

[¿Quién puede donar sangre?](#) [1]

Cualquier persona sana entre los 18 y los 65 años de edad, con un peso mínimo de 50 kg. Si un donante habitual cumple los 65 años puede seguir donando, con autorización del médico responsable.

[¿Con qué frecuencia se puede donar?](#) [2]

Los hombres, cuatro veces al año; las mujeres, tres veces al año. Entre dos donaciones debe transcurrir un mínimo de dos meses. Las donaciones de aféresis pueden realizarse con más frecuencia.

[¿En qué consiste una donación de sangre?](#) [3]

En una donación de sangre total se extraen mediante una punción en la vena 450 cc de sangre con todos sus componentes.

En las donaciones por aféresis, tras un proceso de separación, se selecciona un componente sanguíneo y se devuelven los demás al donante.

[¿Qué se obtiene de una donación de sangre?](#) [4]

De una donación de sangre total se obtienen unidades de concentrado de hematíes, plasma y plaquetas.

La donación de plasma tiene sus ventajas. Si el donante dispone de más tiempo y decide donar plasma se obtiene una cantidad mayor de estos componentes sanguíneos por cada donación.

Asimismo, si el donante tiene falta de hemoglobina, como les ocurre a algunas mujeres durante la menstruación, no podrá donar sangre pero sí plasma.

[¿Cuánto dura una donación de sangre?](#) [5]

Una donación de sangre total suele durar unos 20 minutos. Las donaciones por aféresis requieren un poco más de tiempo y depende del componente obtenido.

[¿Para donar se debe estar en ayunas?](#) [6]

No, en cambio es aconsejable tomar algún alimento ligero dos horas antes.

[Después de donar, ¿es bueno comer mucho?](#) [7]

No, lo más recomendable es ingerir abundantes líquidos sin alcohol y mantener el régimen habitual de comidas.

[¿Me puedo contagiar alguna enfermedad por donar sangre?](#) [8]

No, la donación de sangre no entraña ningún riesgo de este tipo. Todo el material utilizado en la donación es estéril y de un sólo uso.

[¿Se hacen análisis de sangre?](#) [9]

Sí, antes de donar se hacen análisis de sangre para conocer el estado de salud del donante.

[¿Puedo obtener los resultados del análisis de la donación?](#) [10]

Sí, una vez finalizado el estudio se le enviará información sobre el resultado.

[¿Puedo dejar de donar cuando quiera?](#) [11]

Por supuesto. La donación de sangre es voluntaria y altruista y nadie puede ser obligado ni coaccionado para donar.

[¿Se recibe remuneración económica por donar sangre?](#) [12]

No, la donación de sangre es un acto altruista y no está retribuida en nuestro país.

[¿Se puede donar sangre tomando medicación? \[13\]](#)

En la mayoría de los casos, sí. Sin embargo, antes de donar debe informar al médico responsable acerca de la ingesta de cualquier fármaco.

[¿Puedo donar estando embarazada? \[14\]](#)

No, deben pasar seis meses tras el término del embarazo.

[Si he tenido hepatitis, ¿puedo donar? \[15\]](#)

Se puede donar si la hepatitis padecida es de tipo A. En cambio, no se podrá donar si se ha padecido hepatitis tipo B o C.

[¿Puedo donar si estoy en contacto estrecho con un paciente de hepatitis o SIDA? \[16\]](#)

No, deben transcurrir cuatro meses desde el último contacto.

[¿Cuánto tiempo tiene que transcurrir para donar sangre tras una intervención quirúrgica? \[17\]](#)

Si se trata de una intervención de cirugía mayor, cuatro meses. Si es una cirugía menor, el tiempo necesario hasta la recuperación, con un mínimo de una semana.

[He realizado un viaje al extranjero, ¿puedo donar? \[18\]](#)

Sí, pero si ha estado en zonas endémicas de paludismo, fiebre amarilla o cólera, deben pasar seis meses desde la vuelta del viaje.

[¿Se puede donar con la menstruación? \[19\]](#)

Sí, siempre y cuando el nivel de hemoglobina sea normal.

[¿Se puede donar tomando anticonceptivos? \[20\]](#)

Sí, no existe ninguna contraindicación al respecto.

[¿Se puede donar siendo fumador? \[21\]](#)

Sí, pero se recomienda no fumar en las dos horas siguientes a la donación.

