

# A DOAZÓN DE SANGUE PASO A PASO



Cada día 10 unidades móbiles percorren Galicia para facilitar este acto solidario  
Tamén pode acudir aos locais de doazón das sete grandes cidades  
Non se debe acudir sen almorzar e despois de xantar hai que esperar 2 horas



O sangue doado pasa multitude de análises e controis de calidade



Os homes poden doar un máximo de 4 veces e as mulleres 3 veces ao ano, deixando pasar entre cada doazón polo menos 2 meses



Glóbulos vermellos



Plaquetas



Plasma

De cada doazón de sangue obtéñense tres compoñentes sanguíneos que utilízanse no tratamento de diferentes enfermidades



Un médico realiza unha revisión do estado de saúde e mide o pulso, a tensión e o nivel de hemoglobina para desbotar unha anemia



Emprégase material estéril e dun só uso  
O volume de sangue doado recupérase case de inmediato



Cada día, os hospitais atenden unha media de 2.700 urxencias, 500 intervencións cirúrxicas e 3 transplantes de órganos e tecidos

## #súmatedoasangue

En Galicia precisamos entre 400 e 500 doazóns de sangue cada día

# ¿PODO DOAR SANGUE?

<http://ados.sergas.es>  
[doadoressangue.ados@sergas.es](mailto:doadoressangue.ados@sergas.es)  
Tfno: 881546900

## REQUISITOS MÍNIMOS

\* Persoas cunha **saúde normal**, idade **entre 18 e 65 anos** (1) e que pesen **máis de 50 quilos**.

(1) A partires de 65 anos co permiso do seu médico

\* Non acuda sen almorzar e despois do xantar esperar polo menos 2 horas.

\* Os homes poden doar un máximo de 4 veces e as mulleres 3 veces ao ano, deixando pasar entre cada doazón polo menos 2 meses.

## NON PODE DOAR SANGUE NUNCA

- \* Se padeceu, padece ou é portador crónico de **enfermidades transmisibles polo sangue** (hepatite B ou C, SIDA, sífilis, lepra, chagas, HTLV,...); se consumiu drogas por vía intravenosa; se ten de xeito habitual distintas parellas sexuais; se mantivo relacións sexuais a cambio de cartos ou drogas ou con persoas das que descoñece os seus hábitos sexuais; se a súa parella padece hepatite B, C ou SIDA ou está a tratamento con factores de coagulación de orixe humana.
- \* Tampouco con **enfermidade grave ou crónica** de corazón ou ril, cancro, epilepsia, asma grave, diabete insulino dependente tipo I, bronquite crónica severa ou enfermidade hematolóxica crónica.
- \* Se ten historial familiar de enfermidade de **Creutzfeldt-Jakob** ou da súa nova variante ou de calquera outra encefalopatía esponxiforme ou se residiu durante un período acumulado dun ano no Reino Unido **entre 1980 e 1996** inclusive (non inclúe a República de Irlanda) ou se recibiu algunha transfusión no **Reino Unido ou en Francia** a partires de 1979.
- \* Se recibiu implante de córnea, esclerótica, duramáter humana ou bovina, tratamento con extractos de pituitaria.

### IMPORTANTE

A maioría de casos de hepatite na infancia ou na adolescencia **NON IMPIDEN** doar sangue  
Nas unidades móbiles e nos locais de doazón das sete grandes cidades pode solicitar unha análise e comprobar se pode doar sangue

**Non esqueza traer a tarxeta de doador, DNI ou documento similar**  
**Informe ao médico se está a tomar algún medicamento**

Información completa no RD 1088/2005, de 16 de setembro e nos criterios básicos para a selección de doadores de sangue e compoñentes do Ministerio de Sanidade

## NON PODE DOAR SANGUE DE XEITO TEMPORAL

- \* Se padeceu ou padece tuberculose, brucelose, toxoplasmosis ou febre reumática ten que esperar **2 anos** despois de curar e con mononucleose ten que esperar **6 meses**.
- \* Se tivo contacto doméstico con doentes ou portadores de hepatite B, hepatite C ou VIH (SIDA) ten que esperar **6 meses**.
- \* Despois dun parto ou dun aborto ten que agardar **6 meses** (en todo caso ten que esperar a rematar a lactancia).
- \* Se toma tratamento con ferro para a anemia ten que esperar **6 meses**.
- \* Se fixo un **piercing, tatuaxe, acupuntura**, endoscopia, cateterismo, perforación de pel ou mucosas ou se tivo unha operación cirúrxica ou recibiu unha transfusión de sangue ten que esperar **4 meses**.
- \* Se tivo febre ou gripe ou padeceu unha enfermidade infecciosa (con ou sen tratamento antibiótico) ten que esperar **15 días**.
- \* Extracción dental ou cirurxía menor con anestesia local esperar **7 días** (nos empastes esperar **3 días** e nas limpeza dentais **24 horas**).

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

### IMPORTANTE. Informe ao médico se viaxou nos últimos 12 meses

Despois de viaxar ou residir en zonas con risco de Malaria, Virus do Nilo, Virus do Zika, Chagas e outros é obrigatorio esperar un tempo para doar sangue.

**Informe ao médico qué país visitou, canto tempo estivo e cando voltou.**

O médico lle indicará si pode doar sangue ou canto tempo ten que esperar.

**Informe** de vacinas recentes, hipertensión descompensada, alerxia a medicamentos, se a súa parella sexual é de fora de Europa ou se durante algunha viaxe mantivo relacións sexuais con persoas de fora de Europa ou se recibiu unha transfusión de sangue fora de España.