

# PREGUNTAS FRECUENTES SOBRE LA DONACIÓN DE MÉDULA ÓSEA

En términos generales, puede donar médula ósea toda persona sana desde los 18 años y hasta los 60 años, siempre que no padezca ninguna enfermedad susceptible de ser transmitida al receptor y que tampoco padezca ninguna enfermedad que pueda poner en peligro su vida por el hecho de la donación.

A partir de 2018, solo se incluirán en el registro **nuevos donantes** con edades entre 18 y 40 años. Esto se debe al objetivo de rejuvenecer y optimizar la composición de nuestro registro de donantes, ya que los donantes más jóvenes (menores de 40 años) son los más solicitados y con los que se obtienen mejores resultados clínicos en los pacientes que se trasplantan.

A grandes rasgos, el donante no debe poseer antecedentes personales de enfermedades cardíacas, hepáticas, autoinmunes, infecto-contagiosas o neoplásicas. A pesar de ello, te presentamos una a una las preguntas más frecuentes que recibimos en relación con la donación de médula ósea.

<p><b>¿Por qué se necesitan donantes no emparentados?</b></p> <p>Dentro del grupo familiar, los hermanos son los mejores donantes para un paciente que necesita un trasplante de células progenitoras de la sangre (popularmente conocido como “trasplante de médula ósea”), debido a las características hereditarias del sistema mayor de histocompatibilidad humano (HLA).</p> <p>Sin embargo, sólo entre un 25% y un 30% de los pacientes tiene la posibilidad de encontrar un donante familiar compatible, con lo que el resto queda sin acceso a esta práctica terapéutica.</p> <p>La alternativa a esta carencia de donante familiar es recurrir a los donantes voluntarios inscritos en los registros internacionales de donantes. Estos registros internacionales constituyen la Red BMDW, que agrupa a 83 registros de 60 países..</p>	
<p><b>¿La médula ósea es lo mismo que la médula espinal?</b></p> <p>No, no es lo mismo. La médula espinal se encuentra dentro de la columna vertebral y transmite los impulsos nerviosos a todo el cuerpo. En cambio, la médula ósea es el tejido esponjoso que se encuentra en el interior de los huesos y es el lugar donde se produce la sangre porque contiene las células madre. Estas células también se encuentran en la sangre del cordón umbilical del bebé recién nacido. Donar médula ósea no interfiere en ningún sentido con la columna vertebral ni con el sistema nervioso del cuerpo humano..</p>	
<p><b>¿Recibiré algún tipo de remuneración por donar médula ósea?</b></p>	

No, según establece la ley española y la normativa internacional, la donación es siempre altruista. Sin embargo, sí se cubrirán los gastos derivados de la donación si los hubiera, como desplazamientos, alojamiento del donante y un acompañante si la extracción se realiza en una ciudad que no es la residencia habitual o el valor de las jornadas laborables que se pudieran perder..

### ¿Cuál es la importancia de tener un registro con un gran número de donantes?



Las poblaciones poseen importantes variaciones genéticas, dentro de las cuales se encuentra el sistema mayor de histocompatibilidad (HLA) de gran importancia para el trasplante de células progenitoras hematopoyéticas. Esta característica hace difícil encontrar un donante no familiar compatible para un paciente determinado, por lo cual se requiere de registros que agrupen a miles de donantes para que la búsqueda tenga éxito..

### ¿Cómo se trasplanta la médula ósea?



Antes de trasplantar médula ósea, hay que comprobar que el donante y el receptor son compatibles. Esto significa que las células de estas dos personas son tan parecidas que pueden convivir indefinidamente en el receptor. En el proceso de trasplante, normalmente (90% de los casos) se dona mediante una citoaféresis o donación de sangre periférica. Una vez hecha la donación, el producto obtenido se administra al paciente como si fuera una transfusión. Las células madre anidarán en la médula ósea de los huesos del receptor para producir células de la sangre sanas. A veces (10% de los casos) también puede extraerse la médula del hueso de un donante mediante punción en las crestas ilíacas (hueso de la cadera). La forma de extracción de las células se valorará según las necesidades del paciente y la opinión del donante..

### ¿Qué es la citoaféresis?



Es la manera más habitual por la cual se pueden extraer células madre hematopoyéticas del donante para, a posteriori, infundirlas al paciente. La aféresis es un tipo de donación en la cual sólo se extraen de forma selectiva las células madre circulantes en la sangre, devolviendo el resto de la sangre al donante. La separación de las células madre se realiza mediante la centrifugación de la sangre en una máquina a la que el donante está conectado con un equipo completamente estéril y de un solo uso.

