



DONEMOS SANGRE salvemos vidas

MANUAL PARA DONADORES DE SANGRE
DEL HOSPITAL INFANTIL TELETÓN DE ONCOLOGÍA



Hospital Infantil
Teletón de Oncología
Querétaro

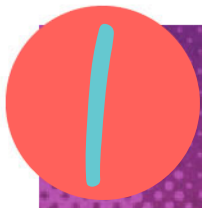
10
años

teletón.org

ÍNDICE

1. INTRODUCCIÓN
2. LA DONACIÓN DE SANGRE EN MÉXICO Y EL MUNDO
3. MITOS DE LA DONACIÓN DE SANGRE
4. RAZONES PARA DONAR SANGRE
5. REQUISITOS PARA DONAR SANGRE
6. RECOMENDACIONES PARA DESPUÉS DE DONAR SANGRE
7. PROCESO PARA DONAR SANGRE EN EL HITO, QUERÉTARO





INTRODUCCIÓN

Desde 2009, en Fundación Teletón sumamos a nuestra misión atender el cáncer infantil. Con el apoyo de la sociedad se impulsó la creación del **Hospital Infantil Teletón de Oncología (HITO)**, que inició operaciones el 12 de diciembre de 2013. Es el primer y único centro integral especializado en el tratamiento de cáncer de pacientes de 0 a 18 años de edad en México.



Durante 10 años de servicio hemos contado con áreas diseñadas cuidadosamente con base en parámetros nacionales e internacionales para ofrecer un entorno de bienestar a los niños, niñas y adolescentes y sus familias. Lo cual les brinda un ambiente cálido y de comodidad durante su tratamiento.

Entre estas áreas se encuentra el **Banco de Sangre**, con la que buscamos promover la donación de sangre 100% altruista. En el HITO reconocemos la importancia de este tipo de donación destinada a pacientes con cáncer para favorecer su supervivencia. Esto debido a que esta enfermedad afecta la sangre en el organismo, manifestándose con anemia severa, sangrados graves e infecciones, incrementando así el riesgo de muerte a corto plazo.

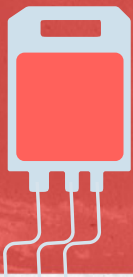
La donación de tipo altruista es considerada la más segura. En América Latina, aproximadamente, solo el 41% de los donadores cumplen este requisito, mientras que en el Caribe asciende a 56%. Hoy en día cambiar esta estadística es uno de los retos más relevantes en materia de sangre. La mejor estrategia para enfrentarlo es contar con la participación continua de la sociedad.

2

LA DONACIÓN DE SANGRE EN MÉXICO Y EL MUNDO



LO QUE OCURRE EN EL MUNDO



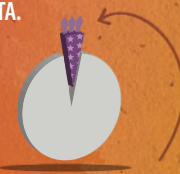
Se obtienen **93 millones** de unidades al año, aproximadamente

100% DONACIÓN ALTRUISTA EN **40 PAÍSES** VS **75%** DONACIÓN CASI OBLIGATORIA EN **62 PAÍSES**

ES MAYOR LA DONACIÓN NO ALTRUISTA.



El **50%** de las donaciones altruistas corresponden a países de 1^{er} mundo.



Y esto sólo es el **15%** de la población mundial.

LO QUE OCURRE EN MÉXICO

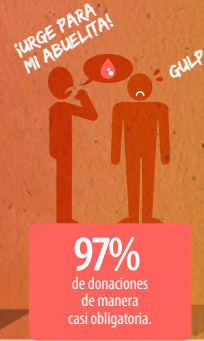
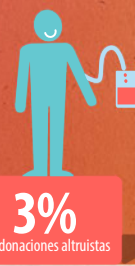


VS



SOMOS DE LOS PAÍSES QUE MENOS DONAN SANGRE DE FORMA ALTRUISTA EN EL PLANETA

EN NUESTRO PAÍS HAY 10 DONACIONES POR CADA 1000 HABITANTES.



LO QUE SUCEDE CUANDO DONAS

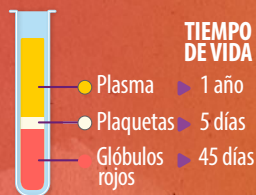
LA SANGRE Y SUS COMPONENTES SON ELEMENTOS VITALES PARA EL SER HUMANO.



LAS PLAQUETAS, LOS GLÓBULOS ROJOS Y EL PLASMA SON IMPOSIBLES DE FABRICAR.



LA SANGRE SE SEPARA EN VARIOS COMPONENTES Y SE LE DA A CADA PACIENTE LO QUE REQUIERA:



UNA PERSONA PUEDE DONAR CADA **3 MESES** SIN NINGÚN RIESGO.



