



Universidad
Zaragoza

Trabajo Fin de Grado

Programa de Educación para la Salud: Promoción de
la donación de sangre mediante aféresis

Health Education Program:
Promotion of apheresis blood donation

Autora

Ainara Puertas Oroz

Director

Antonio Manuel Sousa León

Facultad de Ciencias de la Salud / Enfermería

2019

ÍNDICE

1. RESUMEN	2
2. INTRODUCCIÓN.....	4
3. OBJETIVOS	7
4. METODOLOGÍA	8
5. DESARROLLO	10
5.1. Diagnóstico: Análisis y priorización	10
5.2. Planificación.....	11
5.2.1 Objetivos	12
5.2.2 Población/destinatarios.....	12
5.2.3 Recursos y presupuesto.....	13
5.2.4 Estrategias.....	14
5.2.5 Actividades	16
5.2.6 Cronograma	20
6. EVALUACIÓN	21
7. CONCLUSIONES.....	22
8. BIBLIOGRAFÍA.....	23
9. ANEXOS.....	27

1. RESUMEN

Introducción: En la actualidad la donación de sangre continúa siendo el único método de obtención de los componentes sanguíneos para su posterior transfusión a pacientes; sin embargo, en los últimos años se ha estabilizado el número de donaciones. Mientras la demanda de sangre va en aumento, existe otra técnica más eficiente denominada aféresis, pero a pesar de ello, durante el 2016 sólo se obtuvieron así un 3% de las donaciones.

Objetivo: Diseñar un Programa de Educación para la Salud desde Atención Primaria para formar a la población sobre la donación de sangre mediante aféresis.

Metodología: Se ha realizado una búsqueda bibliográfica en bases de datos, páginas web de Bancos de Sangre y organismos oficiales.

Conclusión: La mejor forma que tiene Enfermería para dar a conocer e incrementar la donación de sangre mediante aféresis es por medio de la elaboración de un Programa de Educación para la Salud.

Palabras clave: "Aféresis", "Donación de sangre", "Donante de sangre", "Enfermería", "Transfusión sanguínea", "Programa de Educación para la Salud".

ABSTRACT

Introduction: Nowadays blood donation continues to be the only blood collection method for the further transfusion; however, in recent years the number of donations has been stabilized. While blood demand continues growing, it exists another more efficient technique called apheresis, but even though, during 2016 only 3% of donations were obtained by using this procedure.

Objective: Design a Health Education Program in the setting of Primary Care to educate population of apheresis blood donation.

Methodology: Bibliographic research has been carried out in databases, Blood Bank and official bodies web pages.

Conclusion: The best way for Nursing to increase and make apheresis blood donation known is by elaborating a Health Education Program.

Key words: "Apheresis", "Blood donation", "Blood donor", "Nursing", "Blood transfusion", "Health Education Program".

2. INTRODUCCIÓN

La transfusión de sangre es denominada por la Organización Mundial de la Salud como la transferencia de los componentes sanguíneos de un donante a un receptor (1).

La primera transfusión de sangre entre humanos realizada con éxito ocurrió en 1818 a manos del médico obstetra británico James Blundell. En 1900 Karl Landsteiner descubrió los distintos tipos de sangre y las incompatibilidades entre algunos grupos, describiendo en 1901 el sistema ABO y en 1940 el factor Rh. Más tarde, en 1914, el doctor Luis Agote realizó en Buenos Aires la primera transfusión de sangre anticoagulada con citrato. Posteriormente, en 1930, se crearon los primeros Bancos de Sangre; el primero en España fue creado en 1936 durante la Guerra Civil por el doctor Frederic Durán-Jordà (2,3).

La donación se realiza mediante una venopunción, en general, en la fosa antecubital, obteniéndose así los componentes sanguíneos. La sangre está formada por una solución acuosa con sales y proteínas denominada plasma en la que se encuentran suspendidos tres elementos celulares: eritrocitos, encargados de transportar el oxígeno a los tejidos y devolver el dióxido de carbono a los pulmones para expulsarlo; leucocitos que defienden al cuerpo contra infecciones y plaquetas que colaboran en la coagulación. Los hematíes caducan a los 42 días a causa de una solución nutritiva añadida y una temperatura de 4-6°C, las plaquetas tienen una vida media de 5 días, se conservan con una solución aditiva en agitación continua a 22°C. Por otro lado, el plasma se mantiene durante 3 años debido a su congelación a -25°C. Los leucocitos no se transfunden (4-7).

La donación habitual consiste en extraer 450 mL de volumen que posteriormente será analizado y fraccionado mediante centrifugación en tres componentes para conservarse en condiciones óptimas: plaquetas, plasma y eritrocitos. Se debe esperar mínimo 2 meses entre cada donación, las mujeres pueden donar en total 3 veces al año y los hombres 4, además se deben cumplir unos requisitos para ello (Anexo 1) (6,8,9).

Existe otro procedimiento denominado aféresis cuyo término proviene del griego "aphairesis" que significa separar. Este proceso se realiza mediante una máquina (separador celular) conectada en circuito cerrado con la vena del donante y dura aproximadamente 60 minutos. Mediante este tipo de donación podemos extraer el componente sanguíneo elegido; plaquetas, plasma, eritrocitos o multicomponente (varios a la vez) y devolver al donante el resto de componentes que no se requieran. En este caso, el tiempo de espera entre donaciones dependerá del tipo de donación que se haya realizado (Anexo 2) (10-12).

Durante el año 2016 en España se realizaron un total de 1.698.759 donaciones de las cuales el 97% procedían de sangre total y sólo el 3% restante se obtuvieron mediante aféresis. Esto puede deberse al desconocimiento de la técnica, el costo de la máquina y los kits de recolección, la especialización necesaria del personal, un mayor compromiso por parte de los pacientes debido a la duración o la falta de un buen acceso periférico que soporte el procedimiento (13,14).

