



### **Salve una vida y done sangre, le contamos si es apto**

Como reconocimiento a quienes han demostrado un espíritu solidario y su compromiso por salvar otras vidas, la Organización Mundial de la Salud designó el 14 de junio como el Día Mundial del Donante de Sangre, que en este año tendrá como lema: “Aunque no te conozco, gracias por salvar mi vida”.

En el marco de esta celebración, la Cruz Roja Colombiana Seccional Valle del Cauca invita a la comunidad en general a sensibilizarse sobre la importancia de donar sangre no solo en esta fecha o porque una persona conocida lo requiera para una transfusión, sino todos los días del año.

El Valle del Cauca es uno de los departamentos que más demanda tiene del líquido vital y es precisamente la falta de reservas de sangre una de las necesidades primordiales de los hospitales del departamento para la atención de emergencias y accidentes.

Es por eso que el organismo humanitario invita a los donantes habituales de sangre y plaquetas, que durante el último año realizaron dos o más donaciones para un homenaje que se les está realizando entre ayer y hoy en la sede del barrio San Fernando.

Igualmente, para mañana está prevista una toma masiva a la Ciclovida, con el apoyo de la Secretaría de Recreación y Deporte, donde entregará recordatorios a los donantes en alguno de los tres puntos que se ubicarán a lo largo del recorrido: en los sectores de La Luna, la Novena y el Ingenio.

“Con la celebración del Día Mundial del Donante se desea reconocer a las personas con estilos de vida saludables y a las empresas responsables socialmente, que donan sangre como parte de su cotidianidad y no exclusivamente en momentos de crisis, que en el caso del Valle del Cauca son frecuentes, por la ausencia de sangre en las neveras de los Bancos y los Hemocentros”, indicó Sulma Cardona, Directora Administrativa del Hemocentro de la Cruz Roja Valle.

La sangre es un líquido irremplazable y que no se puede fabricar.

¿Quiénes están aptos para donar?

Quienes estén interesados de manera voluntaria en donar sangre deben llevar documento de identidad.

Debe tener al momento de la donación entre 18 y 65 años de edad y gozar de buena condición de salud.



## Sala de Prensa

Debe pesar más de 50 kilogramos, haber ingerido algún alimento y verificar, en el caso de las mujeres, que estén embarazadas.

Si has visitado zonas endémicas de malaria, debes esperar un año para realizar tu donación, al igual que quienes se han tatuado, se han puesto piercing o se han realizado algún tratamiento que involucre agujas.

De los mitos

1. Me dan miedo las agujas: es un sutil pinchazo que apenas duele y estarás siempre acompañado por personal altamente calificado.

2. No tengo tiempo: la donación no te quitará más de 30 minutos, el proceso de extracción dura entre 7 y 10 minutos.

3. De pronto me contagio de algo: el proceso de donación es seguro, realizado con equipos nuevos, esterilizados y cumpliendo altos estándares de calidad.

4. Estoy tomando anticonceptivos: este no es un obstáculo para la donación de sangre, ya que no afecta la producción de glóbulos rojos.

5. Sólo se puede donar una vez al año: recuerda que las mujeres pueden donar cada 4 meses y los hombres cada 3 meses.

6. Si dono sangre me hará falta a mí: la cantidad de sangre extraída de tu cuerpo es menos de 450 c.c. y se recupera en menos de 48 horas tomando abundante líquido.

7. Mi grupo sanguíneo no hace falta, es muy común: por el mismo hecho de ser un grupo sanguíneo común, es de los que más se requieren para atender las emergencias y suplir las necesidades a diario.

8. Donar me deja débil: el volumen de sangre extraído es recuperado en corto plazo, menos de 48 horas, por el organismo y la persona podrá volver a sus actividades cotidianas.

9. Donar me engorda: eso es totalmente falso; la donación de sangre no altera en ningún momento tu contextura física.

Diario El País, 13 de Junio de 2015. Página A3.