DONANTES DE SANGRE ZARAGOZA



PLAN ESTRATÉGICO PARA LA PROMOCIÓN Y DIVULGACIÓN DE LA DONACIÓN DE SANGRE

^{*} Texto revisado por Dr. D. José María Domingo Morera, Asesor Técnico de Donantes de Sangre Zaragoza y Director Médico del Banco de Sangre y Tejidos de Aragón.

DONANTES DE SANGRE ZARAGOZA QUIÉNES SOMOS



Somos una asociación sin ánimo de lucro, con el único interés en fomentar los hábitos de solidaridad social y contribuir a estimular la donación de sangre altruista. Nuestro propósito es agrupar a todas aquellas personas que, sintiendo el espíritu de fraternidad humana y solidaridad social, estén dispuestas a Donar periódicamente un poco de su sangre en beneficio de los demás, y de esta manera, lograr abastecer de recursos sanguíneos al Banco de Sangre y Tejidos de Aragón para que pueda cubrir las necesidades de los centros sanitarios públicos y privados de Aragón.

Somos la primera asociación de este tipo que se constituyó en España. Nuestro origen se remonta al 24 de Noviembre de 1965. Ese día se celebró una reunión, donde se acordó constituir la *Hermandad de Donantes de Sangre de la Seguridad Social* y tras la aprobación por parte de las autoridades, el 13 de Diciembre de 1965 toma posesión la Junta Directiva y el 22 de ese mismo mes queda constituida la *Hermandad de Donantes Voluntarios de Sangre de la Seguridad Social de Zaragoza*, actualmente denominada *Donantes de Sangre Zaragoza*.

ESTRUCTURA DE LA ASOCIACIÓN



NUESTROS VALORES

- **ORGANIZACIÓN**
- ALTRUISMO Y
 TRANSPARENCIA
- **♥** SOLIDARIDAD

- **V** COLABORACIÓN
- **PARTICIPACIÓN**
- **INDEPENDENCIA**

ÖÉTICA

- **RESPONSABILIDAD
- **♥ COMPROMISO CON LA SOCIEDAD**

DONDE PUEDES ENCONTRARNOS

Donantes de Sangre Zaragoza

C/ Ventura Rodríguez 44, local CP 50007, Zaragoza

Tel: 976 359431

comunicacion@donantesdesangrearagon.org www.donantesdesangrearagon.org



@HDSZaragoza



www.facebook.com/HDSZaragoza



DONANTES DE SANGRE ZARAGOZA RAZONES PARA DONAR SANGRE



La sangre es indispensable para vivir. Su papel es tan esencial que la disminución de su volumen o alteración de alguna de sus funciones puede poner en peligro la supervivencia del organismo; es decir, la sangre es sinónimo de vida porque no existe vida sin ella. Es imprescindible aportar al accidentado o al enfermo los elementos que le falten y recuperar la función alterada. Esta operación se denomina **transfusión sanguínea.**



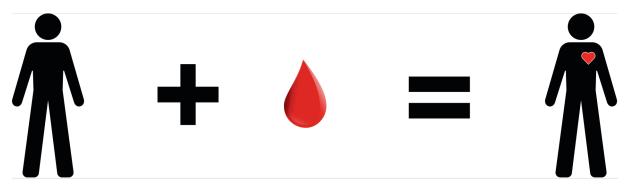




La sangre no se puede fabricar ni comprar. La donación de sangre, gesto generoso y desinteresado, es hoy por hoy, la única forma de salvar la vida o recuperar la salud para cualquier persona que sufra un déficit de componentes sanguíneos.

LOS PRINCIPIOS ÉTICOS DE LA DONACIÓN

- **<u>Libertad:</u>** La donación es libre. El donante decide, nadie le obliga.
- **Voluntariedad:** La donación es voluntaria. El donante decide cuando dona, a sabiendas de que su donación siempre es útil.
- **Gratuidad:** La donación es gratuíta, al donante no le reporta dinero, sólo la satisfacción de haber hecho una obra útil. Como cualquier tejido u órgano humano la sangre no puede ser tratada como una "mercancía" y por tanto nunca será objeto de comercio o beneficio.
- **Anonimato:** La donación es anónima. El donante no sabe quién va a beneficiarse de su donación, pero sí que la recibirá un ser humano que la necesita.
- **Solidaridad:** La donación es un gesto solidario, a través de ella se instaura una nueva forma de comunicación y solidaridad entre los seres humanos.
- **Responsable:** La donación de sangre es un acto de responsabilidad.





