



## 13 de Novembro – Importância da doação de sangue.

A doação de sangue é um ato de amor que salva muitas vidas de pessoas que por acidentes, doenças, cirurgias, etc., precisam de transfusão. É um ato simples e muito importante, feita por pessoas que amam a vida e ao próximo.

No Brasil, existe cerca de 3,5 milhões de doadores de sangue, o que corresponde a 1,9% da população do país. No Amapá, são cerca de 68 mil doadores que frequentemente de forma voluntária procuram o HEMOAP para cumprir o papel de salvar vidas.

**DISQUE SAÚDE**  
**136**  
Quadro Geral do SUS  
[www.saude.gov.br](http://www.saude.gov.br)

**Condições básicas para doar sangue:**

- ▶ Sentir-se bem, com saúde.
- ▶ Apresentar documento com foto, emitido por órgão oficial e válido em todo o território nacional.
- ▶ Pesar acima de 50 kg.
- ▶ Ter entre 16\* e 67 anos de idade.

\*Podem ser aceitos candidatos à doação de sangue com idade de 16 e 17 anos com o consentimento formal do responsável legal, para cada doação.

**Recomendação para o dia da doação:**

- ▶ Nunca vá doar sangue em jejum.
- ▶ Repouso mínimo de 6 horas na noite anterior.
- ▶ Não ingerir bebida alcoólica nas 12 horas anteriores.
- ▶ Evitar fumar por, pelo menos, 2 horas antes da doação.
- ▶ Evitar alimentos gordurosos.

**Quem não pode doar?**

- ▶ Quem teve diagnóstico de hepatite após os 10 anos de idade.
- ▶ Mulheres grávidas ou que estejam amamentando.
- ▶ Pessoas que estão expostas a doenças transmissíveis pelo sangue, como aids, hepatite, sífilis e Doença de Chagas.
- ▶ Usuários de drogas.
- ▶ Aqueles que tiveram relacionamento sexual, com múltiplos parceiros, nos últimos 12 meses.

**O que acontece depois da doação?**

O doador recebe instruções referentes a seu bem-estar e cuidados que deverão ser tomados, tais como:

- ▶ Beber bastante líquido nas primeiras 6 horas e alimentar-se normalmente.
- ▶ Não fumar nas primeiras 2 horas.
- ▶ Não praticar esportes radicais ou atividades de risco.

**O que acontece com o sangue doado?**

Todo sangue doado é separado em diferentes componentes (como hemácias, plaquetas, plasma e outros), e assim poderá beneficiar mais de um paciente com apenas uma doação. Os componentes são distribuídos para hospitais e clínicas da cidade para atender casos de emergência, pacientes internados e pessoas com doenças hematológicas.

**Isto é importante:**

Embora realizados exames no sangue coletado (hepatites, sífilis, Doença de Chagas, HIV e outros), há um período chamado janela imunológica - espaço de tempo entre a contaminação e a positividade do teste. Isso significa que a pessoa pode ter sido contaminada por um agente infeccioso e este não ser detectado através dos exames realizados. Por isso, é fundamental que você seja sincero na entrevista. Honestidade também salva vidas. Diante de um teste positivo ou inconclusivo, o doador será convocado por meio de carta para realização de um novo exame.

Participe do aplicativo Banco de Doadores no Facebook: [www.facebook.com/doiSangueMS](http://www.facebook.com/doiSangueMS) **#doesangue**

SUS Ministério da Saúde

GOVERNO FEDERAL  
**BRASIL**  
PAÍS RICO É PAÍS SEM POBREZA

Fonte: <http://bvsmis.saude.gov.br/bvs/dicas/31doacao.html>

Edição: SERVIÇO MÉDICO/DEGESP



Imprima se realmente for necessário.  
Lembre-se do meio ambiente, pense nas gerações futuras.