

Día Mundial del Donante de Sangre

El 14 de junio celebramos el Día de los Donantes Voluntarios de Sangre. Esta simple acción es esencial para mantener el funcionamiento de los sistemas de salud en todo el mundo y salvar millones de vidas anualmente.



La sangre donada se puede utilizar en:

-  Transfusiones durante procedimientos médicos y cirugías de emergencia
-  Trasplantes
-  Procedimientos oncológicos
-  Tratamiento de enfermedades crónicas como la talasemia y la anemia de células falciformes.

En los países de altos ingresos hay 31,5 donaciones a cada mil habitantes y en los países de bajos ingresos esta cifra se reduce a tan solo 5,0 donaciones donde hasta el 54% de las transfusiones de sangre se administran a niños menores de 5 años.

El principal problema es el desconocimiento del proceso de donación, lo que genera inseguridad. Aunque el proceso básico de la donación de sangre es similar en todo el mundo, las directrices específicas, como la frecuencia de donación permitida y los criterios de elegibilidad pueden variar.

Aquí está toda la información necesaria para convertirte en donante y animar a otros a donar también, ya que una sola donación puede salvar hasta tres vidas.

-  **Elegibilidad:** personas sanas, de 18 a 65 años, con más de 50 kg pueden donar unas cuantas veces al año. Sin embargo, ciertos estados de salud, como la gripe, tratamientos específicos y el uso de ciertos medicamentos pueden prevenir temporalmente la donación.
-  **Proceso:** los donantes se someten al registro inicial y a la detección inicial.
-  **Colección:** se utiliza un kit estéril desechable, dura unos 10 a 15 minutos.
-  **Después de la donación:** se recomienda un breve descanso con bocadillos y líquidos, evitando esfuerzos durante 24 horas.
-  **Pruebas:** la sangre donada se prueba rigurosamente antes de usarla para transfusiones.
-  **Almacenamiento:** la sangre aprobada se fracciona y se almacena para su uso futuro.
-  **Donación de plasma:** además de sangre total, es posible donar solo plasma a través de aféresis, permitiendo donaciones más frecuentes.

La Organización Mundial de la Salud (OMS) anima a **todos los que son elegibles a considerar la donación de sangre como una responsabilidad social**, un gesto de generosidad que refleja lo mejor de la humanidad y una manera simple, pero poderosa, de hacer una diferencia en el mundo.

¿Lo sabías?

- Una persona dona en promedio 450 mL de sangre.
- El reemplazo plasmático ocurre en 24h y los glóbulos rojos en 4 semanas.

Donación de sangre	Cantidad	Período	Intervalo
Mujeres	3x	12 meses	90 días
Hombres	4x	12 meses	60 días

¡Da esperanza, dona sangre!