



**FUNDACIÓN**  
**SONRÍE, ESTÁS VIVO**  
Porque el milagro de vida eres tú.



# Manual para la donación de Sangre y Plaquetas

## Índice

- A) ¡Muchas Gracias!
- B) ¿Sabías Que?
- C) Requisitos
- D) ¿Cómo donar en Centro Médico?
- E) ¿Sabías que puedes donar plaquetas?
- F) Para finalizar

## ¡Muchas Gracias!

Gracias por contactarnos, gracias por estar leyendo esto, gracias por interesarte en regalarle a alguien un poco más de tiempo.

**¡Que buena onda que existan personas como tú!**

## ¿Sabías Que?

LA SANGRE NO SE PUEDE FABRICAR. La única solución es que una persona quiera regalar una pequeña cantidad de su sangre, de manera voluntaria y altruista.

Mira, te platicamos lo fácil y sencillo que es donar

Necesitas cumplir con:



- Edad: entre 18 y 65 años.
- Estar en buen estado de salud.
- Pesar más de 50 kilos.
- No haber tomado aspirinas 72 horas antes de la donación.
- No haber tenido infecciones recientes (gripa, etc. 4 días antes).
- No realizar prácticas de riesgo que faciliten el contagio de hepatitis o Sida.
- Si tienes tatuajes o perforaciones, si puedes donar, pero que tengas un año de habértelos hecho y retirarlos un día antes (en caso de perforaciones).
- Estar en ayuno de mínimo de 6 horas y máximo de 8 horas.
- No haber tenido cirugías recientes ( 6 meses).

Como te darás cuenta, en resumen, es estar sano.

El lugar en el que tenemos convenio y regularmente se va a donar es al Centro Médico Nacional Siglo XXI.

¿Lo conoces?

Pero puedes donar en cualquier Banco de Sangre de cualquier hospital, tomando en cuenta los requisitos mencionados anteriormente.





Si es en el Centro Médico Siglo XXI, dirígete al Banco de Sangre. Ahí te recibirán y debido al convenio que tenemos, pasarás automáticamente (no tendrás que hacer fila).

Sólo dí que:  
“ERES ALTRUISTA Y VIENES DE LA FUNDACIÓN SONRÍE, ESTÁS VIVO”  
a una trabajadora social.



Nosotros te daremos la cama, el nombre, hospital y servicio, de un paciente que requiera el apoyo de sangre o plaquetas.

Dicha información se te pedirá en un formato que te proporcionará la trabajadora social.

Entregarás ese formato y te pedirán que te registres.

Finalizando este registro te darán un TICKET.



Te tomarán una pequeña muestra y analizarán tu sangre para verificar que eres candidato a donar.

Después te harán unas preguntas médicas y ¡LISTO!

Te pasarán a donar, esta donación en mililitros, es el equivalente a una lata de Coca-Cola, así que tranquilo.

Por ultimo te darán de desayunar y con el ticket que previamente te dieron, lo canjearas por una constancia de donación.

Esa constancia es la que hace valida tu donación y podrás conocer a tu paciente, al cual acabas de REGALARLE VIDA.

A la par también te darán fecha para que pases a recoger tus resultados de sangre.



## ¿Sabías que puedes donar plaquetas?

Las plaquetas son como ORO, y te las cuentan como **DOBLE** donación.

## ¿Qué son?

Estás nos permiten que la sangre coagule y no tengas hemorragias internas, a consecuencia de la Quimioterapia.

## ¿REQUISITOS?

Los mismos que para sangre.

## ¿VENTAJAS?

SE REGENERAN TAN RÁPIDO QUE PUEDES DONAR CADA 3 DÍAS.

¡ Muchas gracias !

Esperamos conocerte pronto, también te enviamos nuestros programas para que los cheques y estás invitadísimo a formar parte de uno.

Y recuerda... ¡SONRÍAMOS, QUE HOY... ESTAMOS VIVOS! :)

Tels. 46-17-23-28  
contacto@sonrieestasvivo.org

Programa el milagro de la vida eres tú





# FUNDACIÓN SONRÍE, ESTÁS VIVO

Porque el milagro de vida eres tú.