La técnica mediante aféresis presenta una serie de ventajas para ambos; en el caso del donante permite una recuperación más temprana de los componentes sanguíneos que permitirá, a su vez, realizar un mayor número de donaciones. Por otra parte, el paciente recibe un producto de mayor pureza garantizando así una mayor seguridad transfusional. La donación de aféresis más frecuente es la de plaquetas ya que mediante este procedimiento un mismo donante puede llegar a donar hasta tres dosis para un adulto, sin embargo, se requieren cinco bolsas de sangre total para elaborar una dosis adulta de plaquetas (11,14-16).

Los efectos adversos de la aféresis son los mismos que con la donación de sangre total, añadiendo la posibilidad de una hipocalcemia que podría resolverse en la sala de donación con un comprimido de calcio. Otra diferencia consiste en que en la aféresis se precisa de la firma de un consentimiento antes de su realización (17).

Durante la donación, la enfermera no sólo se encarga de controlar si el paciente cumple los requisitos y realizar el proceso técnico sino que también

debe informar al paciente ante cualquier duda y aconsejarle hábitos de vida saludables que faciliten su continuidad como donante. Sus objetivos son proteger al paciente y obtener una sangre lo más segura posible. Se ha demostrado que orientando el proceso de la donación hacia un enfoque psicológico, es decir, mediante una bienvenida, una entrevista, el acompañamiento al lugar de la donación u ofrecerle una bebida durante el proceso reduce la intensidad y la frecuencia de los síntomas vasovagales durante la primera donación e influye en que los donantes regresen de nuevo (18-21).

Los donantes deben ser conscientes de que es un procedimiento seguro y que su sangre es indispensable para la vida de otras personas, para ello es importante que existan programas educativos acerca del proceso, eliminando temores y creencias erróneas. A su vez, mediante estos programas pueden conocer a qué tipos de tratamiento se destina cada componente sanguíneo obtenido mediante aféresis y aproximadamente cuántas bolsas pueden necesitarse para ello (Anexo 3). Por ejemplo, las plaquetas se utilizan principalmente en pacientes que están siendo tratados con quimioterapia, en el caso de alteraciones de la coagulación se necesitan transfusiones de plasma mientras que en las anemias y grandes hemorragias se requieren glóbulos rojos (11,22).

Cada día miles de personas necesitan una transfusión sanguínea como tratamiento a enfermedades, intervenciones quirúrgicas o accidentes. Hoy por hoy sólo se puede obtener sangre gracias a la donación voluntaria, altruista y no remunerada de personas sanas. Aquí es donde entra en juego el papel fundamental de la enfermería, llevando a cabo programas de educación para concienciar a la población sobre la necesidad de sangre y las ventajas que tiene realizarlo mediante aféresis, permitiendo escoger específicamente los componentes y viéndose beneficiados donante y receptor.

Debido a la necesidad diaria de estos componentes sanguíneos, imprescindibles para tratamientos como los comentados anteriormente se va a realizar un Programa de Educación para la Salud desde Atención Primaria cuyo fin será dar a conocer la donación de sangre por aféresis.

3. OBJETIVOS

Objetivo general

- Diseñar un Programa de Educación para la Salud desde Atención Primaria para formar a la población sobre la donación de sangre mediante aféresis.

Objetivos específicos

- Realizar una revisión bibliográfica de los últimos 10 años sobre la aféresis como método de donación.
- Conocer los datos de donación actuales y el porcentaje realizado mediante aféresis.
- Comprender el papel de la enfermería durante la donación.

4. METODOLOGÍA

El diseño del trabajo se corresponde con un Programa de Educación para la Salud en el ámbito de Atención Primaria.

Para su desarrollo se ha realizado una búsqueda bibliográfica en las principales bases de datos como Pubmed y Cuiden, en repositorios como Science Direct y en el metabuscador Alcorze. Se han utilizado páginas web de Bancos de Sangre de distintas Comunidades Autónomas españolas y de organismos oficiales como la Organización Mundial de la Salud (OMS), el Ministerio de Sanidad Consumo y Bienestar Social y la Fundación Josep Carreras.

También se han consultado otras fuentes de información como protocolos de hospitales y guías de la Sociedad Española de Transfusión Sanguínea y Terapia Celular (SETS).

En Pubmed se han utilizado términos MeSH en dos búsquedas distintas: apheresis, "blood donors" y por otro lado: nurse, donors, blood. Se ha incluido en la búsqueda el operador booleano "AND".

Se ha utilizado un artículo de Scielo que sólo está disponible en la página web de Scielo Cuba sin encontrarse en la web general.

Por antigüedad se escogieron los artículos desde el 2009 hasta el 2019 para obtener información y datos actualizados. Los idiomas escogidos para la revisión fueron el inglés y el español.

La búsqueda se ha limitado a artículos referidos a la aféresis como método de donación excluyendo los que hacían referencia a la aféresis como proceso terapéutico.

Tabla 1. Resultados de la búsqueda bibliográfica.

Fuente	Palabras clave	Filtros	Artículos obtenidos	Artículos leídos	Artículos usados
Pubmed	Apheresis, "blood donors"	2009-2019 Humanos Inglés y español	74	19	1
	Nurse, donors, blood		66	3	1
Cuiden	Aféresis		11	2	0
Science Direct	Donation, apheresis, nurse		139	10	3
Alcorze	Historia, "transfusión sanguínea"		68	3	1

Tabla de elaboración propia

Para visualizar la distribución del tiempo empleado en el desarrollo del Trabajo Fin de Grado (TFG) se ha realizado un cronograma de Gantt.

Tabla 2. Cronograma del Trabajo Fin de Grado.

Actividad	Nov		Dic		Enero		Feb		Marzo		Abril		Mayo	
Quincena	1ª	2ª	1ª	2ª	1ª	2ª	1ª	2ª	1ª	2ª	1ª	2ª	1ª	2ª
Elección tema	■													
Búsqueda bibliográfica			■		■		■							
Resumen											■		■	
Introducción							■		■					
Objetivos							■	■	■					
Metodología									■					
Desarrollo									■		■			
Conclusiones												■		■
Bibliografía							■		■					
Anexos									■		■			

Tabla de elaboración propia

5. DESARROLLO

5.1. Diagnóstico: Análisis y priorización

Durante el 2016 España se situó ligeramente por encima de la media europea en donaciones por cada 1000 habitantes (España= 36,69; Europa= 35) pero los datos de los últimos años reflejan una tendencia a la estabilización. Además, solo un 3% de los recursos sanguíneos se obtuvieron mediante aféresis (13).