[¿Se puede donar tomando antihistamínicos para la alergia? \[22\]](#)

Sí, siempre que no se presenten síntomas agudos de la enfermedad.

[¿Puedo donar si estoy en tratamiento contra el colesterol o los triglicéridos? \[23\]](#)

Sí, este tratamiento no impide la donación.

[¿Se puede donar estando en tratamiento para la hipertensión arterial? \[24\]](#)

Sí, salvo que el tratamiento sea con beta-bloqueantes.

[¿Se puede donar padeciendo hipotiroidismo? \[25\]](#)

Sí. Sin embargo, no se puede donar sangre padeciendo hipertiroidismo.

[¿Se puede donar siendo diabético? \[26\]](#)

Se puede donar si la diabetes es tratada por vía oral. En cambio, no se puede donar si es tratada con insulina.

[Si me hago un tatuaje o me pongo un piercing, ¿puedo donar? \[27\]](#)

Puede donar transcurrido un periodo de tiempo de cuatro meses desde que se realiza.

---

**Source URL:** <https://sanidad.castillalamancha.es/ciudadanos/hazte-donante-sangre/preguntas-frecuentes>

**Links**

[1] <https://sanidad.castillalamancha.es/content/quien-puede-donar-sangre>

[2] <https://sanidad.castillalamancha.es/content/con-que-frecuencia-se-puede-donar>

[3] <https://sanidad.castillalamancha.es/content/en-que-consiste-una-donacion-de-sangre>

- [4] <https://sanidad.castillalamancha.es/content/que-se-obtiene-de-una-donacion-de-sangre>
- [5] <https://sanidad.castillalamancha.es/content/cuanto-dura-una-donacion-de-sangre>
- [6] <https://sanidad.castillalamancha.es/content/para-donar-se-debe-estar-en-ayunas>
- [7] <https://sanidad.castillalamancha.es/content/despues-de-donar-es-bueno-comer-mucho>
- [8] <https://sanidad.castillalamancha.es/content/me-puedo-contagiar-alguna-enfermedad-por-donar-sangre>
- [9] <https://sanidad.castillalamancha.es/content/se-hacen-analisis-de-sangre>
- [10] <https://sanidad.castillalamancha.es/content/puedo-obtener-los-resultados-del-analisis-de-la-donacion>
- [11] <https://sanidad.castillalamancha.es/content/puedo-dejar-de-donar-cuando-quiera>
- [12] <https://sanidad.castillalamancha.es/content/se-recibe-remuneracion-economica-por-donar-sangre>
- [13] <https://sanidad.castillalamancha.es/content/se-puede-donar-sangre-tomando-medicacion>
- [14] <https://sanidad.castillalamancha.es/content/puedo-donar-estando-embarazada>
- [15] <https://sanidad.castillalamancha.es/content/si-he-tenido-hepatitis-puedo-donar>
- [16] <https://sanidad.castillalamancha.es/content/puedo-donar-si-estoy-en-contacto-estrecho-con-un-paciente-de-hepatitis-o-sida>
- [17] <https://sanidad.castillalamancha.es/content/cuanto-tiempo-tiene-que-transcurrir-para-donar-sangre-tras-una-intervencion-quirurgica>
- [18] <https://sanidad.castillalamancha.es/content/he-realizado-un-viaje-al-extranjero-puedo-donar>
- [19] <https://sanidad.castillalamancha.es/content/se-puede-donar-con-la-menstruacion>
- [20] <https://sanidad.castillalamancha.es/content/se-puede-donar-tomando-anticonceptivos>
- [21] <https://sanidad.castillalamancha.es/content/se-puede-donar-siendo-fumador>
- [22] <https://sanidad.castillalamancha.es/content/se-puede-donar-tomando-antihistaminicos-para-la-alergia>
- [23] <https://sanidad.castillalamancha.es/content/puedo-donar-si-estoy-en-tratamiento-contra-el-colesterol-o-los-trigliceridos>
- [24] <https://sanidad.castillalamancha.es/content/se-puede-donar-estando-en-tratamiento-para-la-hipertension-arterial>
- [25] <https://sanidad.castillalamancha.es/content/se-puede-donar-padeciendo-hipotiroidismo>
- [26] <https://sanidad.castillalamancha.es/content/se-puede-donar-siendo-diabetico>
- [27] <https://sanidad.castillalamancha.es/content/si-me-hago-un-tatuaje-o-me-pongo-un-piercing-puedo-donar>