



REQUISITOS BÁSICOS PARA DOAÇÃO DOAÇÃO DE SANGUE.

Basta trazer um documento oficial com foto e órgão expedidor e se apresentar em um de nossos postos de coleta. Porém, é importante observar algumas restrições que visam manter a saúde de quem doa e de quem recebe o sangue, tais como:

- Estar em boas condições de saúde*;
- Ter entre 16 e 69 anos de idade, sendo que a primeira doação deve ter sido feita antes dos 60 anos. Para doadores entre 16 e 17 anos, a doação só poderá ser realizada mediante a presença do representante legal e com o consentimento formal por escrito.
- Ter peso igual ou superior a 50 Kg;
- Estar alimentado, aguardando 2 horas após o almoço;
- Ter dormido pelo menos 6 horas nas últimas 24 horas;
- Respeitar o intervalo mínimo entre as doações, sendo de 60 dias para homens e 90 dias para mulheres (não exceder o limite de 4 doações em um período de 365 dias para homens e de 3 doações para mulheres);
- Não amamentar ou no período gestacional;
- Não ter feito exames/procedimentos com utilização de endoscópio nos últimos 6 meses;
- Não ter feito tatuagem, maquiagem definitiva, micropigmentação das sobrancelhas ou piercing (na cavidade oral ou genital impedem a doação) nos últimos 6 ou 12 meses (conforme avaliação);
- Não ter diabetes com uso de insulina e Epilepsia;
- Não ter tido Hepatite após os 11 anos de idade.
- Tratamento médico e dentário, uso de medicamentos, viagens recentes entre outros critérios também serão avaliados na ocasião da entrevista clínica pré doação.

Importante: Ainda que sejam realizados todos os testes de triagem sorológica, existe o risco de transmissão de enfermidades infecciosas pela transfusão de sangue, tais como: HIV, HTLV, Sífilis, Doença de Chagas, Hepatites B e C, dentre outras. Por isso, é de suma

importância que as respostas na triagem clínica sejam sinceras, a fim de garantir a segurança do doador e do receptor.

CUIDADOS PÓS DOAÇÃO

- Não realizar atividades físicas após a doação
- Ingerir bastante líquido (a ingestão de bebidas alcoólicas só poderá ser após 6 horas)
- Não fumar por 1 hora
- Não dirigir por 1 hora
- Manter o curativo no local da punção por 4 horas.

ANTES DE DOAR SANGUE

Tenha uma boa noite de sono

É importante estar bem-disposto para o grande dia. Certifique-se de ter dormido pelo menos seis horas no dia anterior.

Alimente-se bem

Ingredientes ricos em ferro são especialmente recomendados para garantir um nível adequado de hemoglobina no sangue.

No dia da Doação pela manhã:

Tomar café da manhã normalmente, fazendo uso de sucos, café, chá, pão, leite.

No dia da Doação à tarde:

Doar sangue 02 (Duas) horas após o almoço (observar o período da digestão);

Almoçar normalmente, evitando alimentos gordurosos.

A presença de gordura no sangue prejudica a realização dos exames de segurança necessários no material coletado. Para que isso não ocorra, não consuma alimentos gordurosos nas quatro horas anteriores à doação.

Lembre-se:

Em Jejum não se Doa Sangue.

Beba líquidos

Uma doação de sangue corresponde a 450 ml de líquido que saem do seu organismo, portanto, estar bem hidratado é fundamental.

Reabasteça seu corpo

Trate de recuperar todo aquele líquido perdido: aumente o consumo de água e sucos, especialmente nas quatro horas posteriores ao procedimento.

Não fume

Se você fuma, espere pelo menos duas horas antes de acender um cigarro. Se quiser aproveitar o embalo e parar de vez, sua saúde agradece!

Evite bebidas alcoólicas

O álcool propicia a desidratação do organismo, que é tudo o que você não precisa nesse momento. A recomendação é evitar o consumo de bebidas alcoólicas por 24 Horas.

- dentário, uso de medicamentos, viagens recentes entre outros critérios também serão avaliados na ocasião da entrevista clínica pré doação.

Importante: Ainda que sejam realizados todos os testes de triagem sorológica, existe o risco de transmissão de enfermidades infecciosas pela transfusão de sangue, tais como: HIV, HTLV, Sífilis, Doença de Chagas, Hepatites B e C, dentre outras. Por isso, é de suma importância que as respostas na triagem clínica sejam sinceras, a fim de garantir a segurança do doador e do receptor.

CUIDADOS PÓS DOAÇÃO

- Não realizar atividades físicas após a doação
- Ingerir bastante líquido (a ingestão de bebidas alcoólicas só poderá ser após 6 horas)
- Não fumar por 1 hora
- Não dirigir por 1 hora
- Manter o curativo no local da punção por 4 horas.

Dúvidas:

Captação de Doadores – Hemocentro São Lucas

Horário de atendimento: Segunda a Sexta-feira, das 08hs às 16hs

Fone: (11) 3660-6043

WhatsApp: (11) 99336-1888

E-mail: captacaodedoadores@hemocentrosaolucas.com.br

Site: www.hemocentrosaolucas.com.br

