

Temadeldía

Se puede donar hasta cuatro veces al año
Según coinciden los especialistas, un hombre en buen estado de salud puede donar sangre entre tres y cuatro veces cada año. Una mujer lo puede hacer entre dos y tres veces anualmente.



EL NIVEL DE DONACIÓN PERUANO ES DE LOS MÁS BAJOS DE LA REGIÓN

Se requieren más de 90 mil donantes voluntarios de sangre en el Perú

■ Menos de diez mil unidades son cedidas de manera solidaria al año

■ Donar sangre no encierra peligro y promueve la mejora de la calidad de vida

BRUNO ORTIZ BISSO

La donación voluntaria de sangre es una deuda pendiente en el Perú, pues—según las cifras del Programa Nacional de Hemoterapia y Bancos de Sangre (Pronahebas) del Ministerio de Salud—nuestro país cuenta con menos de 10.000 donantes voluntarios cuando el ideal es de 100.000. La donación voluntaria representa solo el 5% del total de las donaciones registradas en todo el país al año.

Los niveles peruanos son muy bajos en comparación con los que tienen Colombia o Brasil, en donde alrededor del 50% de las unidades en sus bancos de sangre son donadas voluntariamente.

“Una unidad de sangre puede ayudar hasta a tres personas. Es imprescindible crear una cultura de donación voluntaria”, refiere el doctor Norberto Quezada, coordinador nacional del Pronahebas.

Luis Mircin, jefe del servicio de hemoterapia y banco de sangre del Instituto Nacional de Salud del Niño (INSN), considera que la falta de educación en la ciudadanía desde la juventud y la escasa promoción originan esta situación que pondría en peligro la salud de los pacientes. “Es un problema nacional, porque no tenemos la costumbre de donar voluntariamente como lo hacen en otros países. Falta información constante, que despierte el interés en la gente. Sería un interesante punto de partida”, señala.

A su turno, la doctora Elizabeth Carrillo, jefa del Departamento de Patología Clínica del hospital Edgardo Rebagliati (Essalud), considera que esa educación debe venir desde la escuela. “Es una tarea educativa que debe desterrar los mitos. El donante no se perjudica por dar su sangre, más bien se beneficia. Al donar, la médula ósea detecta la falta del tejido sanguíneo y empieza a generar nuevos elementos para crear sangre. Donar, además de ayudar, hace que uno se renueve interiormente”, explica la doctora.

Los niveles de donaciones en nuestro país son alarmantes. La doc-



NECESIDAD. La población responde ante pedidos solidarios relacionados con circunstancias especiales, pero la donación de sangre voluntaria no es constante. Los especialistas coinciden en que se requiere una labor educativa a los más jóvenes. Los resultados se verán años después.



BENEFICIO. La donación no solo beneficia a quien recibe la sangre, sino también al donador. Le genera una renovación al interior de su organismo.

EN PUNTOS

Los principales obstáculos para la donación voluntaria son los mitos creados alrededor de este acto altruista, los cuales no tienen ningún fundamento científico, según los especialistas.

Se piensa que donar sangre debilita a la persona, pero el volumen de sangre se reemplaza con rapidez. Se recomienda tomar abundante líquido después de haber donado.

Otros consideran que engordarán. Eso solo sucederá si después de la donación comen en exceso, particularmente alimentos ricos en grasas.

Hay quienes no donan por odio a las agujas o porque no soportan el dolor. La molestia durante el proceso de extracción es mínima y en comparación con el procedimiento para hacerse un tatuaje, es menos dolorosa.

SEPA MÁS

¿Cómo y dónde puede donar?

Requisitos básicos

Los donantes deben tener entre 18 y 55 años. Quienes excedan de esa edad pueden donar, pero previo examen médico. Deben pesar como mínimo 55 kilos y gozar de buena salud.

Dónde acudir

Si desea hacer una donación voluntaria, solo debe acercarse al hospital con banco de sangre más cercano y manifestar su deseo de donar voluntariamente.

Si desea donar en el Instituto Nacional de Salud del Niño, llame al 330-2632 o acérquese a la cuadra 6 de la avenida Brasil. También puede llamar al Pronahebas al 315-6600 anexo 2540.

Club del donante

El hospital Edgardo Rebagliati tiene un grupo de donantes voluntarios. Si quiere formar parte de él, solo debe acercarse al hospital, a la zona donde se realizan las donaciones.

tora Carmen Torres, especialista en células madre del instituto Lazo de Vida, sostiene que existe una brecha muy amplia entre la oferta y la demanda de sangre. “Mientras la oferta anual es de 311.550 unidades, la demanda es de 798.414. No hacer una transfusión puede ser la diferencia entre la vida y la muerte”, asegura.

EXTREMO CUIDADO

Uno de los temores es la posibilidad de contraer una enfermedad. No obstante, las fases previas a la donación están diseñadas para evitar eso. “Hay muchas enfermedades transmisibles y cada una tiene un período

de ventana, por lo que significan un riesgo. Por eso se pide tantos requisitos para donar. Muchos se molestan porque no lo pueden hacer, pero nuestra preocupación es lo que les pueda pasar a los pacientes. No se trata de ninguna discriminación”, explica el doctor Quezada del Pronahebas. Agrega que desde el 2006 se han descartado unas 25.000 unidades por contaminación.