Las células madre se encuentran en el interior de los huesos, pero si se administra al donante un medicamento llamado "factor de crecimiento hematopoyético", pueden movilizarse las células hacia la sangre circulante y extraerse. Este "factor de crecimiento hematopoyético" se administra durante 4-5 días y, a continuación, se pueden extraer las células de la sangre mediante una citoaféresis. De manera ambulatoria, se hace circular la sangre obtenida de una vena de un brazo a través de unas máquinas denominadas "separadores celulares", que recogen las células madre. El resto de la sangre es devuelta al donante por una vena del otro brazo.

### ¿Qué efectos secundarios puede tener para mí donar médula ósea?



Cuando la donación se hace mediante aféresis, durante el tiempo en el que se administran los "factores de crecimiento hematopoyético", se pueden experimentar síntomas similares a una gripe, como el dolorimiento de huesos y músculos.

El único efecto secundario de la donación de médula ósea mediante punción es el posible dolorimiento de la zona de punción; dolorimiento que normalmente desaparece en menos de 48h y se controla con analgésicos comunes. Como la punción se efectúa en quirófano y bajo anestesia general, tiene el mismo riesgo que cualquier operación que implique una anestesia general de corta duración..

**¿Quién decide si mi donación se hará mediante punción de las crestas ilíacas (médula ósea) o mediante citoaféresis?**



Lo decide el donante y lo propone el médico del paciente. El equipo de hematología que está tratando al paciente que necesita un trasplante de médula ósea siempre informará al registro de donantes que realiza la búsqueda de donante voluntario cual es la forma de obtención que prefiere. ¿Por qué? Pues porque en algunas enfermedades concretas es preferible, para la futura respuesta médica del paciente, que la donación se haga efectiva de una forma o de otra. De todas maneras, con esta información, el donante es siempre quien tendrá la última palabra.

**¿Puedo saber a quién doy mi médula? ¿Por qué?**



No, según la legislación española, la donación es anónima. El conocimiento público de la identidad del donante y su vinculación con el receptor generan repercusiones de orden negativo que pueden causar problemas de diversa índole a las personas involucradas.

**Apuntarme en el Registro de Donantes de Médula Ósea (REDMO), ¿implica que seré donante seguro?**



No, ni mucho menos. Cuando te apuntas como donante en REDMO, se te extrae una muestra de sangre que servirá para comprobar la compatibilidad HLA de tu sangre con la de los pacientes que están en búsqueda de donante. Una vez incluido en REDMO, y con ello en el registro internacional, las probabilidades de compatibilidad y donación efectiva son muy bajas (aproximadamente 1 entre 4.000). Si se detecta que eres el mejor donante para un receptor, tu centro de referencia se pondrá en contacto contigo.

**¿Por qué es tan difícil que dos personas sean compatibles?**



El sistema inmune de nuestro organismo es un sistema de reconocimiento y ataque que cumple con la función de diferenciar lo propio de lo ajeno y asegurar la defensa del cuerpo frente a agentes extraños, microorganismos infecciosos, células neoplásicas, o células normales trasplantadas desde otra persona. Parte fundamental de este sistema inmune es la información genética que contienen todas las células de nuestro cuerpo que denominamos sistema HLA (antígenos leucocitarios humanos). El sistema HLA es el principal responsable del rechazo de los injertos cuando no existe suficiente compatibilidad entre un paciente y un donante. Si el HLA es igual entre ambos individuos, el paciente no considerará las células del donante como ajenas y no las rechazará. Pero si el trasplante es de células madre, las células trasplantadas forman parte del sistema inmune del donante, por lo que son capaces de rechazar al organismo receptor. Por tanto, se necesita un elevado grado de compatibilidad HLA donante-receptor para que las células del donante sano repueblen el organismo del paciente sin ser rechazadas y sin producir rechazo para que puedan hacer desaparecer las células enfermas del paciente. Los genes del sistema HLA se transmiten casi siempre en bloque. Cada bloque se denomina haplotipo. El padre aporta un haplotipo y la madre otro, dando origen al genotipo HLA, perfil genético propio del nuevo ser. Es por ello que la mayor probabilidad de encontrar un donante compatible es a través de los hermanos, ya que es muy posible que hayan heredado el mismo material genético de sus padres. Esta situación se produce en uno de cada cuatro pacientes, el resto requerirán encontrar un donante no emparentado.

Cuantos más donantes voluntarios existan en el registro mundial de donantes, más incrementamos las posibilidades de que los pacientes encuentren un HLA igual al suyo.

