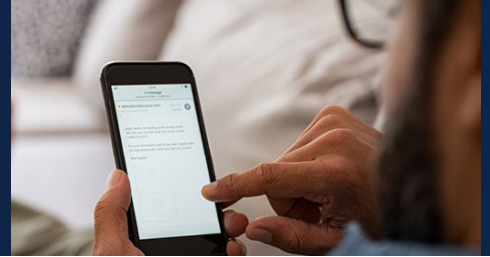


Living Kidney Donor Program

Finding a Donor on Social Media



¿Cómo compartes tu búsqueda de un donante vivo de riñón en las redes sociales?

Encontrar un donante vivo aumentará sus posibilidades de recibir un trasplante. Es importante que los demás sepan que usted necesita un riñón, ya que las investigaciones muestran que el 25% de las personas donarían un riñón si conocieran a alguien que lo necesita. ¡Así que lo mejor para ti es crear tu historia, compartirla ampliamente y mantener una actitud positiva!

Si no lo saben, no pueden donar. Si no les dice a sus amigos y familiares que necesita un riñón, ellos nunca lo sabrán. Y si no lo saben, no pueden ayudar. Hazlo personal, cuenta TU historia (cómo es el tratamiento, cómo te sientes).

Utilice la información de **renal.org** para incluir datos sobre enfermedades renales, donación en vida y trasplantes. Por ejemplo, ¿sabías que un donante vivo no tiene por qué estar relacionado con la sangre? Puede ser donante cualquier persona mayor de 18 años que esté sana. Se someten a pruebas exhaustivas para ser aprobados como donantes.

Las redes sociales te permiten compartir rápidamente tu historia con toda tu red de amigos y familiares. Es más, tu círculo social puede compartir tu historia en sus redes, lo que permitirá que más personas se enteren de tu necesidad de un donante.

A continuación se ofrecen algunos consejos para iniciar su búsqueda en las redes sociales.

Encontrar un donante vivo en línea puede parecer abrumador cuando se siente el estrés físico y emocional de la enfermedad renal y la diálisis. Pero compartir tu historia en las redes sociales es más rápido y más fácil de lo que piensas.

Los canales de redes sociales populares incluyen Facebook, Twitter o Instagram. Cada canal tiene sus beneficios, pero Facebook puede ser tu mejor opción para hacer llegar rápidamente tu mensaje a más personas.

1. Cree una página separada de su cuenta personal. Incluye una foto con tu publicación en las redes sociales si es posible.

Es importante mantener un límite entre su vida privada y su búsqueda pública de un riñón, así que considere crear una página de Facebook separada de su perfil personal.

Si no es un experto en tecnología o el mundo de las redes sociales le parece intimidante, pídale ayuda a un familiar, a un amigo o incluso a alguien de su centro de trasplantes.

No debes mencionar tu tipo de sangre. Si un posible donante no tiene un tipo de sangre compatible con usted, podemos colocarlo a usted y a su donante en un programa de intercambio de riñones emparejados.

DIVISION OF ORGAN TRANSPLANTATION

Rhode Island Hospital | 593 Eddy Street, APC 921 | Providence, RI 02903
401-444-8562 | RhodeIslandHospital.org



Rhode Island Hospital

BROWNHealth
UNIVERSITY

2. Cree un nombre y un hashtag memorables para su página.

Un nombre único puede ayudar a que su historia se mantenga fresca en la mente de quienes visitan su página.

El uso de hashtags en tus publicaciones permitirá que otras personas que busquen esos hashtags encuentren tu historia, lo que puede aumentar tu visibilidad. Puede crear sus propios hashtags, pero también es una buena idea utilizar términos populares asociados con la donación en vida, que incluyen:

- #Transplante de riñón
- #BeADonor
- #DonanteVivo
- #DonarVida

Etiquetar organizaciones en las que confía también puede ser una excelente manera de hacer llegar su mensaje a aquellos interesados en ser donantes vivos.

3. Cuente su historia.

Sea honesto acerca de lo que está pasando y de cómo la gente puede ayudarlo. Es posible que quieras que tu historia incluya cosas como:

- Su viaje personal hacia el diagnóstico
- Cómo su enfermedad ha impactado su vida
- Su familia (y por qué no pueden donar)
- ¿Cuánto tiempo llevas en la lista de espera?
- La información de contacto de su centro de trasplantes

Puede resultar difícil escribir sobre uno mismo, pero es importante que la gente se identifique con su historia. Un reciente trasplante de riñón pidió ayuda a un amigo para crear una historia que resonara. ¡No tengas miedo de comunicarte con otras personas si tienes dificultades para encontrar las palabras adecuadas!

4. Publique fotografías y videos que eduquen a otros.

Algunos utilizan la página como plataforma para educar a sus seguidores sobre la realidad de la insuficiencia renal. Incluyen suficientes detalles para ayudar a las personas a comprender su experiencia personal, pero tienen cuidado de no compartir fotos o videos que puedan ser demasiado gráficos. También puedes publicar mensajes de aliento para otras personas que estén pasando por lo mismo.

Mire lo que sigue para ver qué tipo de cosas atraerán a sus seguidores y generarán más vistas para su página. ¿A qué es más probable que respondas? Comparte ese tipo de cosas.

5. Anime a amigos y familiares a compartir.

Los "me gusta" de las publicaciones son excelentes para aumentar la confianza, pero lo que tiene más impacto es cuando las personas comparten tus publicaciones porque así es como tu historia se difunde a una audiencia más amplia.

"Tengo mucho más por qué vivir."

"Les digo a todos que compartan mi página y mis publicaciones. Y si no eres un experto en tecnología, busca a alguien que sí lo sea para que te pueda mostrar."

6. Comparte cuidadosa y legalmente.

Recuerde que es ilegal intercambiar dinero, servicios o bienes a cambio de un órgano donado.

Querrá brindar una manera para que los donantes vivos interesados se comuniquen con usted, pero es posible que no desee que extraños se comuniquen con usted las 24 horas del día, los 7 días de la semana a través de su teléfono celular.

Algunas personas utilizan un número de teléfono fijo y comprueban periódicamente si hay mensajes. De esta manera, no hay que preocuparse por recibir llamadas a medianoche y se protege la privacidad. Otra opción es utilizar tecnología como GoogleVoice para configurar un número que pueda desviar llamadas a donde quieras que vayan.

Es posible que encuentre un donante vivo de inmediato o que requiera mucho tiempo y esfuerzo. Es normal sentirse desanimado, pero mantén una actitud positiva y sigue intentándolo. ¡Solo se necesita un donante para recibir un trasplante!

Los grupos de apoyo pueden ayudarle a mantenerse motivado durante su búsqueda. Ya sea que se una a un grupo de apoyo en línea o en persona, encontrará personas que entenderán por lo que está pasando y podrán ofrecerle consejos.

Los trabajadores sociales de trasplantes están disponibles para ayudarle.

401-444-8549

401-444-8433