¿Sabías que por cada donación se pueden llegar a salvar hasta 3 vidas? La sangre se usa en una infinidad de prácticas médicas que salvan vidas, entre otras: atención de pacientes sometidos a cirugía; tratamiento de enfermedades como la anemia y la malaria; cuidado de pacientes en quimioterapia, asistencia a mujeres que presentan complicaciones durante el parto o el puerperio (hemorragia posparto) y apoyo a pacientes en tratamiento antirretroviral (ARV).

DONANTES DE SANGRE ZARAGOZA REQUISITOS PARA SER DONANTE DE SANGRE (I)



El principal requisito es la voluntad de la persona para realizar una donación. Donar sangre no representa ningún riesgo para el donante, siempre y cuando éste goce de buena salud. No obstante para poder donar existen una serie de condicionantes mínimos que son los siguientes:

- **1. Edad:** Debe estar comprendida entre 18 y 65 años. No obstante las personas mayores de 65 años pueden donar con permiso del médico responsable de la extracción.
- 2. Peso: Superior a 50 Kg.
- 3. Valores de Hemoglobina en sangre:
- Hombres: Superior a 135 gramos por litro.
- Mujeres: Superior a 125 gramos por litro.
- 4. No se debe donar en ayunas.







COMPATIBILIDAD ENTRE GRUPOS

No todos los grupos sanguíneos son compatibles entre sí de cara a una transfusión La siguiente tabla muestra los grupos compatibles:

GRUPO	PUEDE DAR A	PUEDE RECIBIR DE
A +	A+ AB+	A+ A- 0+ 0-
A -	A+ A- AB+ AB-	A- 0-
B+	B+ AB+	B+ B- 0+ 0-
B-	B+ B- AB+ AB-	B- 0-
AB+	AB+	AB+ AB- A+ A- B+ B- 0+ 0-
AB-	AB+ AB-	AB- A- B- O-
0+	0+ A+ B+ AB+	0+ 0-
0-	TODOS (AB+ AB-)	0-

Recomendado Válido pero menos aconsejado

DONANTES DE SANGRE ZARAGOZA REQUISITOS PARA SER DONANTE DE SANGRE (II)



MOTIVOS PARA EXCLUIR AL DONANTE - ENCUESTA PREVIA

Se consideran por ley una serie de motivos para excluir a los donantes para la donación. Para contribuir eficazmente a la seguridad de la transfusión tanto del donante como del receptor, es responsabilidad del donante conocer estos supuestos y ponerlos en conocimiento del personal sanitario.





ENCUESTA PREVIA A LA DONACIÓN DE SANGRE

APELLIDOS			
NOMBRE	EDAD	_DNI	
Por su propia seguridad v por la	del receptor de su donación	le rogamos	lea atentam

Por su propia seguridad y por la del receptor de su donación le rogamos lea atentamente la información contenida en este documento, que lo conteste con total sinceridad. Queda garantizada la confidencialidad de sus datos y sus respuestas. Pregunte al personal que le atiende cualquier duda que pueda surgirle.

