

[www.saude.gov.br](http://www.saude.gov.br)

DISQUE SAÚDE 0800 61 1997



Ministério  
da Saúde



TUDO QUE VOCÊ PRECISA  
SABER PARA FAZER PARTE DA  
**CORRENTE SANGUÍNEA.**



Junho/09

# Doe sangue e convide mais alguém a doar.

A gente já se acostumou a fazer muitas coisas pelo planeta e pelo futuro: economizar água e energia, cuidar do meio ambiente, jogar o lixo no lugar certo, não desmatar. Precisamos ver a doação de sangue como uma atitude simples e que deve ser tomada por todos. Uma atitude pelas pessoas. Porque cada vez que você doa sangue, ajuda a salvar até quatro vidas. E doar sangue é fácil, não dói, é rápido e não afeta sua saúde. E quando uma pessoa precisa de uma transfusão de sangue, ela precisa de você.

O sangue é um composto de células que cumprem funções como levar oxigênio a cada parte do nosso corpo, defender nosso organismo contra infecções e participar na coagulação. Não existe nada que substitua o sangue.

A quantidade de sangue retirada não afeta a sua saúde porque, após a doação, a recuperação é imediata. Uma pessoa adulta tem, em média, cinco litros de sangue e, em uma doação, são coletados, em média, 450 ml de sangue. É pouco para você e muito para quem precisa.

Na hora de doar, você receberá informações e poderá tirar todas as suas dúvidas. Além disso, passará por uma entrevista que tem o objetivo de dar maior segurança a você e aos pacientes que receberão o seu sangue. Seja sincero ao responder às perguntas.



## Condições básicas para doar sangue:

- Sentir-se bem, com saúde.
- Apresentar um documento com foto, emitido por órgão oficial e válido em todo o território nacional.
- Ter entre 18 e 65 anos de idade.
- Ter mais de 50 kg.

## Recomendações para o dia da doação:

- Nunca doe sangue em jejum.
- Faça um repouso mínimo de seis horas na noite anterior à doação.
- Não ingerir bebidas alcoólicas nas 12 horas anteriores.
- Evite fumar por pelo menos duas horas antes da doação.
- Evite 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.
- Usuário de drogas.
- Quem teve contato sexual com múltiplos parceiros nos últimos 12 meses.

## Honestidade também salva vidas.

Embora sejam realizados exames no sangue coletado: tipagem sanguínea, hepatite B e C, sífilis, doença de Chagas, HIV, HTLV I e II, há um período chamado de janela imunológica, que é o espaço de tempo entre a contaminação e a positividade do teste. Isso significa que a pessoa pode ter sido contaminada por um agente infeccioso (vírus) e este não ser detectado por meio dos exames realizados. Então, é fundamental que você seja sincero na entrevista. Diante de um teste positivo ou inconclusivo, o doador será convocado por carta para a realização de testes confirmatórios.

## O que acontece com o sangue doado?

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

