



Sea un héroe: Done sangre

(NAPSMM)—Mientras las familias planean sus actividades de otoño, el Departamento de Salud y Servicios Humanos de EE. UU. quiere animarlo a agregar otro plan: donar sangre.

La necesidad de sangre es constante, cada dos segundos alguien en EE. UU. necesita sangre. Por eso es importante donar durante todo el año, incluyendo este otoño.

En general, los donantes deben tener al menos 17 años, pesar al menos 110 libras, gozar de buena salud, sentirse bien y no estar tomando antibióticos. La elegibilidad varía según la ubicación, así que consulte con su centro de donación local.

¿Por qué debo donar?

Donar sangre ayuda a pacientes con cáncer, víctimas de accidentes y quemaduras, receptores de trasplantes y personas que padecen problemas en la sangre y enfermedades crónicas. Además, no hay sustituto para la sangre. Los donantes son la única forma de garantizar que la sangre esté disponible cuando la gente la necesite.

¿Qué sucede durante la donación?

Ya sea que elija donar en un centro de donación de sangre móvil o en un centro de donación, el proceso es similar.

1. **Registro:** usted se inscribe, muestra su identificación y leerá cierta información.

2. **Historial de salud y control de salud:** usted completará un cuestionario sobre su salud, viajes y estilo de vida para confirmar su elegibilidad. Le tomarán la temperatura, presión arterial, niveles de hierro y pulso.

3. **La donación:** le limpiarán y esterilizarán el brazo y luego le extraerán sangre del mismo.

4. **Hora de la merienda:** luego puede disfrutar de una merienda y una bebida mientras espera de 10 a 15 minutos antes de partir.

¿Se necesitan ciertos tipos de sangre?

Los bancos de sangre necesitan un suministro diverso de sangre y sus necesidades cambian a diario. Además, los tipos de sangre varían y pueden ser más o menos comunes en ciertos grupos raciales y étnicos, por lo que se necesita una amplia gama de personas con diferentes tipos de sangre para donar regularmente.



Los suministros de sangre donada para salvar vidas están bajos, pero usted puede ayudar fácilmente a solucionar esa insuficiencia.

¿Puedo donar sangre si tuve COVID-19?

Si usted dio positivo para COVID-19, pero no tuvo síntomas, es elegible para donar sangre 10 días después del resultado positivo de su prueba. Si dio positivo y tuvo síntomas, debe esperar para donar hasta que esté libre de síntomas durante al menos 14 días. Si estuvo hospitalizado, quizás recibió un tratamiento que le requiere posponer su donación. Por ejemplo, si usted recibió una transfusión de sangre o plasma convaleciente, no puede donar durante un año.

¿Puedo donar sangre si recibí una vacuna contra el COVID-19?

Si recibió una vacuna contra el COVID-19 inactivada o basada en ARN de AstraZeneca, Janssen/Johnson & Johnson, Moderna, Novavax o Pfizer, usted puede donar sangre si se siente bien. Si recibió una vacuna contra el COVID-19 de virus vivos atenuados o no sabe qué tipo de vacuna contra el COVID-19 recibió, debe esperar dos semanas antes de donar sangre. En su cita, se le pedirá el nombre del fabricante, así que traiga su tarjeta de vacunación.

Aprenda más

La Oficina de Política de Enfermedades Infecciosas y VIH/SIDA (Office of Infectious Disease and HIV/AIDS Policy, OIDP por su sigla en inglés), que forma parte de la Oficina del Subsecretario de Salud (Assistant Secretary for Health, OASH por su sigla en inglés), ha lanzado la nueva campaña Dar=Vivir para aumentar la conciencia sobre la importancia de donar sangre y animar a las personas a crear nuevos hábitos de donación.