

**SER DONANTE
NO PASA DE MODA**
DONA SANGRE, SALVA 3 VIDAS



**¡¡¡DONA SANGRE,
DEVUELVE SONRISAS!!!**

MUTXAMEL CASAL DE LA 3ª EDAD

C/ Ramón y Cajal, 21

**Sábado, 1 de julio
de 9:30 a 14:00 horas.**



¿Qué necesito para donar sangre?

- Pesar más de 50 kg.
- Tener entre 18 y 65 años
- Acudir con DNI
- Estar bien de salud

No acudir en ayunas y beber líquidos antes de la donación.

Estimado/a amigo/amiga:

Como sabes, la donación de sangre apenas llega para atender a los enfermos que están ingresados en los Hospitales. Son muchas las enfermedades y muchos los enfermos que necesitan de tu sangre para superar su enfermedad (cáncer, enfermedades del corazón, enfermos renales, transplantados, accidentes de tráfico, cirugía, enfermos de U.C.I...). En la provincia de Alicante **se necesitan 250 unidades de sangre diarias** para abastecer a nuestros hospitales.



INFORMACIÓN PARA LOS DONANTES DE SANGRE

ANTES DE LA DONACIÓN

No debe acudir en ayunas (realice una comida ligera) y tome líquidos abundantes antes de la donación.

DURANTE LA DONACIÓN

Esté tranquilo y respire normalmente. Se encuentra al cuidado de profesionales sanitarios.

DESPUÉS DE LA DONACIÓN

Una vez finalizada la donación el personal sanitario le indicará los cuidados de la zona de punción y el momento de abandonar la camilla.

Le será ofrecido un pequeño refrigerio y mientras será observado por el personal sanitario durante 15 minutos aproximadamente. No abandone el lugar de colecta si no se siente bien.

Durante las 6 horas siguientes a la donación:

Realice un estilo de vida saludable.

Procure beber abundantes líquidos: agua, zumo, refrescos, leche, etc.

No realice esfuerzos físicos importantes.

Disfrute de la satisfacción que produce este acto tan generoso y solidario en el que acaba de salvar vidas

