



Salvar vidas constituye una de las más bellas obras y una expresión de amor hacia el prójimo. Roberto García Campaña es ejemplo de ello, joven militante de la Unión de Jóvenes Comunistas en Chaparra quien obtuvo recientemente el reconocimiento por tan noble labor con más de 72 donaciones de sangre efectuadas hasta la fecha. Según nos comentaba Roberto desde los 15 años lo hace y para él es un placer infinito, y de gran importancia debido a las situaciones difíciles que se presentan ante situaciones médicas de extrema gravedad, como en caso de hemorragias por accidentes de tráfico, lo sabe muy bien debido a su experiencia como enfermero que es su profesión.

**Donar Sangre
es Donar Vida**



Requisitos básicos para donar sangre

Tener entre 18 y 65 años de edad. Los menores de 18 pueden donar con la autorización de sus padres o tutores. Las personas mayores de 65 años deben hacerlo con autorización médica. Gozar de buena salud. Pesar 50 kg o más. Es importante que desayune, sin ingesta de lácteos y/o grasas. Tener valores de presión arterial dentro de los límites adecuados. No presentar anemia. No tener fiebre o haber estado enfermo en los últimos 7 días. No haber tenido relaciones sexuales con parejas ocasionales en el último año. No haber usado drogas ilegales. No haberse realizado acupuntura, tatuajes y/o piercing en el último año. No haber sido sometido a cirugías de importancia en el último año.

¿Cuáles son los beneficios de donar sangre?

Además de salvar vidas, rejuvenece el organismo. Al detectar que se reduce el nivel del fluido, el cuerpo genera nuevas células y da paso a una sangre limpia y fresca. Equilibra los niveles de hierro. La recuperación de una donación de sangre es inmediata. El volumen es cuestión de horas, y la incorporación de todos los elementos celulares que se extraen en una donación como mucho, cuatro o seis días.