

¿Puedo donar sangre?

#súmatendonasangre / Tú das el tipo



Más información en ados.sergas.es
doadoressangre.ados@sergas.es
o en el teléfono **900 100 828**



ados
axencia de doazón de órganos e sangue

Puedes donar sangre si...

- ♥ Tienes una **salud normal**.
- 📏 Pesas más de **50 kilos**.
- 👤 Edad entre **18 y 65 años**.
- 👨‍⚕️ **A partir de 65 años** con **permiso** de tu médico.

Además...

- 📄 Lleva contigo el **DNI, carnet de donante o pasaporte**.
- 🍴 **No acudas sin desayunar** y después de comer, espera por lo menos 2 horas.
- 📅 Los **hombres** pueden donar al año un máximo de **4 veces** y las **mujeres 3 veces**, dejando pasar entre cada donación por lo menos 2 meses.

Nunca puedes donar sangre si...

- ⊘ Padeciste, padeces o eres portador crónico de **enfermedades transmisibles por la sangre** (hepatitis B o C, SIDA, sífilis, lepra, chagas, HTLV,...); si consumiste **drogas por vía intravenosa**; si tienes de forma habitual **distintas parejas sexuales**; si mantuviste relaciones sexuales a cambio de dinero o drogas o con personas de las que desconoces sus hábitos sexuales o si tu **pareja padece hepatitis B, C o SIDA** o está a tratamiento con factores de coagulación de origen humano.
- ⊘ Tampoco con **enfermedad grave o crónica** (corazón, riñón, pulmón...) o si padeces cáncer, epilepsia, asma grave, diabetes insulino dependiente, bronquitis severa o enfermedad hematológica.
- ⊘ Tienes **historial familiar de enfermedad de Creutzfeldt-Jakob** o de su nueva variante o de cualquier otra encefalopatía espongiiforme o si residiste durante un período acumulado de 1 año en el **Reino Unido entre 1980 y 1996** inclusive (no incluye a la República de Irlanda) o si recibiste alguna transfusión en el Reino Unido o en Francia a partir de 1979.
- ⊘ Si recibiste **implante de córnea, esclerótica, duramáter humana o bovina**, tratamiento con extractos de pituitaria.

Información completa en el R.D. 1088/2005 del 16 de septiembre y en los criterios básicos para la selección de donadores de sangre y componentes del Ministerio de Sanidad.

Sabías que...

La mayoría de casos de hepatitis en la infancia o adolescencia no impiden donar sangre.

En las unidades móviles y locales de donación de las siete grandes ciudades puedes solicitar un análisis y comprobar si puedes donar sangre.

Si tienes **relaciones sexuales con una pareja nueva**, tienes que **esperar 4 meses** para donar sangre desde el último contacto sexual **sin protección**.

Tienes que...

- ⌚ **Esperar 2 años** después de curar una tuberculosis, brucelosis, toxoplasmosis o fiebre reumática.
- ⌚ **Esperar 6 meses** después de tener contacto doméstico con pacientes o portadores de hepatitis B, hepatitis C o VIH (SIDA).
- ⌚ **Esperar 6 meses** después de un parto o un aborto (en todo caso hay que esperar a que finalice la lactancia).
- ⌚ **Esperar 6 meses** después de curar una mononucleosis o si estás tomando tratamiento para una anemia.
- ⌚ **Esperar 4 meses** si realizaste un piercing, tatuaje, acupuntura, endoscopia, cateterismo, perforación de piel o mucosas o tuviste alguna operación quirúrgica o recibiste una transfusión de sangre.
- ⌚ **Esperar 15 días** si tuviste fiebre o gripe o padeciste una enfermedad infecciosa (con o sin tratamiento antibiótico).
- ⌚ **Esperar 7 días** después de una cirugía menor con anestesia local o tras una extracción dental. **Esperar 3 días** tras un empaste y **24 horas** tras una limpieza dental.

Importante, informa si... ↗



Tienes **vacunas** recientes, hipertensión descompensada o **alergia a medicamentos**.



Tu **pareja sexual es de fuera de Europa**, si durante un **viaje** mantuviste relaciones sexuales con personas de fuera de Europa o si recibiste una **transfusión de sangre** fuera de España.



Has **viajado o residido en el extranjero en los últimos 12 meses**. Informa al médico qué país has visitado, durante cuánto tiempo y cuándo has vuelto.

