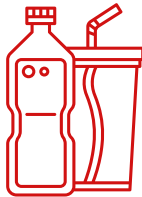


RECOMENDACIONES

Debe beber líquidos durante las 24-48 horas siguientes.



Evite situaciones de riesgo o esfuerzo física.



No cargue peso en el brazo dónde se le ha pinchado durante las siguientes 24 h.



Evite lugares calurosos y poco ventilados.

MUCHAS GRACIAS

A la salida de la donación te despediremos con un refresco y un detallito, no te olvides de recogerlo.

En la **Senia devolvemos sonrisas,**
se el donante de una de ellas.

¡DONA SANGRE!



C/ José Capuz 96 (gimnasio del centro),
46200 Paiporta, Valencia.



Contactos



961 20 59 55



46017675@gva.es



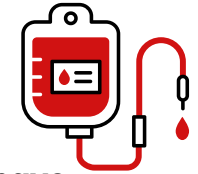
www.ieslasèniapaiporta.es

www.centredetransfuciócv.es



MARATÓN DE

DONACIÓN DE SANGRE



IES LA SÉNIA

Miércoles 15 de mayo
de 16h a 20h

La Comunidad Valenciana necesita al día la colaboración de 650 voluntarios que con su gesto salvan la vida de muchos pacientes. Disponer de ella depende de la generosidad de los donantes.



COMPARTE LO BUENO QUE TIENES DENTRO

¿QUÉ ES LA DONACIÓN DE SANGRE?

Es un acto social, generoso, participativo y responsable que permite salvar vidas y mejorar el estado de salud de muchos enfermos.

Las hematías, las plaquetas y el plasma extraídos atienden numerosas patologías en pacientes inmunodeprimidos, accidentados, mujeres embarazadas y muchas más circunstancias.

PUEDES DONAR SI:

- Tienes de 18 a 65 años y pesas más de 50 kilos.
- Has padecido hepatitis antes de los 12 años.
- Si tienes el colesterol elevado.
- Si tomas alguno de los medicamentos de consumo más frecuente.

Puedes donar hasta 3 veces al año si eres mujer y hasta 4 si eres hombre, con un intervalo de 2 meses entre cada donación.

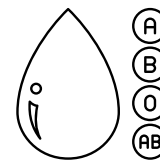
RAZONES PARA DONAR

- 1 Los componentes sanguíneos no se pueden fabricar y la donación es la única forma de obtenerlos.
- 2 No dejes que un enfermo demore su tratamiento por carencia de componentes sanguíneos.
- 3 La sangre tiene una vida limitada, son necesarias personas dispuestas a donar prácticamente todos los días ya que la duración es:
 - **Concentrado de hematías, 35 días.**
 - **Plaquetas, 5 días.**
 - **Plasma, 2 años.**
- 4 Para una persona son unos minutos, para un enfermo es una vida.
- 5 Una donación de sangre, puede dar soporte terapéutico a más de una persona.



PROCESO DE LA DONACIÓN DE SANGRE

- **Registro de tus datos:** para asegurar la identidad de las unidades y comunicarle los resultados de las analíticas realizadas.



- **Historial médico:** completarás un cuestionario médico y decidiremos si tu donación es un acto saludable tanto para ti como para el futuro receptor.
- **La donación:** La donación dura unos 7 minutos. estarás acompañado de profesionales sanitarios.



- **Refrigerio:** Es importante reponer líquidos mediante un refrigerio que te ofreceremos. Las siguientes 24 horas es importante beber mucho líquido.