

# Donar sangre, un acto generoso que salva vidas.

La donación de sangre es un acto de solidaridad, una sola donación puede salvar 3 vidas.

¿Quién puede donar sangre?

Puede donar sangre toda persona:

## Entre los 18 y 65 años

- Que goce de buena salud.
- Peso igual o mayor a 50 Kg.
- Los hombres pueden donar cada 3 meses y las mujeres cada 4 meses, y se invita a realizarlo 2 veces al año.

¿Quién No pueden donar sangre?

- Mujeres en estado de embarazo.
- Personas con antecedente de cáncer.
- Personas con VIH/SIDA.
- Si ha tenido o tienen actualmente diagnóstico de cáncer.
- Personas con diabetes o hipoglicemia.
- Diagnóstico de epilepsia u otra enfermedad con convulsiones.
- Personas con problemas de drogadicción.
- Ha tenido o tiene en la actualidad sífilis, hepatitis B o C.
- Personas con conductas sexuales de riesgo para enfermedades de transmisión sexual (VIH o sífilis).
- Personas que hayan estado en una zona de malaria en el último año.
- Personas que se ha realizado piercing o tatuajes en los últimos 12 meses.
- Personas con tensión arterial no controlada.
- Antecedente de cirugía o liposucción durante los últimos 12 meses.
- Personas con enfermedades terminales o muy graves.

¿Dónde donar sangre?

Colombia cuenta con 90 bancos de sangre aproximadamente, distribuidos en todo el territorio nacional, conozca su ubicación a través de la página web del Instituto Nacional de Salud [www.ins.gov.co](http://www.ins.gov.co) o en línea gratuita nacional 01 8000 113 400.