



¡HOY PUEDES SALVAR HASTA 3 VIDAS!

DONA SANGRE, DONA VIDA



I CAMPAÑA DE DONACIÓN VOLUNTARIA DE SANGRE

HOSPITAL ALFREDO CALLO RODRÍGUEZ - SICUANI -



FECHA: **07** MAYO 2026



HORA: 7:00 a.m. a 2:00 p.m.



LUGAR: BANCO DE SANGRE HACR - SICUANI

Cada gota cuenta. Tu sangre puede ser la diferencia entre la vida y la muerte para alguien de tu comunidad. *Hoy tú puedes ser el héroe que Sicuani necesita.*



BENEFICIOS DE DONAR SANGRE

- 1 Reduce el riesgo de infartos y enfermedades cardiovasculares.
- 2 Ayuda a depurar triglicéridos.
- 3 Mejora el flujo sanguíneo.
- 4 Equilibra los niveles de hierro en la sangre.
- 5 Estimula la producción de nuevas células sanguíneas.
- 6 Ofrece información sobre el estado de salud.



REQUISITOS PARA DONAR

- ✓ Tener entre 18 y 60 años
- ✓ Pesar más de 50 kg
- ✓ Estar en buen estado de salud
- ✓ Haber dormido al menos 6 horas
- ✓ Haber tomado desayuno ligero
- ✓ Presentar DNI



EXÁMENES DE LABORATORIO

GRATUITOS

Grupo sanguíneo

Hemoglobina

VIH, Hepatitis B y C, Sífilis

Donar también es cuidar tu salud



PASOS PARA LA DONACIÓN

- 1 Registro y verificación de datos
- 2 Evaluación médica
- 3 Donación (10-15 minutos)
- 4 Refrigerio y descanso



¡NO LO PIENSES MÁS! DONA SANGRE HOY

COMPARTE Y SALVA VIDAS VEN CON TUS AMIGOS Y FAMILIA

INFORMES:

931 081 641



TU SOLIDARIDAD ES VIDA, TU DONACIÓN ES ESPERANZA



DONAR SANGRE

es donar vida

Un pequeño gesto de generosidad puede **cambiar el mundo** de alguien.

¿QUÉ ES LA DONACIÓN DE SANGRE?

Es un acto voluntario y solidario en el que una persona sana permite extraer una parte de su sangre para ser utilizada en quienes la necesitan.



No duele, es seguro y solo toma **45 minutos** de tu tiempo.

¿POR QUÉ DONAR SANGRE?



Porque tu sangre puede salvar hasta **3 vidas**.



Porque siempre hay alguien que te necesita.



Porque los hospitales la necesitan **todos los días**.



Porque donar te hace parte de la solución, no del problema.

¿POR QUÉ ES IMPORTANTE DONAR?



La sangre **no se puede fabricar**, solo se puede obtener de donantes voluntarios.



Es **vital** para tratamientos de cáncer, cirugías, accidentes y enfermedades graves.



Garantiza que **siempre** haya sangre disponible cuando más se necesita.



Donar sangre es un acto de amor que construye comunidades más fuertes y solidarias.

¿QUIÉNES PUEDEN DONAR?

18+

Tener entre 18 y 65 años.



Pesar más de 50 kg.



Gozar de buena salud.



Presentar documento de identidad.



Puedes donar cada 3 meses.

TU DONACIÓN TIENE UN IMPACTO REAL



1 DONANTE PUEDE SALVAR HASTA 3 VIDAS



MILES DE PERSONAS SON ATENDIDAS CADA DÍA GRACIAS A DONANTES COMO TÚ.



CADA GOTA CUENTA, CADA DONACIÓN IMPORTA.

¡HAZTE DONANTE, haz la diferencia!

DONA SANGRE, REGALA VIDA.

Tu generosidad es la esperanza de alguien.



ES SEGURO Y CONTROLADO



SOLO TOMA 45 MINUTOS



NO DUELE



ES SOLIDARIO



ES VIDA

UN POCO DE TU SANGRE, ES TODO PARA ALGUIEN.

DONAR SANGRE ES REGALAR VIDA



EL PROCESO COMPLETO DE DONACIÓN DURA **45 MINUTOS** aproximadamente



Tu donación tiene el poder de salvar hasta **3 vidas**

¿CÓMO ES EL PROCESO DE DONACIÓN?