En Aragón las donaciones se situaron por debajo de la media española, siendo la franja de edad entre los 18 y los 30 años la que menos donaciones realizó mientras que, de los 46 a los 65 años de edad, fue el rango de edad que mayores donaciones proporcionó (13, 23).

La demanda de sangre continúa aumentando debido, entre otras cosas, al envejecimiento de la población, el incremento de los accidentes o su mayor uso como tratamiento a causa del avance tecnológico sanitario (15).

Estos datos demuestran la importancia de la actuación a nivel educativo de la población para conseguir nuevos donantes, mantener activos a los ya existentes y dar a conocer la aféresis para incrementar el porcentaje de este tipo de donaciones.

5.2. Planificación

Para el desarrollo del Programa se han detectado unas necesidades y se ha priorizado el siguiente Diagnóstico de Enfermería con la taxonomía NANDA para establecer el plan de cuidados. A su vez, se han detectado unos resultados de enfermería (NOC) que se quieren alcanzar, con sus respectivos indicadores y se han definido unas las intervenciones (NIC) con las actividades que se van a realizar para alcanzar dichos resultados (24).

Tabla 3. Diagnósticos de enfermería.

Diagnóstico enfermero	(00126) Conocimientos deficientes r/c información insuficiente /poca familiaridad con el proceso
NOC	(1814) Conocimiento: procedimiento terapéutico (proceso de la donación)
Indicadores	(181401) Procedimiento terapéutico (181402) Propósito del procedimiento (181403) Pasos del procedimiento
NIC	(5240) Asesoramiento
Actividades	<p>Proporcionar información objetiva según sea necesario y según corresponda.</p> <p>Utilizar herramientas de valoración (papel y lápiz, cinta de vídeo o ejercicios interactivos con otras personas) para ayudar a que aumente la autoconciencia del paciente y el conocimiento de la situación.</p> <p>Fomentar la sustitución de hábitos indeseables por hábitos deseables.</p>

Tabla de elaboración propia

5.2.1 Objetivos

Objetivo general

- Educar a la población entre 18 y 65 años del Centro de Salud La Bombarda acerca de la donación de sangre por aféresis debido a sus ventajas en donantes y receptores.

Objetivos específicos

- Explicar el proceso de la donación de sangre eliminando falsas creencias que existen en la sociedad.
- Dar a conocer la aféresis, exponiendo sus beneficios frente a la donación convencional.
- Fomentar conductas saludables que permitan continuar siendo donante.

5.2.2 Población/destinatarios

El Programa está enfocado a todas las personas comprendidas entre 18 y 65 años que pertenecen al Centro de Salud La Bombarda, pueden acudir tanto personas que ya sean donantes como personas que no lo sean.

Se ha escogido este centro de salud puesto que se trata del centro de referencia para el sector III de Zaragoza y se encuentra en el barrio de Las Delicias, siendo este el de mayor población de la ciudad según los datos demográficos recogidos en el padrón municipal a fecha de 1 de enero de 2018. Asimismo, más del 60% de la población se encuentra entre los 18 y los 65 años (25).

Por otro lado, en el mismo barrio se encuentra el Banco de Sangre y Tejidos de Aragón lo que puede ayudar a que se cumplan los objetivos del Programa debido a su proximidad.

Criterios de inclusión y exclusión

Para asistir simplemente deberán tener una edad entre 18 y 65 años. Está destinado a personas no donantes pero también a personas que ya sean donantes porque, aunque la primera sesión se va a explicar la donación convencional que ellos ya habrán realizado, puede servir para reforzar información e incluso añadir conocimientos que no poseían.

No se va a realizar ninguna exclusión más allá de la franja de edad puesto que aunque alguna persona tras el programa quiera donar y no pueda por algún motivo temporal o definitivo, como tendrá a su disposición toda la información aportada durante el programa, puede darse el caso de que lo comente con personas cercanas y que gracias a ello estas personas se interesen en la donación de sangre total o en la aféresis.

5.2.3 Recursos y presupuesto

Tabla 4. Recursos para el programa.

Recursos humanos	Recursos materiales	Recursos de estructura
2 Enfermeras	Listado de participantes Cañón de proyección Ordenador Altavoces Sillas Mesa Encuestas de autoevaluación Folios Pósteres Trípticos Bolígrafos Papel informativo y puntos de donación	Sala de reuniones

Tabla de elaboración propia

Tabla 5. Presupuesto.

Recursos	Cantidad	Precio unidad	Precio total
Enfermera	2	357€	714€
Listado de participantes	1	0,08€	0,08€
Cañón de proyección	1	0	0
Ordenador	1	0	0
Altavoces	1	0	0
Sillas	25	0	0
Mesa	1	0	0
Encuesta de autoevaluación	60	0,04€	2,40€
Paquete de 100 folios	1	1,99€	1,99€
Póster	5	0,40€	2€
Tríptico	200	0,20€	40€
Bolígrafos	30	0.24€	7,20€
Papel donación e información	50	0,08€	4€
Hoja de preguntas	30	0,02€	0,60€
Total = 58,27€			

Tabla de elaboración propia

El Programa está planteado para que las propias enfermeras lo realicen dentro del horario de su jornada habitual. Como la promoción y la educación para la salud forma parte de sus funciones en Atención Primaria, todas las horas invertidas en él estarán incluidas en su sueldo mensual como enfermeras del Sistema Aragonés de Salud. En la tabla se refleja el presupuesto estimado de las dos enfermeras entre la preparación y realización del programa pero no se incluye en el presupuesto total.

El centro ya dispone de sala de reuniones, proyector, sillas, ordenador, mesa y altavoces, por tanto el único gasto será en papelería.