Para el doctor Mircin del INSN, se trata de un tema de confianza. “La transfusión de sangre es un trasplante y como tal amerita que se siga una serie de procedimientos para que todo salga bien”, afirma.

Y con respecto al anuncio de científicos de EE.UU. sobre la creación de glóbulos rojos a partir de células madre, Mircin considera que toda la investigación es interesante, pero que hasta el momento nada puede reemplazar a la sangre generada por el ser humano.

@ ZONABLOGS

¿Sabe a dónde va su sangre después de donarla? Vea un video en:

► <http://blogs.elcomercio.com.pe/vidayfuturo>

SiC.

La donación de sangre es un tema presente en la vida de los jóvenes y aunque en las universidades la repuesta a las campañas de sangre es bastante superior a la de otras instituciones, podría ser mejor. ¿Te animas?

Sobre donaciones y negaciones

FERNANDO GONZÁLEZ-OLAECHEA
Redactor

He donado sangre varias veces. Comencé a hacerlo porque mi abuelo necesitaba unas cuantas unidades hace unos años, antes de que muriera, cuando estaba internado en el hospital Rebagliati. Recuerdo que fui con mi papá y con dos de sus mejores amigos. Antes de donar tenía algo de temor, imaginaba el proceso más dramático, pero la realidad fue más simple: llenar un cuestionario, unos minutos en la sala de espera, un pinchazo en el dedo—para ver mi grupo sanguíneo y medir mi nivel de hemoglobina—, otros minutos en una camilla cerrando y abriendo mi puño para que fluyera la sangre a una bolsa que se balanceaba a mi lado ya. Todo listo.

Lo que pensé después, cuando salía a desayunar a los restau-

tes que están al frente del hospital, fue que mi papá no tenía muchos conocidos o que estos eran algo mezuquinos, ya que solo consiguió a tres donantes (uno de ellos, yo). Luego doné otras veces, para una tía, para mi otro abuelo otro par y una vez en la universidad, en una campaña de donación.

Después de un tiempo, necesitaba dos donantes para mi otro abuelo, es decir, otra persona y yo. Ahí me di cuenta de que años atrás no fue culpa de la falta de contactos de mi papá lo que hizo que su convocatoria rozara el fracaso.

Me tomó cerca de cinco horas de insistencia—por el Messenger y por teléfono—conseguir a alguien que quisiera donar. Mis amigos y conocidos, veinteañeros todos, supuestamente en buen estado físico, saludables, no respondían al llamado, básicamente porque tenían algún temor infundado, no querían ayunar, tenían



■ Tener solo 180 donantes en dos días es una cuota reducida en una universidad con miles de alumnos

planes para la noche anterior a la donación—planes que suponían, intuyo, consumo de licor—o porque tenían tatuajes.

No se siente que la donación de sangre sea algo masivo, a pesar de su importancia. Aunque sí hay campañas al respecto en algunas universidades. En la Universidad de Lima, en la UPC, en la PUCP o en la San Martín de Porres se organizan una o dos veces al año.

En el caso de la de Lima, es una vez por ciclo y—según me comentó el Dr. Raúl Acosta, encargado de esas campañas—hay una buena respuesta por parte de los alumnos. La última vez, dijo, fueron cerca de 180 alumnos a donar. Es un buen número de donantes para un par de días, pero una cuota reducida si pensamos en una universidad de miles de estudiantes.

El problema va por ese lado. No hay conciencia plena de la importancia de la donación de sangre, porque casi nunca pensamos que quien podría necesitarla podría ser algún familiar cercano. Es la premisa de “eso les pasa a los demás”.

ellos opinan

Tres jóvenes comparten sus pareceres sobre la donación de sangre.

“No es nada del otro mundo”



DIANA ZORRILLA
EGRESADA
COMUNICACIONES
(PUCP)

“He donado por motivos familiares. No creo que sea nada del otro mundo. No lo haría como voluntaria. Hay que guardar cierto tiempo entre donación y donación. Si algo le pasa a algún familiar, no podría ayudarlo”.

“Uno no sabe si se puede contagiar de algo”



DANY RODRÍGUEZ
ESTUDIANTE
DE INGENIERÍA
MECÁNICA (PUCP)

“He donado una vez, para un familiar, pero desconfío, puedes contagiarte de algo con las agujas, nunca se sabe. Pero sí creo que la donación es importante, se debería tratar más el tema en los medios”.

“Tengo tatuajes, pero me gustaría poder donar”



HENRY BEHR MORE
ESTUDIANTE
ADMINISTRACIÓN DE
NEGOCIOS
(USMP)

“No he donado porque nunca se me ha presentado la oportunidad y además tengo tatuajes, y eso lo complica. Sin embargo, si pudiera hacerlo, donaría sin problemas. Si puedes ayudar, en buena hora”.