— Pasarás por las siguientes etapas: —

1

REGISTRO



Te damos la bienvenida y te pedimos tus datos personales.

5 MINUTOS

2

ENTREVISTA Y EVALUACIÓN MÉDICA



Se realiza una entrevista confidencial y una evaluación para determinar si puedes donar.

10 MINUTOS

3

TOMA DE SIGNOS VITALES Y HEMOGLOBINA



Verificamos tu presión arterial, pulso, temperatura y niveles de hemoglobina.

5 MINUTOS

4

DONACIÓN DE SANGRE



La extracción toma entre 8 y 10 minutos. Se extraen aprox. 450 ml de sangre.

10 MINUTOS

5

REPOSO Y REFRIGERIO



Descansas unos minutos y te ofrecemos un refrigerio para tu recuperación.

15 MINUTOS



BENEFICIOS DE DONAR SANGRE



Ayudas a salvar vidas.



Tu cuerpo regenera la sangre donada.



Contribuyes a mejorar la salud de la comunidad.



Es un acto solidario que transforma historias.



Te sentirás bien sabiendo que hiciste el bien.

¡HÉROES REALES NO USAN CAPA, DONAN SANGRE!



AGENDA TU CITA Y SÉ PARTE DEL CAMBIO

Tu decisión hoy puede ser la esperanza de alguien mañana.



DONAR SANGRE ES DAR VIDA

¡GRACIAS POR SER LA RAZÓN DE MUCHAS SONRISAS!

¿CUÁNTA SANGRE TIENE TU CUERPO?

Conoce la cantidad estimada y cómo se recupera.

Tu sangre es vida, cuidala.

♂ HOMBRE

Cantidad total de sangre:
5 a 6 LITROS

Equivalente al



de su peso corporal



¿POR QUÉ VARÍA?

La cantidad de sangre depende del peso, estatura, edad y condición física de cada persona.



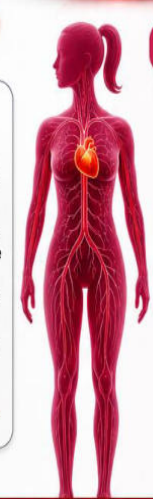
♀ MUJER

Cantidad total de sangre:
4 a 5 LITROS

Equivalente al



de su peso corporal



LA SANGRE NO SOLO CIRCULA, ¡TE MANTIENE VIVO!

¿CÓMO SE RECUPERA LA SANGRE?

Después de una pérdida de sangre, el cuerpo se regenera paso a paso.

1 RECUPERACIÓN DEL PLASMA



El plasma se repone rápidamente.

24 - 48 HORAS

2 REPOSICIÓN DE PLAQUETAS



Las plaquetas vuelven a niveles normales.

3 - 5 DÍAS

3 REGENERACIÓN DE GLÓBULOS ROJOS



El cuerpo produce nuevos glóbulos rojos.

2 - 6 SEMANAS

4 RECUPERACIÓN TOTAL



El volumen sanguíneo se normaliza.

4 - 8 SEMANAS



Un estilo de vida saludable acelera tu recuperación.

¿CÓMO AYUDAR A TU CUERPO?



ALIMENTACIÓN RICA EN HIERRO Y VITAMINA B12



HIDRATACIÓN CONSTANTE



EJERCICIO REGULAR



DESCANSO ADECUADO

RECUERDA:

DONAR SANGRE ES REGALAR VIDA

Tu cuerpo repone la sangre, pero alguien más puede no tener tiempo.



TU SANGRE ES TU PODER, CÚDALA HOY PARA VIVIR MAÑANA.



¡DESCUBRE EL PODER DE TU SANGRE!

COMPONENTES, FUNCIONES Y TIEMPO DE VIDA

¡Todo en un vistazo impactante!



Tu sangre es vida, protección y energía que corre por ti.

¿DE QUÉ ESTÁ HECHA TU SANGRE?

Tu sangre es un sistema vital lleno de componentes esenciales que trabajan sin descanso.

