



Alto Nivel Médico a su Alcance

Cuidados después de la donación:

- Debes mantener buena hidratación.
- Aliméntate bien.
- No se recomienda conducir después de donar sangre.
- No realices esfuerzos físicos importantes.
- No se recomienda fumar ni ingerir bebidas alcohólicas.

Obligaciones del donante:

- No recibir remuneración económica o en especie por la donación.
- Apego a decir la verdad en toda la información solicitada.
- Cumplir con las indicaciones brindadas durante el proceso de donación.



Horario para Donar y entrega de resultados:

**Lunes a Sábado
de 08:00 a 14:00**

**Te invitamos a ser parte
de nuestros donadores
voluntarios, recuerda:**

¡Donar **Sangre** Salva Vidas!

Banco de **Sangre**

Información para los donantes de sangre.



BANCO DE SANGRE
Durango 290 - 1er. piso
Col. Roma, C.P. 06700
Tel. 55-5148-4646 ext. 5003 • 5006
www.sanatoriodurango.com



La Gota de Sangre que salva vidas

¡Gracias por tu interés!

Esta información te explicará como nos puedes ayudar a que el proceso de donación sea seguro para ti y para los pacientes que reciban tu sangre.

Por favor, lee con atención.

Si existe alguna duda, el personal del banco de sangre la resolverá.

¿Por que donar?

Cuando donas, estas regalando vida y ayudando a sanar a alguien que lo necesita.

La sangre es un tejido vital que únicamente se puede obtener de personas, por ese motivo tu donación es muy importante.

La sangre segura es indispensable y de necesidad constante en las instituciones de salud.

Las leyes mexicanas prohíben la compra y venta de sangre, por lo que, para mantener una reserva suficiente, los bancos de sangre requerimos de la donación voluntaria.

¿Qué requisitos debo cumplir?

- Edad: entre 18 y 65 años.
- Presentar identificación oficial en original, que esté vigente con fotografía.
- Peso mayor a 50 kg.
- Buen estado general de salud (no presentar resfriado, fiebre, etc.)
- No estar tomando medicamentos (en caso de tomar alguno, consultar previamente con el personal de Banco de Sangre).
- Ayuno mínimo de 6 horas y máximo 8 horas a partir del último alimento fuerte.
- Mantener buena hidratación con agua, jugo y/o fruta natural (SIN AÑADIR granola, miel, crema o yogurt) hasta una hora antes de la donación.
- Dormir entre 7-8 horas como mínimo una noche antes de donar.
- No haber ingerido bebidas alcohólicas en las últimas 48 horas.
- Acudir con ropa cómoda que permita tener descubiertos ambos brazos.

No se aceptarán candidatos que:

- No aprueben la valoración de sus venas.
- No aprueben la valoración médica o presenten algún dato de enfermedad.
- Diabéticos dependientes de insulina.
- Hipertensos con cifras superiores a 180/100 mm Hg.
- Se realizaron tatuajes, perforaciones y/o acupuntura en los últimos 12 meses.
- En caso de mujeres, que estén embarazadas o en periodo de lactancia, o no han pasado 6 meses de tu último parto o cesárea.
- Fueron operados en los últimos 6 meses.
- Hayan padecido hepatitis después de los 10 años.
- Presenten factores de riesgo para transmitir VIH.
- Uso de drogas intravenosas y/o nasales.
- Prácticas sexuales de riesgo o tener múltiples parejas sexuales.

Puedes donar si:

- Eres diabético o hipertenso y estás controlado,
- Tuviste **Hepatitis A** antes de los 10 años
- Estás menstruando.

¿Qué cantidad de sangre se extrae?

Se obtienen 450 ml, que es aproximadamente el 10% de sangre total en tu cuerpo.

Proceso:

1. Registro del donante.
 2. Valoración de tus venas y toma de muestra de sangre.
 3. Valoración médica.
 4. Disposición de sangre.
 5. Recuperación
 6. Entrega de talón de autoexclusión.
 7. Devolución de identificación, entrega de comprobante de donación y vale para el refrigerio.
 8. Ingesta de refrigerio en la cafetería del hospital.
- El proceso puede tomar aproximadamente una hora con treinta minutos.

¿Qué es el talón de autoexclusión?

Si por alguna razón consideras que tu sangre no es segura y no quieres decirlo en voz alta, puedes informarlo en el talón de autoexclusión.

Invita a más gente a donar, México necesita donadores altruistas, y si ya donaste sigue haciéndolo.



NUEVO SANATORIO DURANGO, S.A. DE C.V.
Durango 296 • Cal. Roma • C.P. 06700 • Ciudad de México • Tel. 55-5148-4646
MI SANGRE

- Si es segura y puede salvar vidas
- No es segura y puede pasar alguna infección

Registro:

FOR-NSD-COP-006 REV. 0



La Gota de Sangre que salva vidas