

CARTILHA

# Doe Sangue

Você sabia que ao doar sangue é possível **salvar até quatro vidas**? Separamos as principais informações sobre este ato de generosidade, ajude a disseminá-las.

Doar sangue é simples. O ato ocorre através da inserção de uma agulha em um dos braços. A coleta é sempre feita por profissionais capacitados e sob supervisão de um médico ou enfermeiro, para garantir o bem-estar do doador. Todo o processo de doação de sangue leva menos de uma hora. **Doar sangue não dói e não prejudica a saúde.**



Conteúdo produzido pela equipe de Comunicação e Marketing do Portal Unimed e aprovado pelo coordenador técnico-científico

Dr. Carlos Augusto Cardim de Oliveira (CRM/SC: 3.011)

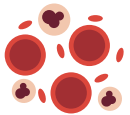
Fonte: Ministério da Saúde / Hemosc / Fundação Pró-Sangue / Banco de Sangue Grupo Gestão e Tecnologia em Saúde

# Curiosidades sobre a doação



Durante a doação é retirado, no máximo, 450 ml de sangue e, no mínimo, 400 ml (a quantidade varia conforme o peso do doador).

Pessoas com peso inferior a 50 kg não podem doar sangue porque o volume de sangue total a ser coletado tem relação com o peso do doador. Para os homens não pode exceder a 9ml/kg do peso e, para as mulheres, a 8ml/kg do peso. Logo, uma pessoa com peso inferior a 50 kg não pode doar o volume mínimo.

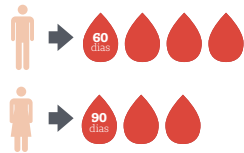


O organismo repõe rapidamente a quantidade doada – a reposição do volume de plasma ocorre em 24 horas e a dos glóbulos vermelhos em cerca de 120 dias.

Intervalos para doação:

**Homens:** 60 dias (limite de até quatro doações por ano)

**Mulheres:** 90 dias (limite de até três doações por ano)



O sangue doado não ultrapassa 10% do volume em circulação no corpo.



Não é possível fabricar sangue artificialmente.



# Salve até quatro vidas

A cada doação de sangue é possível ajudar quatro pessoas distintas. Isso ocorre porque o sangue é fracionado em quatro partes (hemocomponentes), são elas:

**Concentrado de hemácias:** utilizado, principalmente, em pacientes acidotados, pacientes que realizam quimioterapia, para combater anemias graves e sangramentos intensos.

**Concentrado de plaquetas:** utilizado, principalmente, em pacientes que realizam quimioterapia/radioterapia, casos de leucemia, tratamento contra câncer, infecções, cirurgias em pacientes que possuem distúrbios de coagulação.

**Plasma fresco congelado:** utilizado, principalmente, no combate a sangramentos excessivos e anormais, em pacientes transplantados, pessoas com cirrose, problemas hepáticos e distúrbios de coagulação.

**Crioprecipitado:** utilizado, principalmente, em sangramentos graves decorrentes de infecções generalizadas, grandes cirurgias e acidentados.

## Condições necessárias para doar sangue

- Estar em boas condições de saúde.
- Ter entre 16 e 69 anos\*.
- Pesar no mínimo 50 quilos.
- Estar descansado (ter dormido pelo menos 6 horas nas últimas 24 horas).
- Estar alimentado (evitar alimentação gordurosa nas 4 horas que antecedem a doação).
- Apresentar documento original com foto emitido por órgão oficial.

\*Voluntários menores de 16 anos ou com mais de 68 anos poderão doar desde que passem por análise de um médico do local de doação e que a necessidade do ato seja justificável. Menores de idade precisam de autorização do responsável para a doação. Quem tem 61 anos ou mais e nunca doou está inapto.

## Impedimentos temporários para doar sangue

- Covid-19: casos positivos, mesmo leves ou moderados, devem aguardar 10 dias após estarem completamente curados
- Resfriado: aguardar sete dias após desaparecimento dos sintomas.
- Gravidez.
- Antes de 12 meses após o parto.
- Amamentação (se o parto ocorreu há menos de 12 meses).
- Ingestão de bebida alcoólica nas 12 horas que antecedem a doação.
- Fez tatuagem ou maquiagem definitiva nos últimos 6 a 12 meses.
- Aguardar 12 meses em situações nas quais há maior risco de adquirir doenças sexualmente transmissíveis.
- Devido à alta prevalência de malária, quem esteve nos estados citados a seguir deve aguardar 12 meses: Acre, Amapá, Amazonas, Rondônia, Roraima, Maranhão, Mato Grosso, Pará e Tocantins.

## Impedimentos definitivos para doar sangue

- Hepatite após os 10 anos de idade\*.
- Evidência clínica ou laboratorial das seguintes doenças infecciosas transmissíveis pelo sangue: Hepatites B e C, AIDS (vírus HIV), doenças associadas aos vírus HTLV I e II e Doença de Chagas.
- Uso de drogas ilícitas injetáveis.
- Malária.
- Caso tenha tido algum tipo de câncer, incluindo leucemia.
- É diabético com complicações vasculares ou em uso de insulina.
- Foi submetido a transplante de órgãos ou de medula.
- Tem Mal de Parkinson.

\*Hepatite após o 11º aniversário: recusa definitiva; Hepatite B ou C após ou antes dos 10 anos: recusa definitiva; Hepatite por Medicamento: apto após a cura e avaliado clinicamente; Hepatite viral (A): após os 11 anos de idade, se trazer o exame do diagnóstico da doença, será avaliado pelo médico da triagem.

# Guia de doação de sangue

PESSOAS DO GRUPO

PESSOAS DO GRUPO	PODEM DOAR PARA QUEM É DOS GRUPOS:						PODEM RECEBER DOAÇÃDOS GRUPOS:						
	A+	A-	B+	B-	AB+	AB-	A+	A-	B+	B-	AB+	AB-	
A+	A+				AB+		A+	A-				O+	O-
A-	A+	A-			AB+	AB-		A-					O-
B+			B+		AB+				B+	B-		O+	O-
B-			B+	B-	AB+	AB-				B-			O-
AB+					AB+				TODOS				
AB-					AB+	AB-		A-		B-	AB-		O-
O+	A+		B+		AB+		O+					O+	O-
O-			TODOS										O-