5.2.4 Estrategias

Durante febrero y marzo en las consultas de enfermería se comentará la existencia del programa a las personas con la edad establecida o si tienen algún miembro en la familia que pueda estar interesado, además se les entregará un tríptico informativo para que lo puedan leer detenidamente (Anexo 5). También se colocarán posters por el centro de salud (Anexo 6).

Los interesados simplemente deberán apuntarse con su nombre en el listado que se dejará en admisión para conocer la cantidad de personas que acudirán, habiendo un máximo de 25 participantes.

El programa se llevará a cabo en la sala de reuniones del centro de salud y estará coordinado por dos enfermeras del propio centro. En total se realizarán 3 sesiones durante el mes de mayo las cuales tendrán una duración de una hora y cuarto aproximadamente, siendo el horario de las 13 a las 14:15 horas. Durante todas las sesiones se repartirá un folio y un bolígrafo a cada persona para que puedan anotar lo que deseen.

Al finalizar el programa se les entregarán los datos más importantes aportados a lo largo del programa, páginas web donde buscar y ampliar más sus conocimientos sobre el tema tratado y también se les entregará una hoja con información sobre los sitios a los que pueden acudir a donar en Zaragoza.

5.2.5 Actividades

Sesión 1: Donación de sangre: desterrando mitos.

Tendrá lugar el día 8 de mayo del 2019 de 13 a 14:15 horas en la sala de reuniones y la realizarán las 2 enfermeras.

Tabla 6. Sesión 1: Donación de sangre.

Objetivo	Material necesario	Actividades	Duración
Explicar el proceso de la donación de sangre para eliminar falsas creencias existentes en la sociedad	Cañón de proyección Ordenador Altavoces Bolígrafos Encuestas de autoevaluación Sillas Mesa Presentación Power Point Folios	Encuesta de autoevaluación	10 min
		Presentación del programa: en qué va a consistir, el calendario y su finalidad	10 min
		¿Qué mitos conocen?: se pedirá que comenten afirmaciones que han oído acerca de la donación	10 min
		Informar sobre el proceso de la donación convencional: se explicarán los requisitos, todas las fases de la donación	20 min
		Vídeo de agradecimiento de pacientes que han recibido transfusiones sanguíneas	5 min
		Las personas que ya sean donantes podrán explicar qué es donar y cómo se sienten al hacerlo	10 min
		Evaluación: ronda de preguntas para aclarar dudas que hayan quedado	10 min

Tabla de elaboración propia

Sesión 2: Aféresis: ganáis los dos.

Tendrá lugar el día 15 de mayo del 2019 de 13 a 14:15 horas en la sala de reuniones y la realizarán las 2 enfermeras.

Tabla 7. Sesión 2: Aféresis.

Objetivo	Material necesario	Actividades	Duración
Dar a conocer la aféresis como proceso de donación y exponer sus ventajas frente a la donación convencional	Cañón de proyección	¿Cuántas bolsas se necesitan en cada tratamiento?	10 min
	Ordenador	Tipos de componentes sanguíneos y su conservación	10 min
	Altavoces		
	Sillas	Aféresis: proceso, ventajas frente a la donación convencional	25 min
	Mesa		
	Presentación Power Point	Tiempos de espera entre donaciones según el tipo de componente	10 min
	Folios		
	Bolígrafos	Un donante de aféresis contará su experiencia	15 min
		Evaluación	5 min

Tabla de elaboración propia

Durante la primera parte de la sesión se organizarán en total cinco grupos, cada uno de cinco personas. Cada grupo tendrá que decidir cuantas bolsas consideran necesarias transfundir en los casos que se les proporcionarán: tratamiento de leucemia, operación de cadera, trasplante de médula ósea, etc. Se les dará a elegir qué tipo de componente necesitan y el número de transfusiones, ellos tendrán que escoger entre las opciones entregadas y apuntarlo en un folio. Posteriormente se procederá a explicar cuáles son las

opciones correctas.

Una vez realizada esta actividad se enlazará con la siguiente parte en la que se hablará sobre los tipos de componentes sanguíneos y sus fechas de caducidad, así comprenderán la necesidad de las donaciones regulares.

La parte más extensa de esta sesión consistirá en explicar el proceso de la donación mediante aféresis ayudándonos de imágenes mediante Power Point para mostrar el separador celular, la salas de donación del Banco de Sangre y Tejidos de Aragón y de un vídeo explicativo para que comprendan el funcionamiento del aparato.

Posteriormente se comparará el tiempo que hay que esperar para volver a donar según el método convencional o según la aféresis para mostrar las diferencias entre ambos métodos, así apreciarán la gran cantidad de donaciones que pueden realizar si se realiza mediante aféresis, lo que se traduce en un aumento del número de veces que pueden colaborar ayudando a los pacientes.

Más tarde acudirá un donante de aféresis voluntariamente para explicarles a los participantes su experiencia en cuanto a esta técnica.

Para finalizar la sesión, como evaluación, se pondrán en la pantalla mediante el Power Point una serie de preguntas acerca de los conocimientos aprendidos en esta 2ª sesión, la persona que responda escogerá a quien le dirige la siguiente pregunta, así hasta realizar todas. De esta forma se observará si se han asimilado los conocimientos aportados y permitirá resolver las dudas que hayan podido quedar.

Sesión 3: Primero debes cuidar de ti.

Tendrá lugar el día 22 de mayo del 2019 de 13 a 14:15 horas en la sala de reuniones y la realizarán las 2 enfermeras.

Tabla 8. Sesión 3: Hábitos saludables.

