

## 14 DE JUNIO DE 2016 - DÍA MUNDIAL DEL DONANTE DE SANGRE: "LA SANGRE NOS CONECTA A TODOS"

El Centro de Especialistas en Análisis Biológicos Distrito II adhiere a la Campaña en el Día Mundial del Donante de Sangre, cuyo tema este año es «La sangre nos conecta a todos». La campaña se centra en agradecer a los donantes y destaca la dimensión de «solidaridad» y «conexión» que existe entre donante y paciente. En el año 2016 se ha adoptado el lema «Comparte la vida - Dona sangre» para llamar la atención sobre la importancia de los sistemas de donación voluntaria como vía para fomentar el cuidado del prójimo y la cohesión comunitaria.



Tu sangre  
me salvó la vida  
Comparte la vida,  
dona sangre

El Ceabi DII adhiere a la campaña  
2016 de la OMS



Transcribimos a continuación información sobre la donación voluntaria de sangre basada en preguntas frecuentes publicado por el Ministerio de Salud de la Nación ([www.msal.gov.ar/plan-nacional-sangre](http://www.msal.gov.ar/plan-nacional-sangre))

### 1- ¿Por qué se debe donar sangre?

Porque cada día, miles de pacientes salvan su vida o recuperan su salud gracias a las transfusiones de productos sanguíneos. En Argentina se necesitan más de 4.000 transfusiones por día. La única forma de obtenerlas es la Donación Voluntaria de la Comunidad Sana. No existe ningún producto capaz de sustituir la sangre humana. Con una donación de sangre se pueden salvar hasta tres vidas.

La donación de sangre es un acto altruista para el que no hay que tener condiciones excepcionales; únicamente la conciencia de que es necesaria para alguien (o para nosotros mismos, ya que 9 de cada 10 personas la necesitarán en algún momento de su vida)

### 2- ¿Para qué promover la donación voluntaria de sangre?

- ♥ Para evitarle al paciente y su entorno ocuparse de encontrar donantes.
- ♥ Para que la sangre esté siempre disponible en tiempo y lugar.
- ♥ Para disponer de la sangre más segura posible.
- ♥ Para fomentar el hábito de donar sangre en forma solidaria, habitual, sin que nadie lo pida.
- ♥ Para promover un cambio cultural en beneficio de todos.

### 3- ¿Por qué la donación de sangre está considerada como un ejercicio continuo de solidaridad?

Porque todos los días se necesitan donaciones de sangre y las comunidades de mayor compromiso solidario se organizan para donar sangre en forma voluntaria y habitual. Los Grupos de Donantes, en este marco, ocupan un lugar de privilegio dentro de la cadena solidaria que se pretende organizar. Al ser voluntario su aporte es invaluable, y es la solidaridad de la gente la que al fin y al cabo permite resolver el problema de disponibilidad de sangre y sus componentes.

### 4- ¿Por qué ser donante voluntario y habitual?

Cada día son necesarias muchas donaciones de sangre. Además hay ciertos períodos en que cuesta alcanzar la autosuficiencia. En este sentido, la Organización Panamericana de la Salud recomienda que el 5 % de la población done sangre para que el sistema esté siempre abastecido. Además de la

necesidad de contar con componentes sanguíneos suficientes, se busca la mayor seguridad transfusional posible y ésta se refuerza con donantes voluntarios y habituales. Ellos tienen como única motivación ayudar al prójimo, colaborando para mejorar la calidad de vida de todos los integrantes de la comunidad. Están informados, saben de la importancia de su acto y pueden autoexcluirse si consideran que su donación puede no ser segura.

#### **5- ¿Para qué se usan componentes sanguíneos?**

Los componentes sanguíneos son requeridos en múltiples situaciones, tales como accidentes, operaciones, trasplante de órganos, tratamientos oncológicos, pacientes con quemaduras graves y otros. Los glóbulos rojos irán destinados a pacientes con anemias crónicas, anemias agudas, cirugías, trasplantes. Las plaquetas se emplearán en enfermos con tratamientos de quimioterapia. Aplasia medular. Trasplantes. El plasma tiene distintos componentes y fundamentalmente se utiliza para obtener medicamentos. Estos productos se emplean para tratar la hemofilia, problemas de coagulación, quemaduras, enfermedades del riñón, del hígado y otras. La separación de la sangre en sus componentes permite dar a cada enfermo lo que necesita y optimizar las unidades de sangre entera donada.

