

Mitos y verdades

de la donación de sangre



“...Si tiene un tatuaje o piercing, no puedes donar...”

Si ya pasó un año de habértelo hecho, entonces puedes donar.



“...Creo que me voy a debilitar...”

Si tomas líquidos y reposas, el volumen extraído de sangre se repone en pocas horas.



“...Podría contraer sida...”

Los donantes no contraerán VIH, ni ninguna otra infección por el hecho de dar sangre. Todo el material utilizado en la recolección es estéril y descartable.



“...Podría engordar...”

No es necesario comer en exceso después de donar.



“...Si soy deportista no debo donar...”

Donar sangre no afectará tu rendimiento deportivo. Tienes las mejores condiciones para hacerlo y así ayudarás a alguien que lo necesita.



“...Me pondré anémico y podría enfermarme...”

No. Antes de donar sangre, pasas por un chequeo médico y exámenes para descartar anemia.



COMPARTE TU PASIÓN,
DONA SANGRE

**DONA HOY,
DONA SIEMPRE**

**Acércate al banco de
sangre más cercano.**

#DONACHALLENGE

www.essalud.gob.pe



EL PERÚ PRIMERO

¿Qué es la donación de sangre?

Es el acto de dar sangre en forma:

**VOLUNTARIA
GRATUITA
ALTRUISTA**

¿Quiénes necesitan recibir sangre?

- Los pacientes con cáncer, enfermedades de la sangre, del riñón, aparato digestivo, etc.
- Los pacientes que serán operados.
- Los pacientes quemados.
- Los pacientes accidentados, las víctimas de atentados o siniestros que acuden a emergencia.
- Mujeres o bebés por complicaciones del embarazo o nacimiento.
- Los pacientes que recibirán un trasplante de órganos (corazón, riñón, hígado, pulmón, médula ósea).

¿Cuáles son los requisitos para donar sangre?

- Tener entre 18 y 60 años de edad.
- Tener un peso mayor o igual a 55 kilos.
- Gozar de buena salud.

**DONA
HOY,
DONA
SIEMPRE**

¿Cuántas veces al año se puede donar?



Varones cada
3 meses



Mujeres cada
4 meses

En 

30 min

salvarás hasta
tres vidas

¿Cuáles son los pasos para donar sangre?



Acércate al Banco de Sangre más cercano.



Responderás un cuestionario relacionado a tu salud.



Luego pasas un examen médico. Esto te permitirá saber tu tipo de sangre y si tienes anemia.



Si estás apto, tu donación podrá salvar hasta tres vidas.