

## Plantilla de Carta de Fiestas #1

Esta carta es una guía para ayudarte a crear una carta personalizada para enviar a tus amigos y/o familiares durante las fiestas. No dudes en hablar con tu entrenador de búsqueda de donante para recibir recomendaciones sobre qué información incluir y orientación sobre los cambios que mejor se adapten a tu situación. Las áreas que deben personalizarse están **resaltadas**.

### Querida familia y amigos:

Espero que esta carta los encuentre bien y felices. A medida que se acercan las fiestas, además de enviarles mis mejores deseos, quiero compartir con ustedes una noticia importante sobre mi salud.

Durante los últimos meses he enfrentado algunos desafíos de salud, y mi equipo médico ahora me recomienda un trasplante de riñón como la mejor opción para recuperar mi salud y calidad de vida.

Los riñones son órganos vitales que realizan muchas funciones importantes en el cuerpo. Principalmente, filtran los productos de desecho y el exceso de sustancias como agua, electrolitos y toxinas de la sangre para formar la orina. También ayudan a regular la presión arterial, producen glóbulos rojos y filtran la sangre, entre otras funciones. Cuando los riñones dejan de funcionar, esto causa muchos problemas en el cuerpo y puede llegar a ser mortal.

Hay dos formas de recibir un riñón: de un donante fallecido o de un donante vivo. Muchos quizás no conocen la donación de riñón en vida—yo tampoco sabía mucho antes de esta experiencia.

Básicamente, todos tenemos dos riñones, pero solo necesitamos uno para vivir. Se puede donar un riñón y seguir teniendo una vida plena, larga y saludable con un solo riñón—¡la mayoría de las personas ni siquiera nota la diferencia!

[**Estoy en/Planeo unirme a ELIMINA LA OPCIÓN QUE NO APLICA**] la lista de espera para recibir un riñón de un donante fallecido, pero hay cerca de 90,000 personas en Estados Unidos esperando un riñón, y no hay suficientes para todos.

Un donante vivo de riñón es una opción mucho mejor por varias razones. Primero, me permitiría recibir un trasplante mucho antes. Segundo, los riñones de donantes vivos suelen durar el doble que los de donantes fallecidos, por lo que un trasplante de un donante vivo podría durarme muchos más años.

Les comparto todo esto porque estoy en la búsqueda de un donante vivo de riñón. Quiero dejar muy claro que no deben sentirse obligados de ninguna manera a donar un riñón, y ni yo ni nadie de la familia intentará convencerlos. Sé que es una decisión muy importante y nunca querría que alguien se sintiera presionado o incómodo. Honestamente, tener su amor y apoyo en este momento ya significa muchísimo para mí, y les estoy muy agradecido/a.

Por supuesto, si tú o alguien que conoces está interesado/a en aprender más sobre el proceso de donación de riñón en vida o en explorar la posibilidad de convertirse en donante, con gusto estoy disponible para hablar abiertamente y responder cualquier pregunta. Entiendo que es una decisión significativa, y quiero que todos puedan tomar la decisión que sientan correcta para ellos.

Si deseas obtener más información sobre el proceso, por favor visita mi micrositio: [**AÑADE AQUÍ EL LINK A TU MICROSITIO**].

Gracias por tomarte el tiempo de leer esta carta y por ser una parte tan importante de mi vida.

Te deseo una temporada festiva llena de paz y alegría.

Con cariño,

[Tu Nombre]

[Número de teléfono o correo electrónico, si deseas compartirlo]