#### **6- ¿Cuáles son los requisitos para donar sangre?**

Hombre o mujer, que cumpla con las siguientes condiciones:

- ♥ Tener entre 18 y 65 años de edad.
- ♥ Pesar más de 50 Kg.
- ♥ Estar en buen estado de salud.
- ♥ No padecer enfermedades que sean transmisibles por sangre.
- ♥ No haber tenido relaciones sexuales de riesgo en el último año.
- ♥ No consumir drogas endovenosas.
- ♥ No haberse realizado, en el transcurso del último año, tatuajes o perforaciones y Cirugías.

El proceso de selección pre-donación, se realiza para determinar que la donación de sangre no pueda afectar al donante y sea segura para el receptor. Durante este proceso de selección, se puede solicitar información más detallada respecto de la aptitud para ser donante de sangre. Es preciso consultar siempre cualquier duda con el profesional que realiza la entrevista pre-donación.

#### **7- ¿Con qué frecuencia se puede donar sangre?**

- ♥ Debe transcurrir mínimo 2 meses entre donación y donación.
- ♥ Los hombres pueden donar 5 veces al año, como máximo.
- ♥ Las mujeres pueden donar 4 veces al año, como máximo. Esto se debe a que los depósitos de hierro, disminuyen con la menstruación.

#### **8- ¿Se puede donar si se está menstruando?**

Sí. La mayoría de las mujeres pierde menos de 40-50 ml. de sangre en cada menstruación y, por lo tanto, el promedio de pérdida anual normalmente no excede los 650 ml. de sangre. No hay razón para diferir a mujeres que están menstruando cuando asisten a donar sangre, a menos que, por hematocrito o hemoglobina, se detecte anemia.

#### **9- ¿Hay riesgos de infección o de contaminación cuando se dona sangre?**

No. El material que se usa para la extracción es estéril, descartable y de uso único. No se puede contagiar ninguna enfermedad por donar sangre. Como la donación es un acto médico existe el deber de no dañar, es decir que no corra ningún riesgo ni el donante ni el receptor. Por eso se recomienda que se informe previamente acerca de las condiciones para donar y que responda en forma responsable la entrevista pre-donación.

#### **10- ¿Qué enfermedades se pueden transmitir por la sangre?**

La mayor parte de las enfermedades infecciosas pueden transmitirse por sangre, por lo que todas las unidades donadas son analizadas en todos los sistemas de salud organizados del mundo.

Regionalmente pueden estudiarse algunas infecciones que se presentan localmente.

Las pruebas más habituales son: Hepatitis B y C, Sífilis, HIV y Chagas.

### **11- En caso de detectarse alguna infección a través de los análisis que se efectúan a la sangre donada, ¿se le comunica al donante?**

Siempre se le comunica al donante una vez confirmado el resultado positivo y se lo orienta sobre los pasos a seguir para su atención y tratamiento.

### **12- ¿Cuál es el proceso para donar sangre?**

La persona que se acerca a donar:

- 1- Será atendida por un equipo profesional y recibirá información pre-donación.
- 2- Tendrá una entrevista con personal capacitado que determinará si puede donar sangre. Toda la información que el donante brinda es confidencial.
- 3- Si está apto para donar, pasa a la etapa de extracción.
- 4- La extracción será realizada por personal técnico siguiendo estrictas normas de seguridad, calidad, higiene y confort. Se recoge 450 cc de sangre; cantidad que el cuerpo asume sin ningún problema cuando se está sano y que no causa ningún trastorno posterior.
- 5- Después de la donación recibirá un refrigerio y consejería post-donación.
- 6- Este proceso dura de 30 a 40 minutos en total. La extracción propiamente dicha dura entre 7 y 10 minutos.

La extracción de sangre no es dolorosa. Puede sentirse una molestia en el momento de la punción, semejante a la de un análisis de sangre. Se recomienda estar tranquilo y lo más relajado posible. Si se siente alguna molestia o malestar durante la donación o posteriormente, es necesario comunicarlo al personal médico que está para atenderlo.

### **13 - ¿Qué se recomienda tener presente para el día de la donación?**

- ♥ No estar en ayunas. Se recomienda ingerir alrededor de 500 ml. de líquido antes de donar.
- ♥ Beber abundante líquido durante todo el día (jugos, mate, té, café).
- ♥ Estar descansado.
- ♥ Concurrir con ropa cómoda.
- ♥ Presentarse con D.N.I.
- ♥ Post-donación se puede continuar con las actividades normales. Sólo es conveniente que se eviten grandes esfuerzos físicos y movimientos bruscos. En caso de ser fumador, no fumar durante las dos horas siguientes a la extracción.