3

MITOS DE LA DONACIÓN DE SANGRE

MITO 1

"SI TENGO TATUAJES O PERFORACIONES, NO PUEDO DONAR SANGRE".




¡FALSO!

Puedes donar sangre 1 año después de haberte hecho un tatuaje o perforación.

12 MESES

MITO 2

"SÓLO SE PUEDE DONAR SANGRE 1 VEZ AL AÑO".

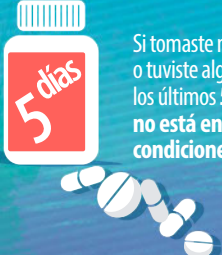


¡FALSO!

Puedes donar cada 3 meses de forma segura.

MITO 3

"SI TENGO GRIPA O TOMÉ MEDICAMENTOS, NO PUEDO DONAR".



¡CIERTO!

Si tomaste medicamentos o tuviste alguna infección los últimos 5 días, tu sangre **no está en buenas condiciones para donar.**

MITO 4

"AL DONAR SANGRE PUEDES CONTRAER ENFERMEDADES".




¡FALSO!

Los materiales para la extracción son **esterilizados** y sólo se usan **1 vez.**

MITO 5

"SI TOMÉ BEBIDAS ALCOHÓLICAS, NO PUEDO DONAR".



¡CIERTO!

Si las últimas 48 hrs. bebiste alcohol o comiste alimentos grasos (huevo y lácteos), tu sangre **no está en buenas condiciones para donar.**

48 horas

MITO 6

"DONAR SANGRE ES DAÑINO PARA LA SALUD".



¡FALSO!

Después de donar, la sangre se recupera rápidamente por lo que **no representa riesgos para tu salud.**

MITO 7

"DONAR SANGRE ES DOLOROSO".



¡FALSO!

Las técnicas para extraer sangre son **sencillas e indoloras.**

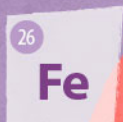
4

RAZONES PARA DONAR SANGRE

PUEDES APOYAR
A VARIAS PERSONAS CON UNA SOLA DONACIÓN.



BENEFICIA TU SALUD, POR EJEMPLO,



EQUILIBRA EL HIERRO
O REDUCE RIESGOS DE INFARTOS

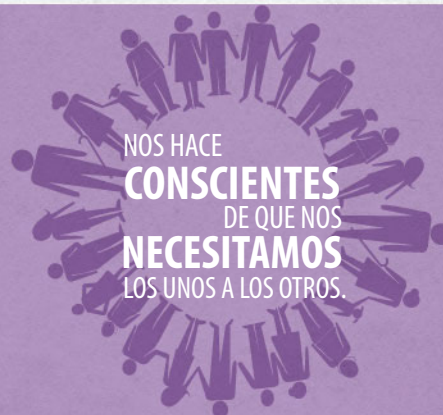
FAVORECE A PERSONAS
DE TODAS LAS EDADES



CON DIFERENTES
ENFERMEDADES.



ES UN
REGALO MUY VALIOSO
YA QUE PUEDE
SALVAR UNA VIDA,
INCLUSO VARIAS.



NOS HACE
CONSCIENTES
DE QUE NOS
NECESITAMOS
LOS UNOS A LOS OTROS.

DA UN GRAN EJEMPLO
DE **SOLIDARIDAD**



PROMUEVE
ESPERANZA.



AL DONAR NOS SENTIMOS
PARTE DE UNA BUENA CAUSA
Y ESO NOS HACE FELICES.

5

REQUISITOS PARA DONAR SANGRE

LLEVAR IDENTIFICACIÓN OFICIAL



TENER ENTRE 18 Y 65 AÑOS



PESAR MÁS DE 50kg



HABER DORMIDO UN MÍNIMO DE 6 HORAS



LLEVAR ROPA HOLGADA Y DE MANGA CORTA



NO

ESTAR EMBARAZADA O LACTANDO



PADECER O HABER PADECIDO ENFERMEDADES VENÉREAS INFECCIOCONTAGIOSAS.



HABER TENIDO CIRUGÍAS EN LOS ÚLTIMOS 6 MESES



HABER DONADO SANGRE EN LOS ÚLTIMOS 3 MESES





RECOMENDACIONES PARA DESPUÉS DE DONAR SANGRE

BEBER
ABUNDANTE
LÍQUIDO
EL RESTO
DEL DÍA.



NO FUMAR POR UNA HORA
DESPUÉS DE LA DONACIÓN.



EVITAR CARGAR PESO
CON EL BRAZO UTILIZADO
PARA LA EXTRACCIÓN.



