

# Mitos Sobre la Donación de Sangre

## ¿Qué es lo que te detiene para dar vida a tu comunidad?

Una de las razones que frena o detiene la donación de sangre es un mal entendido sobre la elegibilidad. Verdaderamente, solo existen mínimas razones para que una persona sana no pueda donar sangre. A continuación revisaremos algunos de los mitos más comunes y la realidad de donar sangre.

### **Mito 10 – No puedo donar sangre porque padezco alergias estacionales.**

Alergias, aun cuando son controladas con medicamentos, no previenen la donación de sangre siempre y cuando los síntomas sean moderados y te sientas bien en general.

### **Mito 9 – No puedo donar sangre porque sufro de presión arterial alta.**

Siempre y cuando la presión sistólica (numero alto) sea menor de 180mmHg y la diastólica (numero menor) sea menos de 100mmHg al tiempo de la donación de sangre, tu puedes donar. Aun mas, si estas tomando medicamentos para controlar la presión arterial. Estos no interfieren con la donación de sangre.

### **Mito 8 – No puedo donar sangre porque tengo Colesterol elevado.**

Un nivel elevado de colesterol no te descalifica como donante, inclusive si estas tomando medicamentos para controlarlo. De hecho, cuando tú donas sangre con nosotros se hace una prueba de colesterol Gratis!

### **Mito 7 – No puedo donar sangre porque tengo cáncer.**

Aun cuando existen algunos tipos de cáncer que te descalifican como donante. Existen múltiples circunstancias bajo las cuales tú puedes donar sangre después de un periodo de espera apropiado.

### **Mito 6 – No puedo donar sangre porque soy diabético.**

Diabéticos pueden donar sangre siempre y cuando otros requisitos médicos sean satisfactorios. Sin embargo el uso de insulina de derivados bovinos puede resultar en aplazar la donación.

### **Mito 5 – No puedo donar sangre porque padezco ataques epilépticos.**

Ataques epilépticos no te descalifican como donante de sangre.

### **Mito 4 – No puedo donar sangre por que padezco anemia.**

Tu nivel de hematocrito (hierro) será verificado antes de la donación. Si el nivel de hematocrito esta normal el día de la donación, tú podrás donar sangre.

### **Mito 3 – No puedo donar sangre porque recibí la vacuna contra la influenza (flu shot)**

De hecho tu puedes donar sangre el mismo día de recibir la vacuna, siempre y cuando te sientas bien.

### **Mito 2 – No puedo donar sangre porque estoy tomando medicamentos.**

En la mayoría de los casos, los medicamentos no te descalifican como donante de sangre. Siempre y cuando estés saludable y en condición controlada es posible que puedas ser un donante.

### **Mito 1 – No puedo donar sangre porque tengo miedo a las jeringas.**

La mayoría de las personas se sienten un poco nerviosas acerca de la donación de sangre. Pero también la mayoría dicen después de donar sangre que se arrepienten de no haber esperado tanto para donar sangre. La donación de sangre es solo un momento de des confort para el donante quien puede proveer una gran diferencia en la vida del paciente.