### **14- ¿Quién organiza la donación de sangre?**

La donación de sangre está organizada por los Bancos de Sangre y/o Centros regionales de Hemoterapia en el marco de los Programas Provinciales de Hemoterapia de los Ministerios de Salud de cada jurisdicción. Son ellos los que conocen la cantidad y tipos de componentes sanguíneos requeridos por esa población y son responsables de instrumentar los medios para asegurar su disponibilidad.

### **15 - ¿Cómo conseguir donantes Rh negativo?**

En un sistema organizado sobre donación voluntaria y habitual, esta situación generalmente no se plantea. La población de receptores y de donantes tiene aproximadamente un 10% de Rh negativo y naturalmente se abastecen todas las necesidades. En caso de que se requiera convocar específicamente estos donantes, los bancos de sangre pueden contactarlos ya que poseen registros y/o datos de agrupaciones constituidas.

### **16- Si piden donantes de sangre para el tratamiento de un familiar. Pueden condicionar su atención a que acudan los donantes?**

Los donantes que se solicitan son en carácter de colaboración, pero la responsabilidad de cubrir la necesidad es del banco de sangre y/o la institución donde se atiende el paciente. No obstante, es importante saber de la necesidad de colaborar con la convocatoria de donantes, especialmente si se ha tomado conciencia de los beneficios que la donación voluntaria y habitual aporta a todos.

### **17- ¿Se puede donar si se padeció alguna de las siguientes enfermedades?**

- Mononucleosis: Si fue una mononucleosis simple, sin complicaciones, después de seis meses, puede donar sangre. Si hubo alguna complicación, se indagará más en el momento de la entrevista de selección, antes de la donación de sangre.
- Hipertensión: Si la hipertensión está controlada y no hay ningún otro factor que lo impida, puede donar sangre. No debe suspenderse la medicación para donar.
- Hepatitis A: El virus de la Hepatitis A no se transmite por sangre, pero esto será evaluado en la entrevista pre-donación. Será el profesional responsable quien definirá si puede donar o no. Las normas establecen que las personas que han padecido hepatitis antes de los 10 años pueden donar sangre, dado que se considera que la mayor parte de estas hepatitis son del tipo A.
- Asma: Si no está atravesando una crisis, se siente bien y la enfermedad está controlada, no habría problema. Pero como cada persona es un caso particular, es conveniente consultar con un profesional que realiza la entrevista previa a la donación.
- Epilepsia: Las Normas permiten la donación de sangre de personas que están libres de síntomas luego de tres años de haber finalizado el tratamiento. Aconsejamos consultar en el banco de sangre donde se quiera donar, para que se evalúe la situación particular, en el contexto de la entrevista pre- donación.
- HPV: El virus HPV no es transmisible por sangre por lo que sí se puede donar sangre. Lógicamente ante cualquier duda se consultará al médico a cargo del lugar donde se concurra a donar.

### **18- ¿Si se está tomando alguna medicación, se puede donar sangre?**

El consumo de medicamentos por parte del potencial donante siempre será motivo de consulta médica, ya que será diferido, o no, en función de la enfermedad para la cual se prescribieron los medicamentos y no por el medicamento en sí mismo. Como regla general, las personas que toman medicamentos que tienen un efecto acumulativo y teratogénico no deben donar sangre. Se difieren en forma permanente. A modo de ejemplo, el tratamiento con etretinato (Tegison) que se utiliza para el acné y la psoriasis.

### **19- ¿Qué medicamentos NO son motivo de exclusión para donar sangre?**

Antitabaco, adelgazantes, contraceptivos, hormonales sustitutivos, anticolesterol, antihemorroides, descongestivos nasales, cortisona interarticular, vitaminas, minerales suplementarios, broncodilatadores, tranquilizantes, ansiolíticos, antidepresivos, analgésicos menores, relajantes musculares, diuréticos, profilaxis antiviral, anti-espasmódicos, agentes uricosúricos, y laxantes.

### **20- ¿Se puede donar sangre si se consumen drogas?**

Las personas que hayan utilizado marihuana, en la mayor parte de los países, no son diferidas. (en cada caso consultar con el médico). Los que hayan utilizado drogas inyectables deben ser diferidos en forma permanente. Por el consumo de otras drogas, será la evaluación médica la que determine si se puede o no donar, dado que fundamentalmente se evaluará el grado de adicción y eventuales riesgos a los que haya podido estar expuesto durante el efecto de las mismas.

### **21- ¿Dónde se puede pedir información?**

Al teléfono: 0800-222-1002 o ingresando a: <http://www.msal.gov.ar/plan-nacional-sangre/> se puede consultar: lugares, fechas, horarios de atención y colectas de sangre, en todo el país.