



REGIONE SICILIANA  
ASSESSORATO DELLA SALUTE



MdG  
Sicilia



COSTRUIRE  
**SALUTE**  
Le persone prima di tutto

# CONOSCERE E PREVENIRE **Donare il Sangue** Non ti estingue, ma... **Ti Distingue!**



Collana editoriale a cura di  
Ufficio Speciale Comunicazione per la Salute  
Dirigente responsabile  
dott.ssa Daniela Segreto

## **DONARE E' AMARE** **E' un atto: solidale, responsabile e anonimo**

Donare il sangue può davvero salvare una vita. Molti soggetti affetti da malattie ematologiche (leucemia, talassemia, ecc) così come le persone con gravi emorragie possono essere salvati grazie al sangue donato.

Donare periodicamente garantisce un controllo costante del nostro stato di salute. Abbiamo così la possibilità di conoscere il nostro organismo e di vivere con maggiore tranquillità.

Inoltre, il donatore gode di un ristoro adeguato dopo ogni donazione e, per chi è lavoratore dipendente, è prevista per legge una giornata di riposo conservando la normale retribuzione.

### **Requisiti per la donazione:**

- Età minima 18 anni;
- Età massima 65 anni;
- Peso corporeo: non inferiore a 50 Kg;
- Stato di salute: buono.

---

### **Sai che il bisogno di sangue non va in vacanza?**

La stagione estiva è da sempre uno dei momenti più delicati dell'anno per le donazioni del sangue: si va in vacanza ma il fabbisogno di sangue non diminuisce.

Durante i mesi estivi, si assiste sempre più ad un calo delle donazioni. È, dunque, opportuno compiere questo gesto di generosità in modo periodico e continuato, al fine di garantire sempre e ovunque la disponibilità di un prezioso elemento SALVAVITA: il sangue.

## Ecco per te 10 motivi per cui donare

Perché puoi salvare una vita o più!

1

Perché acquisisci stili di vita sani!

2

Perché ti tieni sotto controllo!

3

Perché non fa male!

4

Perché il tuo sangue si rigenera!

5

Perché basta poco tempo!

6

Perché il sangue non si fabbrica!

7

Perché è un dovere!

8

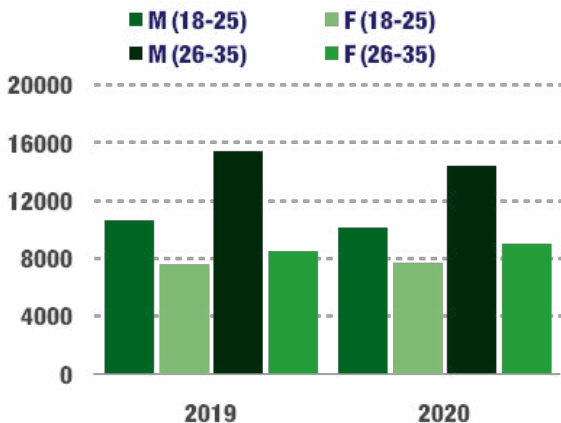
Perché riduci il rischio di cardiopatie e ipercolesterolemia!

9

10 Perché è utile!

10

## Ecco qualche numero



In Sicilia, nel 2020 si registra un calo, rispetto al 2019, del 3,4% del totale dei donatori.

L'età media dei donatori inoltre è in continuo aumento, anche in conseguenza dell'invecchiamento della popolazione; cala, invece, il numero di quelli sotto i 45 anni. Per questo è sempre più necessario reclutare nuovi donatori giovani. Un soggetto giovane garantisce al sistema molti anni di donazione.



**GIOVANI:  
FATE IL PRIMO PASSO!**



Fake News

### **Chi ha un tatuaggio o un piercing non può donare: FALSO.**

Bisogna far trascorrere 4 mesi così da poter individuare un'eventuale infezione in corso o la presenza di virus.

### **Chi beve o fuma non può donare: FALSO.**

Non puoi donare se hai delle abitudini pericolose per la salute del donatore e/o del ricevente.

### **Gli sportivi non possono donare: FALSO.**

Gli sportivi possono donare durante i periodi di riposo.

### **Gli omosessuali non possono donare: FALSO.**

Le preferenze sessuali non solo vincolanti.

Nessun medico chiederà mai nulla, in Italia, sull'orientamento sessuale dei candidati. I medici si limitano a valutare se un comportamento sessuale possa essere considerato potenzialmente pericoloso per il paziente che riceve il sangue.

### **Donare plasma è meno importante: FALSO.**

La plasmaferesi è importante perché permette la produzione di Medicinali Plasmaderivati indispensabili per il trattamento di molte patologie acute e croniche.

### **Per donare devi essere a digiuno: FALSO.**

Il digiuno è necessario soltanto per gli esami del sangue diagnostici da laboratorio. Il mattino della donazione è permessa una colazione leggera priva di latticini.



## “TUTTO SCORRE”

Diceva il filosofo greco Eraclito

Questo principio, secondo cui l'essenza delle cose è il movimento, potrebbe avere nel **SANGUE** il suo simbolo per eccellenza.

Dove donare?

- Servizi trasfusionali delle aziende sanitarie;
- Presso le unità di raccolta associative convenzionate con le aziende sanitarie.

Per ogni ulteriore informazione contatta il medico di famiglia o la tua **ASP** di riferimento.



Hanno partecipato alla redazione della presente brochure Anna Rita Martorana, Mariella Lombardo, Federica Trapani e Francesco Di Maio con la supervisione della dott.ssa Maria Luisa Ventura