я		
PREGUNTAS	SI	NO
¿Es usted donante de sangre?		
¿En alguna ocasión ha tenido algún incidente durante o después de la donación?		
¿Ha sido rechazado en alguna ocasión para donar sangre?		
Es especialmente importante que NO DONE si se encuentra en alguno de los siguientes grupos con	práct	icas
de riesgo:		
Si ha tenido Vd. distintas parejas sexuales en los últimos 6 meses.		
Si Vd. ha consumido alguna vez drogas por vía intravenosa o intramuscular, incluyendo esteroides o		
derivados		
Si Vd. ha tenido alguna vez relaciones sexuales a cambio de dinero o drogas o con personas de las		
que se desconocen sus hábitos sexuales o que practican la prostitución.	-	
Si su pareja sexual se encuentra en alguno de los supuestos anteriores.		
Si su pareja sexual es seropositiva para el virus de la hepatitis B, hepatitis C o el virus del SIDA.		
País de nacimiento:		
País de nacimiento de la madre:		
Fecha del último viaje al país de nacimiento:		
Medicación:		
¿Recibe algún tipo de tratamiento médico (pastillas, inyecciones) en este momento?		
Especifique		
¿Ha tomado antibióticos en la última semana?		
¿Ha tomado aspirina (ácido acetilsalicílico) o derivados en los últimos 5 días?		
¿Ha recibido tratamiento con Dutasteride (Avodart, Jalyn, Duodart), Finasterida (Proscar, Propecia,		
Ativol, Eucoprost) por un problema de próstata o de alopecia?		
¿Ha tomado Tigason o Neo-Tigason, Roacutan o Isotrex por problemas en la piel?		
¿Ha recibido alguna vacuna en el último año? Especifique:		
En los últimos 4 meses:		
¿Ha recibido alguna transfusión de sangre?		
¿Le han efectuado algún tipo de endoscopia (colonoscopia, gastroscopia, broncoscopia u otras?		
¿Se ha efectuado algún tatuaje, piercing o tratamiento de acupuntura?		
¿Le han efectuado alguna intervención quirúrgica?		
Especifique:		
Otras cuestiones:		
¿Ha convivido o mantenido contacto íntimo con alguna persona portadora o enferma del virus de la		
hepatitis B, C o el VIH?		
Si es Vd. mujer, ¿ha dado a luz o ha tenido un aborto en los últimos 6 meses?		
¿Ha tenido fiebre en los últimos 15 días o alguna infección leve en la última semana?		
¿Ha tenido en alguna ocasión algún problema de salud relacionado con enfermedades del corazón,		
pulmón, hígado, riñones, aparato digestivo, piel o sistema nervioso?		
Especifique:		

DONANTES DE SANGRE ZARAGOZA REQUISITOS PARA SER DONANTE DE SANGRE (III)



MOTIVOS PARA EXCLUIR AL DONANTE - ENCUESTA PREVIA

	SI	NO
¿Padece Vd. diabetes?. En caso afirmativo especifique si necesita insulina:		
¿Ha tenido en alguna ocasión algún problema de salud relacionado con enfermedades hematológicas, o con cualquier tipo de cáncer? Especifique:		
¿Ha sido Vd . diagnosticado de alguna enfermedad autoinmune?. Especifique:		
¿Ha tenido alguna vez algún tipo de infección como meningitis, encefalitis, tuberculosis, hepatitis B, hepatitis C, SIDA, virus Zika, fiebre del Oeste del Nilo, leishmaniasis(Kala-Azar), tripanosomiasis(Enf. de Chagas), sífilis, brucelosis(Fiebres de Malta), fiebre Q, babesiosis, toxoplasmosis o mononucleosis, ? Especifique:		
-¿Le han efectuado algún procedimiento de cirugía menor (incluyendo extracciones dentarias) en la última semana? Especifique:		
Indique si le afecta alguna de estas situaciones: injertos (de hueso, piel, córnea, de tímpano o duramadre), xenotrasplante (trasplante de órgano de animal), o cirugía cerebral. Especifique: ¿Ha recibido tratamiento con hormona del crecimiento?		
Antecedentes personales o familiares de enfermedad de Creutzfeldt-Jakob o su variante, o cualquier encefalopatía espongiforme transmisible.		
¿Ha residido durante más de 1 año, acumulativo, en el Reino Unido durante el periodo comprendido entre 1980 y 1996?		
¿Es Vd. alérgico a alguna sustancia? Especifique:		
En el último año, ¿ha realizado algún viaje fuera de España? Especifique:		

Observaciones:

	SI	NO
¿Da Vd. su autorización para que las muestras obtenidas y los productos derivados de su donación que no se		
destinen a uso transfusional, y los datos asociados, puedan ser utilizados con fines de investigación (Ley		
14/2007 3 de julio de Investigación Biomédica) y puedan ser incorporados al Biobanco del Sistema de Salud		
de Aragón?		

