



**DONA EL  
MILLOR DE TU  
DONA SANG**

[1]

**Ven al COAC el 5  
de noviembre a  
#darsangre**

**Imatge:**

© Banc de Sang i de Teixits

El Colegio de Arquitectos de Cataluña se suma a las campañas de donación de sangre impulsadas por el **Banco de Sangre y de Tejidos** [2].

El próximo **lunes 5 de noviembre podréis venir de 10 a 14 h a la sede del COAC en Barcelona** y hacer vuestra aportación a la campaña ?Da lo mejor de ti. Da sangre?.

Dispondréis de un espacio habilitado en la Biblioteca del COAC (calle Arcs, 1-3, 3ª planta).

### **Tú también puedes dar sangre**

La donación de sangre es un **acto solidario y de participación ciudadana** [3] que requiere de tan solo 20 minutos para el donante y supone la vida para muchos pacientes. En el mundo cada día hay 310.000 donaciones de sangre, de las cuales 1.000 son en Cataluña y 6.000 en todo el Estado español.

A pesar de las donaciones, actualmente **los niveles se encuentran entre los 4 y 8 días** [4]. Así, con campañas como la que se llevará a cabo en el COAC se quiere contribuir a situar las

reservas de sangre en el nivel óptimo, entre 10 y 12 días.

### ¿Quién puede dar sangre?

- Si tienes entre 18 y 70 años y pesas más de 50 kilos
- Aunque hayas sufrido hepatitis antes de los 12 años
- Aunque no estés en ayunas
- Aunque tengas el colesterol elevado
- Aunque tomes alguno de los medicamentos más frecuentes

Consulta las **recomendaciones y motivos de exclusión para donar sangre** <sup>[5]</sup> y, si podéis dar sangre, os animamos a que vengáis el día 5 de noviembre al COAC. Recordad traer un carnet de identificación y no venir en ayunas.

Por otro lado, si estáis interesados en dar sangre pero el 5 de noviembre no podéis venir a la sede del COAC, podéis consultar el **calendario de recogida** <sup>[6]</sup> de los próximos días.

<sup>[7]</sup>  
23/10/2018

<sup>[8]</sup>

---

**Copyright@ Col·legi d'Arquitectes de Catalunya :** <http://arquitectes.eu/ca/node/17147>

### Links:

- [1] <http://arquitectes.eu/ca/node/17147>
- [2] <https://www.bancsang.net/>
- [3] [https://www.arquitectes.cat/ca/system/files/users/127/donar\\_sang.pdf](https://www.arquitectes.cat/ca/system/files/users/127/donar_sang.pdf)
- [4] <https://www.donarsang.gencat.cat/ca/>
- [5] [https://www.arquitectes.cat/ca/system/files/users/127/recomanacions\\_requisits\\_donar\\_sang.pdf](https://www.arquitectes.cat/ca/system/files/users/127/recomanacions_requisits_donar_sang.pdf)
- [6] <https://www.donarsang.gencat.cat/ca/vull-donar/calendari-de-recollida/>
- [7] <https://www.donarsang.gencat.cat/ca/vull-donar/>
- [8] <http://arquitectes.eu/ca/javascript%3Ahistory.back%281%29>