Objetivo	Material necesario	Actividades	Duración
Fomentar conductas saludables que permitan continuar siendo donante	Cañón de proyección	Alimentación: Se mostrará y explicará la dieta equilibrada recomendada por la Sociedad Española de Dietética y Ciencias de la Alimentación	25 min
	Ordenador Altavoces	Ejercicio físico: se recomendará realizar 30-60 minutos diarios	5 min
	Sillas Mesa	Evitar sustancias tóxicas y drogas: tabaco, alcohol, cannabis...	10 min
	Presentación Power Point	Relaciones sexuales sin riesgo: uso del preservativo	10 min
	Encuestas autoevaluación	Se resolverá cualquier duda que haya podido quedar a lo largo del programa	10 min
	Bolígrafos Folios	Se les entregará unas hojas con la información sobre el programa, con los centros de Zaragoza donde pueden acudir a donar sangre y páginas web donde consultar más información y una hoja de preguntas	5 min
	Hojas con información y puntos de donación Hoja de preguntas	Encuesta de autoevaluación: volverán a rellenarla	10 min

Tabla de elaboración propia

5.2.6 Cronograma

Se ha realizado un cronograma de Gantt para observar el tiempo empleado en desarrollar cada apartado del Programa de salud.

Tabla 9. Cronograma del desarrollo del programa.

Fases	Nov	Dic	Enero	Feb	Marzo	Abril	Mayo	Sept
Análisis y priorización								
Diseño y planificación								
Captación donantes								
Planificación sesiones								
Encuesta inicial							Día 8	
1ª sesión							Día 8	
2ª sesión							Día 15	
3ª sesión							Día 22	
Encuesta final							Día 22	
Hoja de preguntas								

Tabla de elaboración propia

6. EVALUACIÓN

Mediante la encuesta de autoevaluación se realizará una valoración inicial antes del comienzo de la 1ª sesión. Al finalizar la 3ª sesión se volverá a rellenar esta encuesta y se efectuará una evaluación final contrastando las respuestas para conocer si han adquirido los conocimientos proporcionados a lo largo del programa. De esta manera se evaluará si han cumplido los indicadores del objetivo propuesto según el plan de cuidados enfermero instaurado durante la planificación del programa.

A su vez, al finalizar cada sesión se procederá a realizar una evaluación para saber si han aprendido la información facilitada en esa sesión. La valoración de la 3ª sesión se realizará en la valoración final con la encuesta puesto que se llevará a cabo al finalizar la sesión.

El objetivo principal de este programa es educar sobre la donación por aféresis, pero indirectamente con ello lo que se pretende es promocionar este tipo de donación. Además, como también acudirán personas que todavía no han donado nunca, será interesante conocer si han dado el paso de donar de manera convencional por primera vez. Por esta razón, en la última sesión se les repartirá un hoja que se recomendará entregar rellena en septiembre, podrán hacerlo entregándosela a su enfermera o mandándola a una dirección de correo electrónico que aparecerá indicada en la misma. En ella se les realizará una serie de preguntas; se pedirá que expliquen si eran donantes antes de realizar el programa o no, si han ido a donar sangre y si lo han hecho a través de la aféresis.

7. CONCLUSIONES

- Se necesitan donaciones voluntarias, altruistas y anónimas para la obtención de los componentes sanguíneos y su posterior transfusión a pacientes.
- Existe una gran diferencia entre el porcentaje de donaciones que se realiza mediante aféresis en comparación con las donaciones de sangre convencional, siendo estas últimas mucho más abundantes.
- La aféresis es una técnica que permite obtener en una donación mayor cantidad de componentes y de mejor calidad.
- Desde Atención Primaria, el personal de enfermería tiene un papel fundamental promocionando la aféresis como método de donación mediante el aporte de información debido a su desconocimiento, consiguiendo incrementar también el número de donantes y su constancia. La mejor manera que tiene la enfermería de hacerlo es mediante la realización de un programa de educación.
- A su vez, por medio de este programa, se va a incidir en la adquisición de hábitos de vida saludables que contribuyan a la posibilidad de realizar donaciones regulares.

8. BIBLIOGRAFÍA

1. Organización Mundial de la Salud. Transfusión de sangre [Internet]. [Citado 13 Febrero 2019]. Disponible en: http://www.who.int/topics/blood_transfusion/es/
2. Asociación de Donantes de Sangre de Navarra [Internet]. [Citado 13 Febrero 2019]. Disponible en: <https://www.adona.es/es/asociacion-donantes-de-sangre-de-navarra/historia-de-la-donacion/historia-en-el-mundo>
3. Marrón-Peña GM. Historia de la transfusión sanguínea. Rev Mex Anest. [Internet]. 2017 [citado 13 Febrero 2019]; 40 (3): 233-238. Disponible en: <http://www.medigraphic.com/pdfs/rma/cma-2017/cma173m.pdf>
4. Banco de Sangre y Tejidos de Aragón [Internet]. [Citado 13 Febrero 2019]. Disponible en: <http://www.bancosangrearagon.org/donacion-de-sangre/que-es/>
5. Extracción de sangre de vena periférica [Internet]. Madrid: Hospital General Universitario Gregorio Marañón; 2011 [citado 16 febrero 2019]. Disponible en: <http://www.madrid.org/cs/Satellite?blobcol=urldata&blobheader=application/pdf&blobheadername1=Content-disposition&blobheadername2=cadena&blobheadervalue1=filename=Extracci%C3%B3n+de+sangre+de+vena+perif%C3%A9rica.pdf&blobheadervalue2=language=es&site=HospitalGregorioMara%C3%B1on&blobkey=id&blobtable=MungoBlobs&blobwhere=1310577449658&ssbinary=true>
6. Banco de Sangre y Tejidos de Aragón [Internet]. [Citado 16 febrero 2019]. Procesamiento de la sangre. Disponible en: <http://www.bancosangrearagon.org/procesamiento-de-la-sangre/>
7. Fundación Josep Carreras [Internet]. Barcelona; [actualizado 5 marzo 2019; citado 16 Febrero 2019]. ¿Qué son las células sanguíneas? Disponible en: https://www.fcarreras.org/es/que-son-las-celulas-sanguineas_1592