Reconocimiento: Con mi firma declaro que:

- -No me encuentro en ninguna de las situaciones que excluyen de la donación de sangre y he tenido la oportunidad de pedir información y de autoexcluirme.
- -He recibido información sobre el destino de mi donación de sangre (tríptico informativo) así como de sus posibles efectos secundarios que puedo presentar en relación con la donación de sangre.
- -Doy mi consentimiento para que se me efectúen, a través de correo, comunicaciones eventuales acerca de mi estado de salud o resultados analíticos.
- -Doy mi consentimiento para que mis datos sean incorporados a los ficheros del Banco de Sangre y Tejidos de Aragón (C/Ramón Salanova, 1-50017-Zaragoza) al objeto de que sean utilizados con fines clínicos. Los datos pertinentes pasarán a las Entidades de Donantes de Sangre de Aragón para comunicación de campañas u otras actividades relacionadas con la donación de sangre. Ante el Banco de Sangre y Tejidos de Aragón y en la dirección indicada podré ejercer los derechos de acceso, rectificación, cancelación y oposición según se recoge en la Ley Orgánica 15/1999 de 13 de diciembre de Protección de Datos de Carácter Personal y el Real Decreto 1720/2007 que regula su desarrollo.

El donante abajo firmante autoriza al personal facultativo del Banco de Sangre y Tejidos de Aragón a acceder a su Historia Clínica Electrónica del Servicio Aragonés de Salud, con el único objetivo de consultar resultados de pruebas de laboratorio o de anatomía patológica relacionadas con su donación, y que eviten la repetición de análisis ya realizados.

FIRMA: NOMBRE Y APELLIDOS/ CÓDIGO:

Donante	Enfermero/Médico(Entrevista)	
Fecha:	Enfermero:(Venopunción)	
Número de Unidad		

AGRADECIMIENTO: Desde el Banco de Sangre y Tejidos de Aragón queremos agradecerle su donación y esperamos poder seguir contando con su colaboración.

IM-DON-30



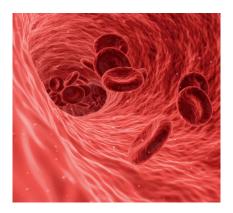




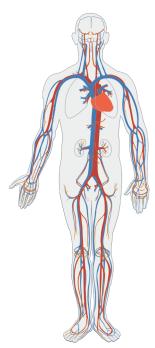
DONANTES DE SANGRE ZARAGOZA LA SANGRE Y SU IMPORTANCIA (I)



La sangre es un tejido de naturaleza líquida, de color rojo. Está compuesta por una parte líquida llamada plasma, y por una parte sólida que son las células (glóbulos rojos o hematíes, glóbulos blancos o leucocitos y plaquetas). La cantidad de sangre en una persona depende de su edad, peso, sexo y altura, pero podemos decir que aproximadamente se sitúa en 4,5 litros.



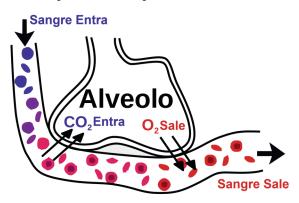
La sangre, que es impulsada por el corazón, se distribuye a través de las arterias, las venas y los capilares para llegar a todo el organismo, con el fin de transportar los elementos necesarios que permiten realizar las funciones vitales de las células del propio organismo (respirar, formar compuestos, defenderse de las infecciones, etc)

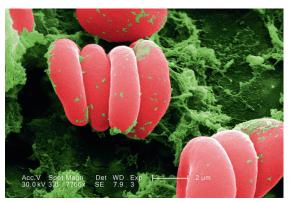


FUNCIONES DE LA SANGRE

Visto de forma global la sangre cumpliría con las siguientes funciones vitales:

- Respiratoria: Transportando el oxígeno a todas las células de nuestro cuerpo y recogiendo el anhídrido carbónico generado en la combustión.
- **Inmunitaria o defensiva:** Protegiendo al organismo de infecciones gracias a los glóbulos blancos o leucocitos.
- **Excretora**: Recogiendo los residuos y desechos para ser eliminados.
- **Transportadora:** De proteínas, grasas, hidratos de carbono, hormonas, etc.
- **Reguladora:** Manteniendo en equilibrio el agua y los íones en el organismo, así como la temperatura corporal.





LA SANGRE ES INDISPENSABLE PARA VIVIR

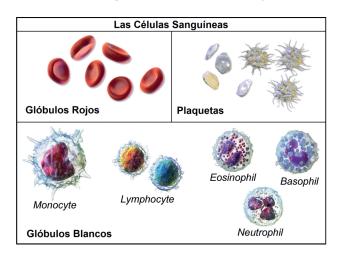
DONANTES DE SANGRE ZARAGOZA LA SANGRE Y SU IMPORTANCIA (II)