**Si soy compatible con un paciente de fuera de mi país, ¿viajaré yo hasta el lugar de residencia del paciente?**



No, se te extraerán las células necesarias en el centro de obtención más cercano a tu

domicilio (habilitado para este tipo de proceso) y de ahí se envían al centro donde está el paciente.

### ¿Puedo escoger el hospital donde realizo la donación?



No, debes ir a un hospital especializado, ya que no todos realizan este procedimiento (o tienen la suficiente experiencia en él). Dentro de la lista de este tipo de hospitales, se te asignará el más cercano a tu domicilio.

### ¿Puedo ser donante para un familiar o amigo o una persona concreta?



No, no puedes inscribirte como donante de médula ósea para donar para una persona concreta. ¿Por qué motivo? Si no eres familiar de primer grado con el paciente, las posibilidades de compatibilidad con él son casi nulas (excepto en los casos de consanguinidad). Es mucho más simple encontrarle un donante no familiar compatible a través de REDMO entre los más de 33 millones de donantes de todo el mundo. Además, la donación para una persona conocida haría perder el concepto básico de anonimato.

La donación siempre es un acto anónimo y quién se registra como donante está dispuesto a donar a cualquier persona del mundo que lo pueda necesitar sin nunca llegar a saber quién será.

### En caso de hacer efectiva la donación, ¿cuánto tiempo tiene que pasar para poder hacer vida normal?



Si la donación es de médula ósea se recomienda unos días (2-3) de reposo relativo, pero desarrollando todo tipo de actividades. En lo referente a actividades físicas se recomienda que al principio estas sean moderadas evitando actividades de alto rendimiento. Esta precaución se adopta para dar tiempo a la médula ósea a que se regenere y corrija el mínimo grado de anemia que pueda quedar tras la donación, Si la donación es de sangre periférica puede reincorporarse a su vida normal de forma prácticamente inmediata.

### Me hicieron las pruebas de HLA para ver si era compatible con un familiar y quiero inscribirme como donante de médula ósea.



Puede comentarlo al pedir información por si en el Centro de Referencia tienen su tipaje HLA.

### Si uno decide inscribirse como donante de médula ósea, ¿después puede cambiar la decisión?



Sí, todo donante voluntario de células progenitoras hematopoyéticas puede cambiar su decisión cuando lo desee, sólo debe comunicarse con el Registro para hacer efectiva su baja. A pesar de ello, para evitar esto, insistimos mucho en que una persona se inscriba como donante de médula ósea estando debidamente informada.

### ¿Existe lista de espera para trasplante de médula ósea?



No existe una lista de espera para someterse a un trasplante de células progenitoras de la sangre. Cuando un paciente tiene indicación de trasplante alogénico (de otra persona) y necesita un donante no emparentado, se realiza una búsqueda internacional. Si la búsqueda de donante o de unidades de sangre de cordón es infructuosa y no hay posibilidad de trasplante, deberá recurrirse a otro tipo de tratamiento médico.

En todo paciente existe un momento y estado clínico ideal para la realización del trasplante, transcurrido este período las posibilidades de éxito del tratamiento se reducen.

Cuántos más donantes existan, mayores son las posibilidades de los pacientes de disponer del donante "ideal".

**¿Debo estar en ayunas para inscribirme como donante de médula ósea?**



No, no hace falta.

**¿Puedo donar médula si he padecido cáncer?**



Lamentablemente no. El hecho de haber padecido una enfermedad tumoral maligna, hematológica o autoinmune es una causa de exclusión. Tan sólo son excepción a esta regla el carcinoma basocelular de piel y de cuello uterino insitu.

**¿Puedo donar médula si soy celíaco?**



En caso de que la celiaquía sea la ÚNICA patología del donante y esté asintomático sin tratamiento, puede inscribirse como donante de médula ósea. La donación, llegado el caso, se tendría que hacer efectiva mediante punción de las crestas ilíacas y no mediante citoféresis. En todo caso, es importante que el donante informe de su condición de celíaco/a al registro de donantes para que el equipo de hematología del paciente valore esta condición y, asimismo, que el donante informe a su médico de cabecera y cuente con su conformidad..

**¿Puedo donar médula si he sufrido un ictus?**



Lamentablemente no puedes inscribirte como donante de médula ósea. En caso de haberlo sufrido estando ya inscrito como donante deberás informar al registro de donantes de médula ósea para darte de baja.

**¿Puedo donar médula si sufro diabetes?**



Sí, tan sólo en el supuesto de ser diabético insulín dependiente no se puede ser donante de médula ósea, ya que la donación puede afectar al donante y al paciente. Los diabéticos que tan sólo precisan dieta o antidiabéticos orales (pastillas) si pueden inscribirse como donantes de médula ósea.

