



# La donación de plasma



Este documento ha sido adaptado según la norma UNE 150131:EX 2018 Lectura fácil. Pautas y recomendaciones para la elaboración de documentos.

**Adaptación:** Plena inclusión Castilla y León

**Validación:** Asamis y Asprosub Benavente

Adaptación financiada por:

Subvencionado por la Junta de Castilla y León con cargo a la asignación tributaria del IRPF



# Índice

## Páginas

¿Qué es el plasma?

1

La donación de plasma

3

Consejos para donar plasma

6

¿Qué hacer si quiero donar plasma?

7



# El plasma



El plasma está en nuestra sangre.  
Es un líquido transparente,  
con un ligero color amarillento.

En el plasma se encuentran  
las **células** de la sangre.  
Estas células son:

- **Glóbulos rojos.**
- **Glóbulos blancos.**
- **Plaquetas.**

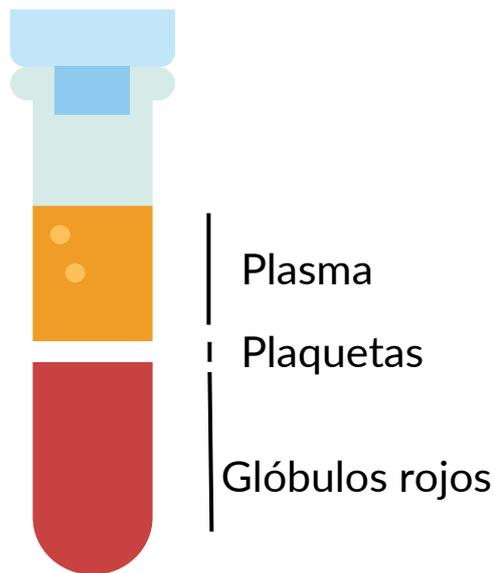
**Células.** Es la parte más pequeña de un ser vivo. Las personas, los animales o las plantas estamos formados por una o más células

**Glóbulos rojos.** Son las células que se encargan de llevar oxígeno a los órganos y tejidos.

**Glóbulos blancos.** Son las células que se encargan de defender al cuerpo de infecciones. También se llaman leucocitos.

**Plaquetas.** Son las células que se encargan de detener hemorragias.

# Componentes de la sangre



**Componente.** Que forma parte de algo.

## ¿Para qué sirve?

El plasma se usa para varias funciones:

- Para hacer medicamentos para enfermedades como la **hemofilia** o **inmunodeficiencias**.
- Para detener hemorragias cuando una persona ha sufrido quemaduras o ha tenido un accidente.

**Hemofilia.** Es una enfermedad en la que la sangre de una persona no coagula bien, es decir, no se hace espesa y tiene muchas hemorragias.

**Inmunodeficiencia.** Son enfermedades que debilitan el sistema inmunitario y permiten que las infecciones se desarrollen con mucha facilidad. El sistema inmunitario es un conjunto de órganos y células que defienden el cuerpo de virus, bacterias o sustancias que provocan infecciones o enfermedades.

# La donación de plasma



La donación de plasma también se llama plasmaféresis. Este tipo de donación es sencilla y muy parecida a la donación de sangre habitual. Dura más tiempo, alrededor de 45 minutos.

El donante tiene que estar tumbado en una camilla. A través de un pequeño pinchazo le sacarán sangre. Esa sangre irá a una máquina que separa el plasma y devuelve al donante lo demás.

El donante se recupera muy rápido.  
Las personas pueden donar plasma cada 15 días.

## ¿Quién puede donar plasma?

Todas las personas entre 18 y 65 años  
con buena salud  
y que pesen más de 50 kilos.

Todos los grupos sanguíneos  
pueden ser donantes,  
aunque el grupo AB es el **donante universal**  
de plasma.

**Donante universal.** Es el donante  
que puede donar plasma a todas  
las personas.

## Ventajas de donar plasma

### Para el donante

La recuperación es muy rápida.  
Cuando donas sangre,  
lo que más tardas en recuperar  
son glóbulos rojos.  
Pero en una donación de plasma  
no donas glóbulos rojos.

Si tienes el hierro bajo no puedes donar.

## Para el enfermo

Este tipo de donación consigue más cantidad de plasma de un solo donante.

Con solo una bolsa de plasma, el enfermo cubre todas sus necesidades.

# Consejos para donar plasma

## Antes de donar

Antes de donar,  
evita las grandes comidas con mucha grasa.  
Evita también el alcohol  
y los alimentos con azúcar.

Si no lo haces,  
es posible que tu donación  
no se pueda utilizar.

## Durante la donación

- Bebe agua, aunque no tengas sed.
- Relájate.

## Después de la donación

- Deja la tirita puesta alrededor de 2 horas.
- No hagas esfuerzo físico durante 1 día.
- Espera 2 horas después de la donación para fumar o beber alcohol.
- Bebe muchos líquidos después de donar.
- Evita los sitios donde hace mucho calor.



Si los días después de donar, tienes fiebre, malestar o problemas de salud, contacta con el Centro de Hemoterapia de Castilla y León. Su teléfono es 900 40 50 60.

# ¿Qué hacer si quiero donar plasma?

Si quieres donar plasma tienes que pedir cita.

Puedes pedir cita de 3 formas:



De forma presencial en el centro de Hemoterapia y Hemodonación de Castilla y León. Está en el Paseo Filipinos de Valladolid.



Por teléfono: 900 40 50 60.



En la página web:

[www.centrodehemoterapiacyl.es/contacto-aféresis/](http://www.centrodehemoterapiacyl.es/contacto-aféresis/)



Plaza Ejército  
47007 Valladolid  
983 22 18 92  
[oficina@hdsvalladolid.com](mailto:oficina@hdsvalladolid.com)