Podemos doar sangue?

#súmatedoasangue / Ti das o tipo



Máis información en ados.sergas.es
doadoressangue.ados@sergas.es
ou no teléfono **900 100 828**



**ados**
axencia de doazón de órganos e sangue

Podemos doar sangue se...

- ♥ Tes unha **saúde normal**.
- ⚖️ Pesas máis de **50 quilos**.
- 👤 Idade entre **18 e 65 anos**.
- 👨‍⚕️ **A partir de 65 anos** co **permiso** do teu médico.

Ademais...

- 👤 Leva contigo o **DNI, carné de doador** ou **pasaporte**.
- 🍴 **Non acudas sen almorzar** e despois do xantar, espera polo menos 2 horas.
- 🗨️ Os **homes** poden doar ao ano un máximo de **4 veces** e as **mulleres 3 veces**, deixando pasar entre cada doazón polo menos 2 meses.

Nunca podemos doar sangue se...

- ⊘ Padeciches, padeces ou es portador crónico de **enfermidades transmisibles polo sangue** (hepatite B ou C, SIDA, sífilis, lepra, chagas, HTLV,...); se consumiches **drogas por vía intravenosa**; se tes de xeito habitual **distintas parellas sexuais**; se mantiveches relacións sexuais a cambio de cartos ou drogas ou con persoas das que descoñeces os seus hábitos sexuais; se a túa **parella padece hepatite B, C ou SIDA** ou está a tratamento con factores de coagulación de orixe humana.
- ⊘ Tampouco con **enfermidade grave** ou **crónica** (corazón, ril, pulmón...) ou se padeces cancro, epilepsia, asma grave, diabetes insulín dependente, bronquite severa ou enfermidade hematolóxica.
- ⊘ Se tes **historial familiar de enfermidade de Creutzfeldt-Jakob** ou da súa nova variante ou de calquera outra encefalopatía esponxiforme ou se residiches durante un período acumulado dun ano no **Reino Unido entre 1980 e 1996** inclusive (non inclúe a República de Irlanda) ou recibiches algunha transfusión no Reino Unido ou en Francia a partir de 1979.
- ⊘ Se recibiches **implante de córnea, esclerótica, duramáter humana ou bovina**, tratamento con extractos de pituitaria.

Sabías que...

A maioría de casos de hepatite na infancia ou adolescencia non impiden doar sangue.

Nas unidades móbiles e nos locais de doazón das sete grandes cidades podemos solicitar unha análise e comprobar se podemos doar.

*Se tes relacións sexuais cunha **parella nova**, tes que esperar **4 meses** para doar sangue dende o derradeiro contacto **sexual sen protección**.*

Tes que...

- 🕒 **Esperar 2 anos** despois de curar unha tuberculose, brucelose, toxoplasmose ou febre reumática.
- 🕒 **Esperar 6 meses** despois de ter contacto doméstico con doentes ou portadores de hepatite B, hepatite C ou VIH (SIDA).
- 🕒 **Agardar 6 meses** despois dun parto ou un aborto (en todo caso tes que esperar a rematar a lactancia).
- 🕒 **Agardar 6 meses** despois de curar unha mononucleose ou se tomas tratamento para curar unha anemia.
- 🕒 **Esperar 4 meses** se fixeches un piercing, tatuaxe, acupuntura, endoscopia, cateterismo, perforación de pel ou mucosas ou se tiveches unha operación cirúrxica ou recibiches unha transfusión de sangue.
- 🕒 **Esperar 15 días** se tiveches febre ou gripe ou padeciches unha enfermidade infecciosa (con ou sen tratamento antibiótico).
- 🕒 **Esperar 7 días** despois dunha cirurxía menor con anestesia local ou tras unha extracción dental. **Esperar 3 días** despois dun empaste e **24 horas** despois dunha limpeza dental.

Importante, informa se... ↴



Tes **vacinas** recentes, **hipertensión** descompensada ou **alerxia** aos medicamentos.



A túa **parella sexual** é de fóra de **Europa** ou se durante algunha **viaxe** mantiveches relacións sexuais con persoas de fóra de Europa ou se recibiches unha **transfusión de sangue** fora de España.



Viaxaches ou residiches no **estraneiro** nos últimos **12 meses**. Informa ao médico que país visitaches, durante canto tempo estiveches e cando voltaches.