8. Osorio AF, Brailsford SC, Smith HK. Whole blood or apheresis donations? A multi-objective stochastic optimization approach. Eur J Oper Res. [Internet]. 2018 [citado 16 febrero 2019]; 266 (1): 193-204.
9. Ministerio de Sanidad y Consumo. Madrid: Promoción de la donación de sangre II. Criterios básicos para la selección de donantes de sangre y componentes [Internet]. [Citado 18 febrero 2019]. Disponible en: https://www.mscbs.gob.es/profesionales/saludPublica/medicinaTransfusional/publicaciones/docs/criteriosBasicosTomoII_2006_030907.pdf
10. Salgado Arocena O, Fernández Delgado ND, González Suárez T, Olivares Mustelier D. Enfermería en los procederes de aféresis. Rev Cubana Hematol Inmunol Hemoter. [Internet]. 2015 [citado 18 febrero 2019]; 31(3): 254-264. Disponible en: <http://scielo.sld.cu/pdf/hih/v31n3/hih04315.pdf>
11. Comunidad de Madrid [Internet]. [Citado 18 febrero 2019]. Donación de sangre. Disponible en: <http://www.comunidad.madrid/servicios/salud/donacion-sangre>
12. Banco de Sangre de La Rioja [Internet]. [Citado 22 febrero 2019]. Donación por aféresis. Disponible en: <https://www.bancosangrerioja.org/donacion/donacion-aferesis>
13. Ministerio de Sanidad, Consumo y Bienestar Social. Sistema Nacional de Salud. Actividad de Centros y Servicios de Transfusión [Internet]. [Citado 22 febrero 2019]. Informe 2016. Disponible en: https://www.mscbs.gob.es/profesionales/saludPublica/medicinaTransfusional/indicadores/docs/Informe_Actividad2016.pdf
14. Lokhandwala PM, Shike H, Wang M, Domen RE, George MR. Optimizing donor scheduling before recruitment: An effective approach to increasing apheresis platelet collections. PLoS ONE. [Internet]. 2018 [citado 25 febrero 2019]; 13 (5). Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5976181/>
15. Centro Regional de Transfusión Sanguínea de Sevilla-Huelva y Banco de Tejidos [Internet]. [Citado 25 febrero 2019]. Donantes de sangre. Proceso

de donación. Disponible en: <http://www.crtsssevilla.org/>

16. Sociedad Española de Transfusión Sanguínea y Terapia Celular. [Internet]. Guía sobre la transfusión de componentes sanguíneos y derivados plasmáticos. 5ª ed. Barcelona; 2015 [Citado 27 febrero 2019]. Disponible en: http://www.prioridadcero.com/wp-content/uploads/2014/03/Guia_transfusion_quinta_edicion2015.pdf

17. Comunidad de Madrid [Internet]; Centro de Transfusión. Información general al donante de sangre. Madrid; Marzo 2015 [citado 1 marzo 2019]. Disponible en: <http://www.madrid.org/cs/Satellite?blobcol=urldata&blobheader=application%2Fpdf&blobheadername1=Content-disposition&blobheadername2=cadena&blobheadervalue1=filename%3Ddonante+de+sangre+2015.pdf&blobheadervalue2=language%3Des%26site%3DPortalSalud&blobkey=id&blobtable=MungoBlobs&blobwhere=1352894481150&ssbinary=true>

18. Velázquez Domínguez D, Guerrero Bonet D. El recorrido de la sangre: enfermería de principio a fin. Hygia de Enfermería [Internet]. 2009 [citado 1 marzo 2019]; (70): 44-46. Disponible en: <http://www.colegioenfermeriasevilla.es/Publicaciones/Hygia/Hygia70.pdf>

19. Nissen-Meyer LSH, Seghatchian J. Donor health assessment – When is blood donation safe? Transfus Apher Sci. [Internet]. 2019 [citado 7 marzo 2019]; 58 (1): 113-116. Disponible en: [https://www.trasci.com/article/S1473-0502\(18\)30486-5/fulltext](https://www.trasci.com/article/S1473-0502(18)30486-5/fulltext)

20. Pagliariccio A, Marinozzi M. Increasing regular donors through a psychological approach which reduces the onset of vasovagal reactions. Transfus Apher Sci. [Internet]. 2012 [citado 7 marzo 2019]; 47 (3): 301-304.

21. Vavic N, Pagliariccio A, Bulajic M, Dinic R, Marinozzi M. Giving blood donors something to drink before donation can prevent fainting symptoms: is there a physiological or psychological reason? Transfus Apher Sci. [Internet]. 2014 [citado 7 marzo 2019]; 51 (1): 65-69.

22. Aldamiz-Echevarría C, Aguirre-García MS. A behavior model for blood donors and marketing strategies to retain and attract them. Rev. Latino-AM. Enfermagem. [Internet]. 2014 [citado 15 marzo 2019]; 22 (3): 467-475. Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4292625/>
23. Donantes de Sangre Aragón [Internet]. [Citado 24 marzo 2019]. Estadísticas de extracciones. Disponible en: <http://www.donantesdesangrearagon.org/quienes-somos/estadisticas-extracciones-7.html>
24. NNN Consult [Internet]. Barcelona: Elsevier [actualizado 2019; citado 27 marzo 2019]. Disponible en: <https://www.nnnconsult.com/>
25. Datos demográficos del padrón municipal, cifras de Zaragoza 2018. Excmo. Ayuntamiento de Zaragoza. Disponible en: <http://www.zaragoza.es/contenidos/estadistica/Cifras-ZGZ-18-01.pdf>

9. ANEXOS

ANEXO 1: REQUISITOS PARA DONAR SANGRE Y ENCUESTA PREVIA

1. Tener entre 18 y 65 años.
2. Estar en posesión de un documento de identificación.
3. Los donantes habituales de más de 65 años pueden donar con un certificado de su médico de cabecera.
4. Pesar más de 50 kg.
5. Tener la tensión arterial sistólica entre 90 y 180 mm Hg y la tensión arterial diastólica entre 50 y 100 mm Hg.
6. El pulso debe estar comprendido entre 50 y 110 pulsaciones por minuto.
7. La cifra de hemoglobina en hombres debe ser superior a 13,5 g/dL y en mujeres superior a 12,5 g/dL.
8. Se puede donar tomando determinada medicación, le informarán específicamente.
9. Haber transcurrido 4 meses desde la realización de un tatuaje o piercing.
10. No acudir en ayunas.
11. No padecer ningún problema clínico.
12. Evitar prácticas de riesgo para la salud como drogadicción, relaciones sexuales múltiples o alcoholismo crónico.