**¿Puedo donar médula si padezco psoriasis?**



En caso de sufrir psoriasis leve que sólo requiere tratamiento tópico, sí que puedes donar médula ósea siempre informando debidamente al registro de donantes. Probablemente, en caso de hacer efectiva la donación, la extracción de las células se realizaría mediante punción en las crestas ilíacas. La psoriasis moderada o grave que requiere de tratamientos sistémicos, es motivo de exclusión para inscribirse como donante de médula ósea.

**¿Puedo donar médula si tengo asma?**



En caso de que el asma sólo se controle con aerosoles sí puedes registrarte como donante. Por el contra, si requieres de tratamiento sistémico no puedes serlo.

**¿Puedo donar si he padecido hepatitis?**



Depende del tipo de hepatitis. Si has tenido hepatitis A, puedes inscribirte como donante de médula ósea. Si has padecido hepatitis B o C, o has convivido con personas que la han padecido, no. Las personas que convivan con enfermos de hepatitis B o C no pueden donar

hasta que hayan pasado cuatro meses desde la finalización de la convivencia”.

### ¿Puedo donar si me he sometido recientemente a una operación?



Puedes inscribirte pero recomiendan que se debe esperar cuatro semanas en el caso de cirugía menor (sin anestesia general ni ventilación mecánica) y cuatro meses en el caso de cirugía mayor (con anestesia general y ventilación mecánica).

### ¿Puedo donar médula si me he hecho un tatuaje o piercing?



Si puedes inscribirte en el REDMO. Se recomienda que hayan pasado cuatro meses para poder hacer efectiva la donación.

Si han pasado más de 4 meses desde haberlo hecho sí que puedes inscribirte como donante de médula ósea o, en caso de ya estar inscrito, poder hacer efectiva la donación si se diera el caso.

### ¿Puedo donar médula si estoy dando el pecho a mi bebé?



Sí, puedes inscribirte sin ningún problema durante la lactancia. En caso de estar inscrita y tener que hacer efectiva la donación sí que habría que suspender la lactancia por lo menos durante los días en que la donante está expuesta al suministro de factores de crecimiento (4-5 días) o a la anestesia (1-2 días).

### ¿Puedo donar médula si estoy embarazada?



Sí, puedes inscribirte sin ningún problema ni ningún perjuicio en el embarazo. En caso de estar inscrita ya y tener que hacer efectiva la donación no podrías hacerlo durante el embarazo y los siguientes 6 meses después de dar a luz. Es importante informar al registro de donantes de médula ósea para darte de baja temporalmente.

### ¿Puedo inscribirme como donante de médula ósea si he vivido en el Reino Unido entre 1980 y 1996?



Si has vivido en el Reino Unido (Inglaterra, Escocia, Gales, Irlanda del Norte, Islas de Man) durante esa época y durante más de un año no. Desde el año 2001, el Ministerio de Sanidad español estableció este criterio de exclusión para la donación de sangre y de médula ósea. Es una medida extrema de precaución, fundamentalmente para la preparación de productos sanguíneos. Se pretende así evitar el más mínimo riesgo de transmitir a los receptores de sangre españoles la variante de la enfermedad de Creutzfeld Jacob o 'mal de las vacas locas'. Tampoco puedes inscribirte como donante de médula ósea en el caso de haber recibido una transfusión en ese país.

### Soy residente en España y me inscribí como donante de médula ósea aquí a través del REDMO pero me voy a vivir a otro país de forma permanente. ¿Qué tengo que hacer?



Lo primero, tienes que avisar enviando un email a donantes@fcarreras.es o llamando al 93 414 55 66 para que procedan a tramitar tu baja. Si te vas a vivir de forma temporal (menos de 2 años), pueden tramitar una baja temporal y, cuando vuelvas a residir en España, te vuelven a dar de alta. Si te vas a vivir a otro país de forma permanente y te trasladas a un país que dispone de un registro similar, puedes solicitar que envíen tu tipaje HLA y tu solicitud de traslado de expediente a este país. Si el país al que vas a vivir no dispone de un registro similar, solamente puedes darte de baja de REDMO.

**¿Puedo donar médula si soy fumador?**



Sí, aunque recomendamos que deje este hábito nocivo para su salud.

**¿Puedo inscribirme como donante de médula ósea si tengo 16 años y cuento con una autorización de mis padres?**



Lo lamentamos, pero no. La normativa internacional indica que sólo pueden inscribirse como donantes de médula ósea las personas a partir de los 18 años.