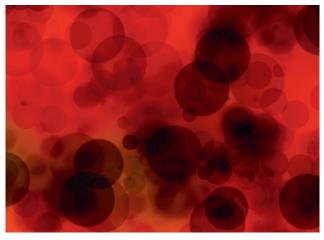


COMPONENTES DE LA SANGRE

Si consideramos por separado los componentes de la sangre, éstas son sus funciones:

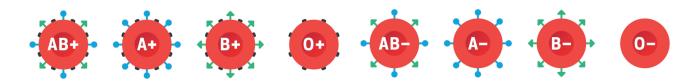
- PLASMA: Es un líquido compuesto de agua, sales minerales y otras substancias necesarias para el normal funcionamiento del organismo, y en el que se encuentran suspendidas las células sanguíneas. Entre las susbstancias más importantes podemos destacar las proteínas, las grasas, los hidratos de carbono y los factores de coagulación, imprescindibles para evitar hemorragias.
- **GLÓBULOS ROJOS O HEMATÍES:** Son las células sanguíneas más numerosas, contienen la hemoglobina, que es la responsable del color rojo característico. Transportan el oxígeno de los pulmones a los tejidos y se forman en la médula ósea. Viven unos cuatro meses y cada persona tiene entre 4 o 6 millones por milímetro cúbico.
- **GLÓBULOS BLANCOS O LEUCOCITOS:** Son menos numerosos que los glóbulos rojos, y se encargan de proteger al organismo contra los diferentes microbios. Se tienen entre 4000 y 10000 por milímetro cúbico y cuando hay infecciones aumenta su número. Viven poco, menos de 24 horas.
- **PLAQUETAS:** Son las células sanguíneas más pequeñas. Intervienen cuando hay una ruptura de los conductos sanguíneos. Se adhieren rápidamente en el sitio de la hemorragia, dando tiempo a la formación de un coágulo definitivo. Hay entre 150.000 y 400.000 por milímetro cúbico y viven unos 7 días.





LOS GRUPOS SANGUÍNEOS

- SISTEMA ABO: Todas las personas pertenecen a uno de estos 4 grupos sanguíneos: A, B, AB y O. Dependiendo de la existencia en la superficie de los globulos rojos de una substancia llamada proteína-antígeno.
- **SISTEMA Rh**: El 85% de las personas posee una característica en sus glóbulos rojos llamada *factor Rh o Antígeno D*. Cuando el Antígeno D está presente, se designa el tipo sanguíneo como Rh Positivo, y cuando no está presente se designa como Rh Negativo.



DONANTES DE SANGRE ZARAGOZA EL PROCESO DE LA DONACIÓN (I)



1 - INSCRIPCIÓN Y TRÁMITES ADMINISTRATIVOS

En primer lugar el donante debe identificarse, preferiblemente con su carnet de donante. Si es la primera vez que acude a donar se le tomarán los datos de filiación para poder darle de alta como donante y enviarle a su domicilio el carnet de donante.

Posteriormente el donante debe rellenar un formulario médico con el fin de identificar y descartar a las personas cuya donación pueda suponer un riesgo para su salud o para la salud del receptor de la transfusión. Los datos que suministra el donante durante todo el proceso son totalmente confidenciales.



2 - ENTREVISTA CON EL MÉDICO



El personal sanitario examinará al donante para ver si puede realizar la donación sin riesgo para su salud.

El proceso implica:

- Un pequeño análisis de sangre, para descartar una posible anemia.
- La toma de la presión arterial y el pulso.
- Consulta de peso.

Tras el examen de los formularios y los datos del exámen médico se decidirá si el donante puede proceder con la donación.

El donante puede retirarse o autoexcluirse en cualquier fase de la donación

3 - DONACIÓN

La extracción de sangre total dura unos *diez minutos*. Todo el material que se utiliza en el proceso es estéril y de un solo uso. Se recogen 450 ml. en un sistema cerrado de bolsas que contienen líquido anticoagulante y conservantes. Durante la extracción, la bolsa permanece en una balanza cuya misión es agitar la sangre para mezclarla con el líquido anticoagulante y controlar el volumen de la extracción. Para otras donaciones de sangre selectivas (plasma, plaquetas, leucocitos) el tiempo de extracción es algo mayor, y las cantidades extraídas dependen del tipo de donación.









El tiempo total de una donación de sangre normal, desde que entras hasta que finaliza no supone más de 30 o 40 minutos.

