



**TU SANGRE**  
**SIEMPRE**  
**HACE FALTA**

**Actúa ya. Hazte donante**

# EN ESTOS MOMENTOS

## alguien está necesitando tu sangre

En los últimos años, la Región de Murcia ha incrementado sus necesidades de sangre. Somos más ciudadanos, se realizan más operaciones y trasplantes que nunca y cualquiera de estas intervenciones requiere de muchos donantes.

Esto significa que si la sangre siempre ha sido necesaria, hoy lo es mucho más.

Aunque hay muchas personas que dan vida donando sangre, el número es insuficiente, sobre todo porque el número de donaciones por individuo y año es limitado (4 veces en hombres y 3 en mujeres).

Hace falta que cada vez seamos más. Todos y todas podemos ser donantes. No importa tu país, tu sexo o tu ocupación.

Tu sangre **>SIEMPRE<** hace falta.



# ¿PUEDO YO SER donante de sangre?

## >> Sí, siempre que:

- Tengas entre 18 y 65 años.
- Peses más de 50 kg.
- Tengas un buen estado de salud.
- Residas en España.

## >> Que no te detenga...

**Cuál sea tu tipo de sangre;** todos los grupos sanguíneos son necesarios.

**Tu país de procedencia.** La sangre no entiende de razas, vengas de donde vengas puedes ser donante de sangre.

**El miedo:** el proceso de extracción es muy sencillo y no entraña riesgos.

**El tiempo:** donar sangre sólo requiere escasos minutos. Después puedes continuar con tu actividad normal.

# CÓMO PUEDO donar sangre

Una vez en el Centro te haremos un sencillo reconocimiento médico. Te tumbará cómodamente en una camilla para la extracción. Después de unos minutos de reposo y un refrigerio podrás irte a casa.

## COMPATIBILIDADES ENTRE GRUPOS SANGUÍNEOS

GRUPO Y RH	PUEDA DAR A ↵	↵ PUEDE RECIBIR DE
<b>A+</b>	A+, AB+	O+, O-, A+, A-
<b>A-</b>	A+, A- AB+, AB-	O-, A-
<b>B+</b>	B+, AB+	O+, O-, B+, B-
<b>B-</b>	B+, B-, AB+, AB-	O-, B-
<b>AB+</b>	AB+	TODOS
<b>AB-</b>	AB+, AB-	AB-, O-, A-, B-
<b>O+</b>	A+, O+, B+, AB+	O+, O-
<b>O-</b>	TODOS	O-



# DÓNDE PUEDO donar sangre

**Si estás en Murcia**, debes acudir al Centro de Hemodonación (Ronda de Garay s/n), de lunes a viernes de 8:30 a 20:30. Excepto agosto: de 8:30 a 14:30.

**En Cartagena**, en el Hospital Santa M<sup>a</sup> del Rosell, de 8:30 a 14:00 de lunes a viernes. Segundo sábado de cada mes de 8:30 a 14:00.

**En Lorca**, los lunes, miércoles, jueves y viernes, de 16:30 a 21 horas en el ambulatorio de Santa Rosa de Lima, 1<sup>a</sup> planta. Agosto cerrado.

**En Yecla**, en el Hospital Virgen del Castillo, los lunes y jueves de 11:00 a 13:30. El último jueves de cada mes a partir de las 6 de la tarde en Consultas Externas del Hospital Virgen del Castillo.



Además, las Unidades Móviles del Centro Regional de Hemodonación se desplazan por todo el territorio de la Comunidad Autónoma de Murcia a diario (puedes consultar la ubicación diaria de estos equipos en [www.murciasalud.es/crh](http://www.murciasalud.es/crh) • [crh@carm.es](mailto:crh@carm.es)

En la Región de Murcia se necesitan mas de 250 donaciones diarias para hacer frente a la actividad Médico-Quirúrgica de nuestros hospitales, sin ellas sería imposible realizar operaciones, trasplantes, tratamientos oncológicos, etc... no lo dudes,

# Actúa ya Hazte donante

[www.murciasalud.es/crh](http://www.murciasalud.es/crh)  
[crh@carm.es](mailto:crh@carm.es)



Centro de  
Hemodonación



Región de Murcia  
Consejería de Sanidad  
Consejería de Trabajo y Política Social  
Dirección General de Inmigración,  
Voluntariado y Otras Colectivos



MINISTERIO  
DE TRABAJO Y  
ASUNTOS SOCIALES

Secretaría de Estado de  
Inmigración y Migración

Dirección General de  
Inmigración de los Inmigrantes