



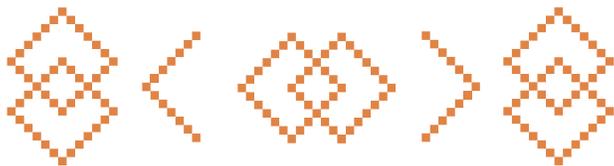
GOBIERNO DE SONORA INFORMA: LO QUE DEBES SABER SOBRE LA DONACIÓN DE SANGRE

HERMOSILLO, SONORA, 30 DE ABRIL DE 2025



GOBIERNO
DE **SONORA**

SECRETARÍA DE
SALUD PÚBLICA



ROMPAMOS LOS MITOS DE LA DONACIÓN DE **SANGRE Y PLAQUETAS**

DONA:

- Sin aumentar de peso
- Sin generar debilidad
- Sin producir anemia
- Sin disminuir la potencia ni el apetito sexual
- Sin dolor

DONA SANGRE



QUIERO SER UN DONADOR VOLUNTARIO DE SANGRE

¿QUÉ HAGO?

- Identifico mi centro de donación más cercano
- Hago mi registro
- El médico realiza una valoración
- Efectúo mi donación
- ¡Listo! me convierto en un héroe

Súmame a seguir salvando vidas



GOBIERNO DE SONORA INFORMA: LO QUE DEBES SABER SOBRE LA DONACIÓN DE SANGRE

Hermosillo, Sonora; 30 de abril de 2025.- Como parte de las estrategias institucionales orientadas a garantizar el acceso oportuno a componentes sanguíneos seguros, la Secretaría de Salud Pública (SSP) hizo un llamado a la población a ser un donador voluntario de sangre. Esta práctica contribuye significativamente al abastecimiento de bancos de sangre y al fortalecimiento del sistema de atención médica.

A pesar de su importancia, aún existen mitos y tabúes que desincentivan la participación. A continuación, se aclaran algunos de los más comunes:

- “Es doloroso y molesto”: Falso. Solo se siente un leve pinchazo al insertar la aguja. El resto del proceso es prácticamente indoloro.
- “Produce anemia”: Falso. El cuerpo repone de forma natural y rápida las células sanguíneas. Donar sangre no causa

anemia; al contrario, favorece la regeneración celular.

- “Causa debilidad”: Falso. No genera debilidad, solo se recomienda hidratarse adecuadamente después de donar.
- “Hace subir o bajar de peso”: Falso. La donación no tiene efecto sobre el peso corporal. Con buena alimentación e hidratación, el cuerpo se recupera entre 12 y 24 horas.

La Secretaría de Salud reiteró que donar sangre es un acto altruista que puede marcar la diferencia entre la vida y la muerte para personas que enfrentan emergencias, cirugías, partos complicados o tratamientos contra enfermedades como el cáncer. La sangre no se fabrica; solo puede obtenerse gracias a donantes voluntarios.

Por ello, se invita a la población con condiciones de salud adecuadas a acudir a los centros de donación más cercanos. Donar sangre es un proceso seguro, rápido y que salva vidas.



SONORA
TIERRA DE OPORTUNIDADES