Dedicar 30 o 40 minutos de tu vida, supone salvar vidas

4 - REPOSO Y TOMA DE ALIMENTOS

Después de la extracción es importante reposar unos minutos y tomar líquidos. El Banco de Sangre dispone de una sala de recuperación donde te ofrecerán un refrigerio y permanecerás atendido por su personal.

DONANTES DE SANGRE ZARAGOZA EL PROCESO DE LA DONACIÓN (II)



ANALÍTICA DE LA DONACIÓN

Las donaciones recibidas se someten a unas pruebas de laboratorio con el objeto principal de conseguir que la donación no sea perjudicial para el donante y que la sangre donada no produzca efectos desfavorables en los posibles receptores. En cada donación se realizan las siguientes pruebas:

- Determinación del grupo sangúineo, ABO y Rh.
- Hemograma completo.
- Verificación de existencia de anticuerpos irregulares
- Detección de agentes infecciosos: SIDA, Sífilis, Hepatitis B y C.

En caso de detectar alguna anomalía analítica se informa al donante debidamente de la alteración y de la conducta a seguir. En caso de resultado positivo en marcadores de enfermedades transmisibles por la sangre, se procede a la exclusión del donante y a desechar la donación.

CADA CUANTO DONAR

- Donación de Sangre Total en Hombres: 4 veces al año. (intervalo mínimo de 2 meses)
- Donación de Sangre Total en Mujeres: 3 veces al año.
- **Donaciones de plasma:** Máximo de 15 litros al año, descansando 15 días entre donaciones.
- **Donaciones de plaquetas:** Mínimo 48 horas entre donación y siempre según las necesidades.



CONSEJOS PARA DONANTES

- Dona sólo si crees que gozas de **buena salud** y comunica al personal sanitario cualquier problema de salud que puedas tener.
- Tras donar deja el brazo extendido **durante 5 o 10 minutos** haciendo presión sobre el orificio de la punción, así evitarás la formación de hematomas.



- Tras la donación espera **30 minutos antes de conducir** un vehículo y si eres fumador espera 4 horas antes de volver a fumar.
- Conviene **beber abundantes líquidos sin contenido alcoholico** tanto antes como después de la donación.



- Si durante la donación te mareas o te encuentras débil, pida ayuda al personal sanitario.
- Ante cualquier problema o duda, antes, durante y después de la donación **consulta** siempre con el personal del centro.

DONDE DONAR

Banco de Sangre y Tejidos de Aragón (BSTA)

C/ Duquesa Villahermosa, CP 50017 (entrada por C/ Ramón Salanova, nº1) Parking gratuito para los Donantes Líneas de Bus 38, 31, 22, 53 y 42.

Teléfono: 876 76 43 00

Horario: lunes a viernes de 8:00 a 21:00 h.

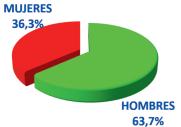
sábados 8:30 a 14:00 h.



DONANTES DE SANGRE ZARAGOZA ESTADÍSTICAS DE DONACIONES DE SANGRE

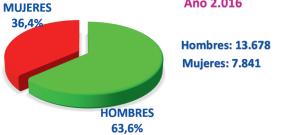




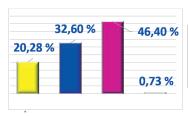


Hombres: 13.687 Mujeres: 7.802

Donantes Activos por sexo Año 2.016



Donantes por edad Año 2.015



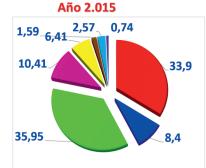
De 18 a 30 años	4.357
De 31 a 45 años	7.005
De 46 a 65 años	9.971
De 66 a 70 años	156

Donantes por edad Año 2.016



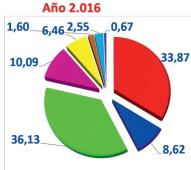
De 18 a 30 años	4.362
De 31 a 45 años	6.895
De 46 a 65 años	10.141
De 66 a 70 años	121

Donantes Activos por Rh



A +	7.284
A -	1.814
0 +	7.726
0 -	2.236
B +	1.377
B -	341
AB+	553
AB -	158

Donantes Activos por Rh



A +	7.289
A -	1.855
0 +	7.775
0 -	2.171
B +	1.391
B -	345
AB+	549
AB -	144
AB -	144

2.015-2.016



- Colectas Banco de Sangre y Tejidos de Aragón
- Colectas Extrabancarias