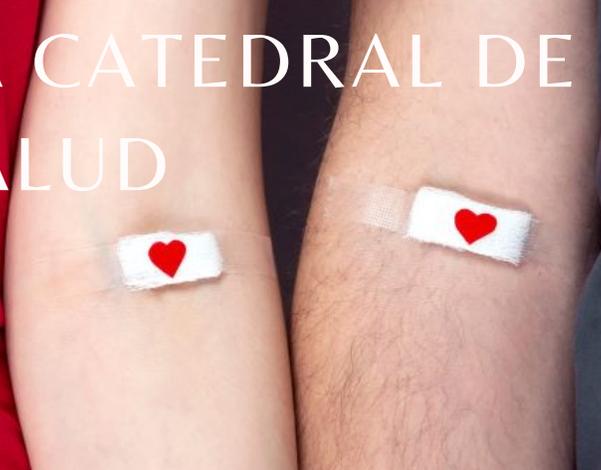


LA ANTIGUA CATEDRAL DE SAN JOSÉ

NOTA DE SALUD

ABRIL 2024



Donar sangre es seguro si se pasa por los canales adecuados y se siguen las pautas. El Instituto de Sangre de Oklahoma y la Cruz Roja Americana utilizan agujas nuevas y estériles que se desechan después de un uso y utilizan técnicas seguras de extracción de sangre para prevenir infecciones. Las pautas para donar sangre son:

- Estar sano y sentirse bien
- Los jóvenes de 16 años pueden donar sangre con el permiso de los padres
- Los mayores de 17 años pueden donar sangre sin permiso
- Debe pesar 110 libras o más

La mayoría de las personas tienen poca o ninguna reacción a la donación de sangre. Si tiene alguno de los siguientes síntomas después de donar sangre, llame al centro de donación de sangre o a su proveedor de atención médica:

- Náuseas, aturdimiento o mareos después de descansar, comer y beber
- Un bulto elevado, sangrado continuo o dolor en el sitio del pinchazo de la aguja cuando se quita el vendaje
- Dolor u hormigueo en el brazo o los dedos
- Enrojecimiento e hinchazón alrededor del sitio o rayas rojas en la piel
- Fiebre o dolor de garganta (resfriado o gripe) dentro de los cuatro días posteriores a la donación de sangre.

Las infecciones pueden transmitirse por la sangre a otra persona a través de una transfusión. Es importante que se comunique con el centro de donación de sangre si está enfermo para que no se use su sangre.

En épocas de vacaciones no es raro oír hablar de escasez de sangre. Es durante estos tiempos que el Instituto de Sangre de Oklahoma y la Cruz Roja Americana instarán a todos a donar sangre y plaquetas. Cada dos segundos, alguien en los Estados Unidos necesitará sangre. Donar su sangre o plaquetas es un salvavidas para quienes lo necesitan. Puedes donar sangre cada 56 días y hasta seis veces al año.



St. Joseph y el Instituto de Sangre de Oklahoma patrocinarán un programa de donación de sangre **el domingo 11 de agosto de 9:00 a.m. a 3:00 p.m.**

Por favor, marque su calendario y planifique participar en este evento que salva vidas. Estarás salvando la vida de alguien con tu participación. Escuchará más sobre este evento en los próximos meses. Recuerde que USTED puede, y lo hará, salvar una vida con la donación de su sangre.