haber recibido una vacuna o haber tenido algún otro tipo de enfermedad, consultar al personal sanitario.

DESPUES DE DONAR SIGA ESTOS CONSEJOS:

- No se retire hasta que se sienta bien y haya tomado su refrigerio.
- En las 4 horas posteriores a la donación ingiera abundante cantidad de líquido (que no sea alcohol) y mantenga una buena ingesta de líquidos durante la 48 horas siguientes a la donación, sobre todo en épocas de calor.
- No fume ni beba alcohol durante una hora después de donar sangre.
- Si tiene mareos o un leve dolor de cabeza, siéntese y baje la cabeza o acuéstese y levante las piernas.
- Mantenga cubierto el sitio de la punción venosa durante 4hs.
- Si cumple tareas de riesgo (trabajo en andamios o altura, conductor de vehículos, ect) es aconsejable esperar una hora antes de reiniciar la tarea.
- Si se produce un hematoma en la zona de punción, coloque hielo. El hematoma tardará alrededor de 7 días en desaparecer. Ante cualquier duda, consulte a su médico de cabecera o a un profesional del Banco de Sangre.
- Si dentro de los 3 días posteriores a su donación, contrae alguna enfermedad, avísenos telefónicamente.
- Puede volver a donar sangre en dos meses sin ningún daño para su salud.
- Ante cualquier duda, por favor consúltenos.

¿COMO SER DONANTE DE MEDULA OSEA?



- 1- Previo a una entrevista médica, haces una donación de sangre (450ml).
 - 2- Se estudia el código genético de tu sangre.
 - 3- Tus datos inmunológicos ingresan a la base de datos del registro.
 - 4- Si un paciente con datos genéticos idénticos a los tuyos necesita un trasplante de médula ósea te llaman.
 - 5- Analizan si tu estado de salud es bueno y te informan los pasos a seguir para donar tus células.
 - 6- Se concreta la donación por el método de Sangre Periférica: se administran vacunas para estimular la salida de las células al torrente sanguíneo y extraen de las venas del brazo por un método llamado aféresis.
 - 7- El paciente que necesitaba un trasplante de médula ósea recibe tus células. Estas células extraídas se te regeneran en poco tiempo. Ni el paciente ni el donante deben viajar.
- DONASTE VIDA EN VIDA.

¿POR QUE SER DONANTE DE MEDULA OSEA?

Hay enfermedades de la sangre, como la leucemia, que pueden curarse con un trasplante de células progenitoras hematopoyéticas (médula ósea).

Sin embargo solo el 25% de los enfermos cuentan con un donante entre sus familiares, el 75% restante debe recurrir a un donante sano, voluntario y no emparentado.

La médula ósea donada debe ser compatible en un 100% con la del paciente para evitar el rechazo, y eso solo ocurre en 1 persona entre 40.000. Por eso para buscar el donante existen registros que funcionan en todos los países y se agrupan bajo una red internacional denominada BMDW (www.bmdw.org).

LO QUE HAY QUE SABER

- La médula ósea no es la médula espinal.
- La donación de CPH no tiene riesgo de vida.
- Ser donante de órganos no significa ser donante de médula ósea.
- No implica gasto alguno para el donante.
- La donación se hace efectiva solo cuando existe compatibilidad del 100% entre el donante y el receptor.