

Prepara Toluca Segundo Maratón de Donación de Sangre

Donar sangre es sinónimo de transmitir esperanza de vida a otros, ya que con 450 mililitros se puede salvar a cuatro personas y con sus hemacomponentes (glóbulos rojos, plaquetas, plasmas y crioprecipitados) se puede apoyar hasta a tres enfermos. Por ello, Toluca, como Capital con valor, busca sensibilizar a la población y fomentar la solidaridad entre las familias de la capital mexiquense con el Segundo Maratón de Donación de Sangre, el jueves 24 de noviembre, de 7:00 a 12:00 horas, en la Plaza González Arratia. Los requisitos para donar sangre son: llevar una identificación oficial vigente, tener entre 18 y 65 años y pesar más de 50 kilos; haber dormido bien los días previos; estar clínicamente sano y asistir aseado; no haber consumir lácteos y grasas una noche antes del día de donación; no haber ingerido bebidas alcohólicas tres días antes, no haber tomado medicamentos los últimos dos días ni recibido vacunas en los últimos 28; no haberse realizado tatuajes o perforaciones en el último año; no haber padecido hepatitis después de los 10 años; no estar embarazada o estar lactando en los últimos seis meses, entre otros. Contribuye a salvar vidas con tu sangre, participa en el Segundo Maratón de Donación de Sangre en Toluca, el próximo jueves 24 de noviembre, de las 7:00 de la mañana a las 12:00 horas