Fuente: https://www.mscbs.gob.es/profesionales/saludPublica/medicinaTranfusional/publicaciones/docs/criteriosBasicosTomoII_2006_030907.pdf

ENCUESTA PREVIA A LA DONACIÓN DE SANGRE

APELLIDOS _____

NOMBRE _____ EDAD _____ DNI _____

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.

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 prácticas 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:		
	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 espongiiforme 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: _____

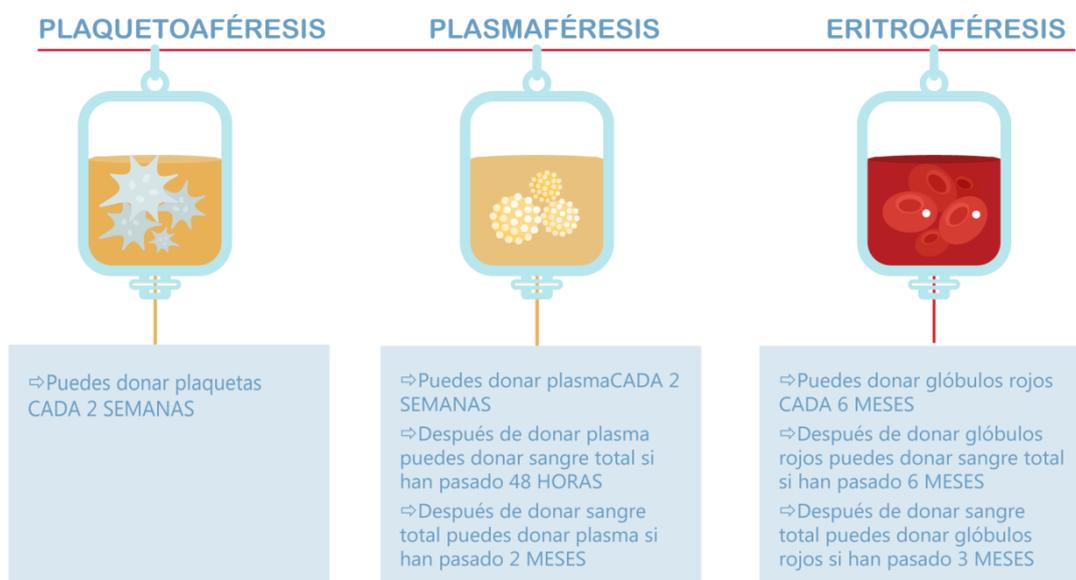
Enfermero: _____
(Venopunción)

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.

Fuente: <http://participa.bancosangrearagon.org/soydonante/>

ANEXO 2: INTERVALOS DE ESPERA ENTRE AFÉRESIS



Fuente: <http://participa.bancosangrearaagon.org/descarga-de-recursos/>

Tipos de donación por aféresis

Tipos de aféresis	Componentes sanguíneo obtenido	Intervalo entre donaciones**	Tiempo del proceso	Nº veces al año
Citaféresis o multicomponente	- 1 concentrado de hematíes - 1 unidad de plaquetas * - 1 unidad de plasma	2 meses	45- 55 minutos	3 veces mujeres 4 veces varones
Eritroaféresis	- 2 concentrados de hematíes	6 meses	30 minutos	2 veces varones 1 vez mujeres
Tromboaféresis o plaquetoféresis	- 1 unidad terapéutica de plaquetas * - Ampliando 15 minutos la extracción pueden obtenerse 2 unidades de plaquetas	15 días	45 minutos (60 minutos)	Máximo 24
Plaquetoplasmaféresis	- 1 unidad terapéutica de plaquetas - 1 unidad de plasma	30 días	50 minutos	Máximo 12
Plasmaféresis	- 500 a 600 ml de plasma			Máximo 24

Fuente: <https://www.bancosangrerioja.org/donacion/donacion-aferesis>

ANEXO 3: TRANSFUSIONES NECESARIAS SEGÚN TRATAMIENTO



Fuente: <http://www.donarsangre.org/blog/sabes-por-que-tu-sangre-salva-tres-vidas/>

ANEXO 4: ENCUESTA PRE Y POST PROGRAMA

1. ¿Alguna vez ha donado sangre?:
 - a) Sí, soy donante habitual (más de 1 vez al año).
 - b) Sí, a veces voy a donar (menos de 1 vez al año).
 - c) Sí, pero ya no puedo donar.
 - d) No, nunca he donado sangre.

2. ¿De dónde podemos obtener la sangre para transfundir en humanos?:
 - a) Se obtiene sólo de la donación voluntaria y altruista de los donantes.
 - b) Se obtiene desde la donación de humanos y la extracción a animales.
 - c) A parte de la obtenida de las donaciones de humanos, se fabrica en el laboratorio cuando hay mayor necesidad de sangre.
 - d) Todas las anteriores son incorrectas.

3. ¿Una persona con tatuajes puede donar sangre?:
 - a) No, no va a poder donar nunca.
 - b) Sí, no hay ningún problema.
 - c) Podrá donar si han pasado 4 meses desde la realización del tatuaje.
 - d) Si el tatuaje lleva tinta de color no podrá donar nunca más.

4. ¿Cuándo hay que ir a donar sangre?:
 - a) Sólo cuando el Banco de Sangre emita un comunicado de necesidad de sangre.
 - b) Cuando se produzca un accidente.
 - c) Cuando una persona cercana a mí lo necesita.
 - d) Se puede ir a donar siempre que podamos.

5. La sangre está formada por:
- a) Glóbulos rojos.
 - b) Glóbulos blancos.
 - c) Plaquetas.
 - d) Todas las anteriores son correctas.
6. Cuál de los siguientes es un método para donar sangre:
- a) Hemodiálisis.
 - b) Diálisis.
 - c) Aféresis.
 - d) Ninguna es correcta.
7. ¿Cuál de los siguientes es un requisito para poder donar sangre?:
- a) Estar delgado.
 - b) Pesar más de 50 kg.
 - c) No haber tomado ninguna medicación de ningún tipo.
 - d) Tener menos de 50 años.
8. ¿Cuánto tiempo pueden conservarse las plaquetas?
- a) No caducan nunca.
 - b) Se pueden almacenar durante un año.
 - c) Menos de una semana.
 - d) Se pueden conservar durante 3 meses.