GLÓBULOS ROJOS (ERITROCITOS)	FUNCIÓN: Transportan oxígeno a todo el cuerpo.	TIEMPO DE VIDA: ~120 días	DATO CLAVE: ¡Son los más abundantes!
GLÓBULOS BLANCOS (LEUCOCITOS)	FUNCIÓN: Defienden tu cuerpo contra infecciones.	TIEMPO DE VIDA: Horas hasta años (según el tipo)	DATO CLAVE: ¡Tu ejército interno!
PLAQUETAS (TROMBOCITOS)	FUNCIÓN: Coagulación y cicatrización.	TIEMPO DE VIDA: 7-10 días	DATO CLAVE: ¡Evitan hemorragias!
PLASMA	FUNCIÓN: Transporta nutrientes, hormonas y desechos.	COMPOSICIÓN: 90% agua	DATO CLAVE: ¡Es el medio donde todo fluye!

¿POR QUÉ ES IMPORTANTE?

Tu sangre mantiene tu cuerpo vivo, protegido y en equilibrio.

Cada componente cumple una misión esencial.

¡CUIDA TU SANGRE!



ALIMENTACIÓN BALANCEADA

Nutrientes que fortalecen tu organismo.



HIDRATACIÓN CONSTANTE

El agua mantiene tu sangre en movimiento.



CHEQUEOS MÉDICOS

Prevención hoy, bienestar siempre.

Mitos VS Realidades



Donar sangre debilita mi cuerpo.

Solo las personas con sangre rara necesitan donaciones.



Donar sangre es doloroso.

Si dono, me puedo contagiar de una enfermedad.



El cuerpo repone el volumen de sangre en pocas horas.



Todos los grupos sanguíneos con de suma importancia.



Solo sentirás un pequeño Pinchazon pero el beneficio es enorme.



Todo el material utilizado es estéril y desechable, garantizando un proceso 1000% seguro.



Tu decisión puede salvar vidas

La sangre no se puede fabricar... solo se puede obtener gracias a personas solidarias.

BANCO DE SANGRE Y HEMOTERAPIA
HOSPITAL ALFREDO CALLO RODRÍGUEZ - SICUANI

¡HOY PUEDES SALVAR HASTA 3 VIDAS!

DONA SANGRE, DONA VIDA

HOSPITAL ALFREDO CALLO RODRÍGUEZ - SICUANI

I CAMPAÑA DE DONACIÓN VOLUNTARIA DE SANGRE

HOSPITAL ALFREDO CALLO RODRÍGUEZ - SICUANI

FECHA:
07 MAYO 2026

HORA:
7:00 a.m. a 2:00 p.m.

LUGAR:
BANCO DE SANGRE HACR - SICUANI

Cada gota cuenta. Tu sangre puede ser la diferencia entre la vida y la muerte para alguien de tu comunidad.

Hoy tú puedes ser el héroe que Sicuani necesita.

BENEFICIOS DE DONAR SANGRE

- Reduce el riesgo de infartos y enfermedades cardiovasculares.
- Ayuda a depurar triglicéridos.
- Mejora el flujo sanguíneo.
- Equilibra los niveles de hierro en la sangre.
- Estimula la producción de nuevas células sanguíneas.
- Ofrece información sobre el estado de salud.

REQUISITOS PARA DONAR

- Tener entre 18 y 60 años
- Pesar más de 50 kg
- Estar en buen estado de salud
- Haber dormido al menos 6 horas
- Haber tomado desayuno ligero
- Presentar DNI

EXÁMENES DE LABORATORIO GRATUITOS

- Grupo sanguíneo
- Hemoglobina
- VIH, Hepatitis B y C, Sífilis

Donar también es cuidar tu salud

PASOS PARA LA DONACIÓN

- Registro y verificación de datos
- Evaluación médica
- Donación (10-15 minutos)
- Refrigerio y descanso

¡NO LO PIENSES MÁS! DONA SANGRE HOY

COMPARTE Y SALVA VIDAS VEN CON TUS AMIGOS Y FAMILIA

INFORMES:
 931 081 641

TU SOLIDARIDAD ES VIDA, TU DONACIÓN ES ESPERANZA

TU SALUD ESTÁ EN TU SANGRE
CONÓCELA, CUIDALA, PROTÉGELA