NO CONSUMIR ALCOHOL
HASTA DESPUÉS DE INGERIR
ALIMENTOS SÓLIDOS.



NO REALIZAR TAREAS
EN ALTURAS O MANEJAR
INSTRUMENTOS
CUYO MAL USO PUEDA
SER PELIGROSO PARA
SU INTEGRIDAD
O LA DE OTRAS
PERSONAS.

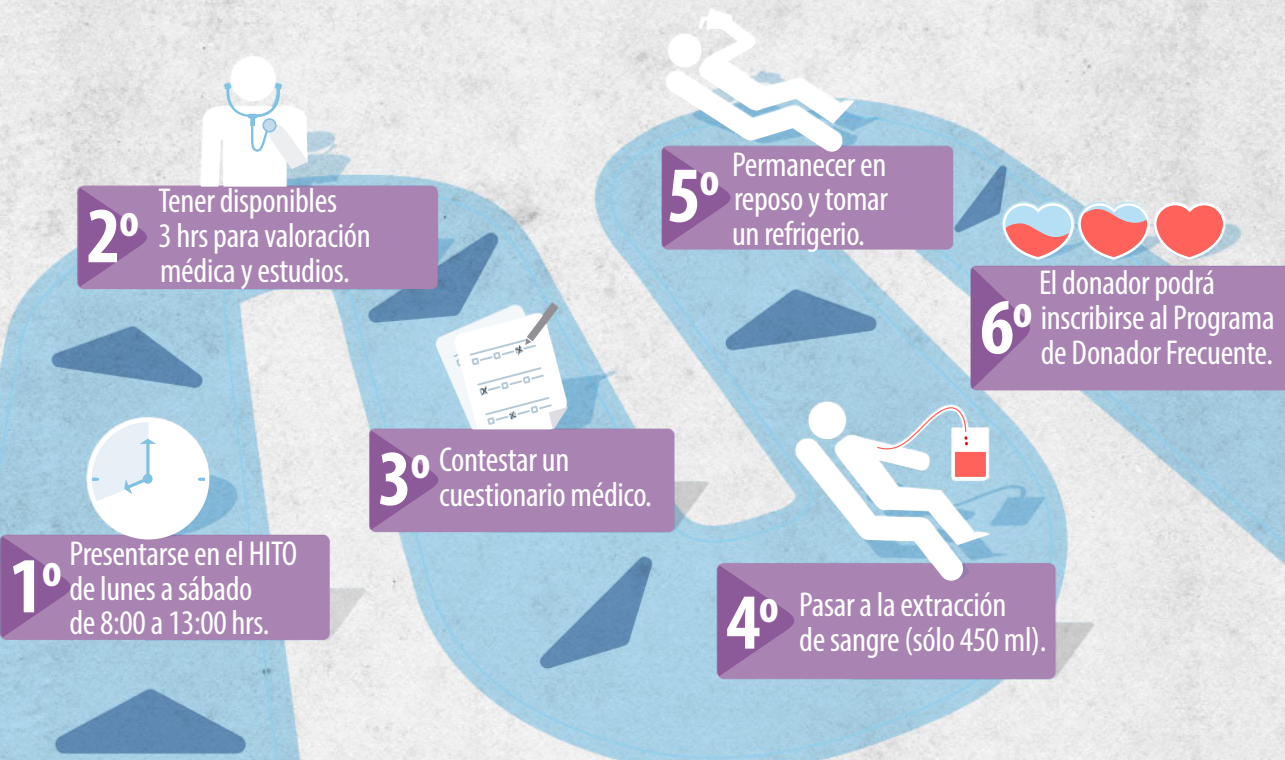


NO CONDUCIR VEHÍCULOS
HASTA NO SENTIRSE
TOTALMENTE RECUPERADO.



7

PROCESO PARA DONAR SANGRE EN EL HITO, QUERÉTARO



TELÉFONO: 800 999 4486
DIRECCIÓN: ANILLO VIAL II FRAY JUNÍPERO SERRA 1999,
COL. RANCHO MENCHACA I, CP 76140,
QUERÉTARO, QUERÉTARO.

¿EN QUÉ CONSISTE EL PROGRAMA DONADOR FRECUENTE?

LOS DONANTES PODRÁN:

DONAR SANGRE
CADA 3 MESES

&
DONAR PLAQUETAS
CADA 15 DÍAS



ACERCA DE ESTE E-BOOK

Esta e-book fue publicado en el marco de la celebración de los 10 años del HITO y del Día Mundial del Donante de Sangre 2024. Juntos podemos seguir salvando vidas. Gracias de corazón.



10 años