9. ¿En cuáles de las siguientes opciones se necesitará una transfusión de sangre?

- a) Operación de cadera.
- b) Leucemia.
- c) Operación de miopía.
- d) a y b son correctas.

10. ¿Cuántas veces podrá donar una mujer anualmente?:

- a) Las veces que quiera.
- b) Sólo se puede donar una vez al año.
- c) Podrá donar 3 veces.
- d) Ninguna de las anteriores es correcta.

11. ¿Cuál de las siguientes prácticas no excluye de la donación?:

- a) Tener varias parejas sexuales.
- b) Administrarse esteroides.
- c) Tomar anticonceptivos.
- d) Haber vivido más de 1 año en el Reino Unido entre 1980 y 1996.

Fuente: Elaboración propia

ANEXO 5: TRÍPTICO

PUEDES ACUDIR AL PROGRAMA SI...

- ❖ Tienes entre 18 y 65 años
- ❖ Ya eres donante
- ❖ Todavía no eres donante

FECHAS Y HORARIO



- ❖ 1ª Sesión: 8 mayo
- ❖ 2ª Sesión: 15 mayo
- ❖ 3ª Sesión: 22 mayo

Horario: 13:00 – 14:15 h

¿DÓNDE ME INSCRIBO?

Puedes inscribirte en el listado disponible en admisión.

Y TÚ... ¿TE ATREVES A SALVAR VIDAS?



Lugar: Centro de Salud La Bombarda

Dirección: Calle Ramiro I de Aragón

CP: 50017 Zaragoza

Tfno: 976 318 060



PROGRAMA DE EDUCACIÓN DONACIÓN DE SANGRE MEDIANTE AFÉRESIS



**Ayúdanos,
Ayúdate
Dona sangre**

¿POR QUÉ HAY QUE DONAR SANGRE?

La sangre es indispensable para vivir: transporta el oxígeno a los tejidos, defiende contra infecciones y colabora en la coagulación.

Hoy por hoy **NO PUEDE FABRICARSE**, sólo se obtiene gracias a donaciones voluntarias, altruistas y anónimas.



Mientras lees esto muchas personas van a recibir una transfusión de sangre como tratamiento a una enfermedad, debido a una operación o por un accidente.

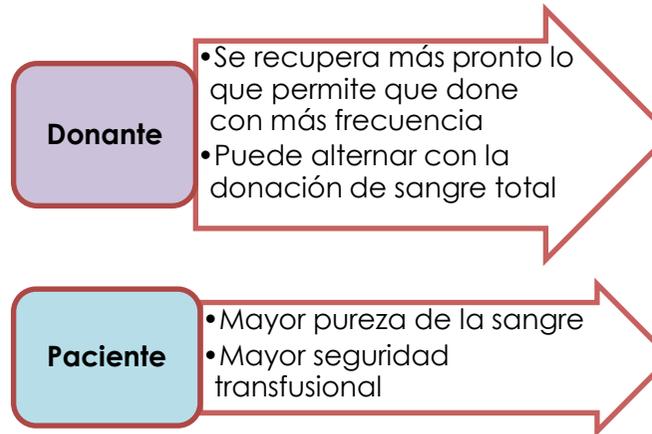
REQUISITOS PARA DONAR

- ❖ Tener entre 18 y 65 años.
- ❖ Pesar más de 50 kg.
- ❖ Tener buena salud y hábitos saludables.
- ❖ No estar en ayunas.

¿QUÉ ES LA AFÉRESIS?

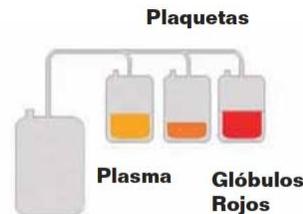
Es otro método de donación en el que sólo se extraen del donante los componentes sanguíneos que se necesitan, el resto se le devuelven por la misma vía.

Beneficios



Es importante que las donaciones sean constantes ya que los componentes tienen caducidad:

- ❖ Glóbulos rojos: 42 días.
- ❖ Plaquetas: 5 días.
- ❖ Plasma: 3 años.



ORGANIZACIÓN

1ª SESIÓN - DONACIÓN: DESTERRANDO MITOS

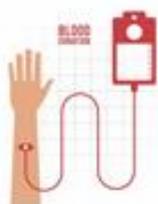
- Explicaremos en qué va a consistir el programa.
- Hablaremos sobre los mitos más frecuentes acerca de la donación.
- Se explicarán todos los pasos de la donación convencional.

2ª SESIÓN - AFÉRESIS: GANAIS LOS DOS

- Se presentará este método de donación, explicando sus ventajas.
- Aprenderás cuántas bolsas son necesarias transfundir a los pacientes en los tratamientos más frecuentes.

3ª SESIÓN - PRIMERO DEBES CUIDAR DE TI

- Conocerás como llevar un estilo de vida saludable que permita ser donante o continuar siéndolo.
- Se proporcionará información sobre los centros a los que puedes acudir a donar, así como páginas web donde poder ampliar la información.



PROGRAMA DE EDUCACIÓN

DONACIÓN DE SANGRE MEDIANTE AFÉRESIS



CENTRO DE SALUD LA BOMBARDA

¿Quieres saber
para qué se
necesita la
sangre?

¿Has
escuchado
alguna vez que
no se puede
donar si te
tatúas?

¿Sabías que
existe un
procedimiento
que permite
realizar mayor
número de
donaciones?

¿Quiénes pueden acudir?

Pacientes del Centro de
Salud entre 18 y 65 años

Donantes y no donantes

¿Cuándo?

Horario: 13 a 14:15 h

8 de mayo

15 de mayo

22 de mayo



Para más información, pregunta a tu enfermera,
ella te proporcionará un folleto informativo y te
dirá dónde puedes inscribirte.

