

# Your Blood Can Save Lives

Every two seconds someone in the U.S. needs blood



healthcare  
education  
project

Healthcare • Education • Action!



## Whom Do You Help?

Donating blood is one of the simplest and quickest ways to help save a life. The collection of blood takes less than ten minutes; the whole process takes less than an hour.

With that gift you are helping people in critical health situations. For example, people who are:

- injured in accidents and shootings
- affected by disasters such as fires and hurricanes
- being treated for cancer, or undergoing organ transplant or other surgeries
- living with chronic diseases like sickle cell anemia

## What Is the Need Today?

- In the U.S., only about 3% of age-eligible people donate blood yearly. The rarer blood types are often in short supply.
- Nearly 5,000 units of blood platelets and 6,500 units of plasma are needed daily. A single car accident victim can require as many as 100 units.
- Blood and platelets cannot be manufactured; they can only be obtained from donors.

## Common Questions About Blood Donation

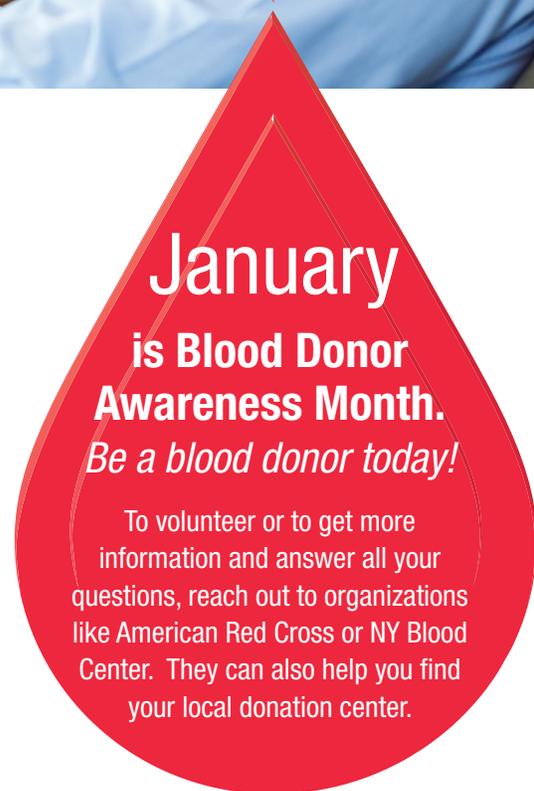
**Is there an age limit?** No, there is no maximum age limit on donating.

**Can I give blood if I am on medication?** In most cases you can give blood if you are on medication.

**Is it safe to donate blood?** Yes. You cannot get infectious diseases from donating blood because new, sterile needles are used each time, that are then discarded.

**Can I donate blood if I have high blood pressure?** Yes, you can, if your BP is at or under 180 (systolic – the top number) and 100 or below (diastolic – the bottom number).

**For more information, visit the American Red Cross website.**



**SCAN HERE  
FOR MORE  
RESOURCES**



# Tu Sangre Puede Salvar Vidas

Cada dos segundos alguien en los Estados Unidos necesita sangre



Healthcare • Education • Action!



## ¿A Quién Ayudar?

Donando sangre es una de las formas más simples y rápidas de ayudar a salvar una vida. La recolección de sangre toma menos de diez minutos; todo el proceso toma menos de una hora.

Con esta donación estás ayudando a las personas en situaciones críticas de salud. Por ejemplo, personas que son:

- Heridos en accidentes y tiroteos
- Afectados por desastres como incendios y huracanes
- Personas que están siendo tratadas por cáncer, o sometidas a trasplantes de órganos u otras cirugías
- Personas que están viviendo con enfermedades crónicas como la anemia de células falciformes

## ¿Cuál Es la Necesidad Hoy?

- En los Estados Unidos, solo alrededor del 3% de las personas elegibles por la edad donan sangre anualmente. Los tipos de sangre más raros a menudo son escasos.
- Aproximadamente 5,000 unidades de plaquetas sanguíneas y 6,500 unidades de plasma se necesitan diariamente. Una sola víctima de un accidente automovilístico puede requerir hasta 100 unidades.
- La sangre y las plaquetas no se pueden fabricar, solo se pueden obtener de donantes.

## Preguntas Comunes Sobre la Donación de Sangre

**¿Hay un límite de edad?** No, no hay límite de edad máxima para donar.

**¿Puedo donar sangre si estoy tomando medicamentos?** En la mayoría de los casos puede donar sangre si está tomando medicamentos.

**¿Es seguro donar sangre?** Si. No se puede contagiar o adquirir enfermedades infecciosas por donar sangre porque se usan agujas nuevas y estériles; después de usarlas se descartan.

**¿Puedo donar sangre si tengo presión arterial alta?** Si, puede, si su presión arterial está en o por debajo de 180 (sistólica, el número superior) y 100 o menos (diastólica, el número inferior).

Para más información, visite la página de la Cruz Roja Americana.

**Enero**  
es el Mes de  
Concientización del  
Donante de Sangre.

*¡Se un donante de sangre hoy!*

Para ser voluntario u obtener más información y responder a todas sus preguntas, comuníquese con organizaciones como la Cruz Roja Americana o con el Centro de Sangre de Nueva York. También pueden ayudarle a encontrar su centro de donación local.



**1 DONACIÓN**  
puede salvar  
más de tres  
vidas

**ESCANEE AQUÍ  
PARA OBTENER  
MÁS RECURSOS**

