

O QUE VOCÊ PRECISA SABER PARA

DOAR SANGUE

CONDIÇÕES BÁSICAS

- Estar bem de saúde;
- Ter entre 16 e 69 anos (Menor de 18 anos deve apresentar o formulário de autorização e cópia do documento de identidade com foto do pai, mãe ou tutor/guardião. Idosos devem ter realizado pelo menos uma doação de sangue antes dos 61 anos);
- Pesar mais de 51 kg;
- É obrigatório apresentar documento de identificação oficial com foto, em bom estado de conservação. Também são aceitas as versões digitais dos documentos em aplicativos oficiais;
- Dormir pelo menos seis horas, com qualidade, na noite anterior à doação;
- Não ingerir bebida alcoólica nas 12 horas anteriores à doação;
- Não fumar duas horas antes da doação
- Não estar em jejum.

ALIMENTAÇÃO

Nada de jejum! É importante estar bem alimentado para doar sangue, assim como beber bastante água desde o dia anterior à doação. Pelo menos três horas antes, evite alimentos gordurosos, como açaí, abacate, leite e seus derivados (queijo, iogurte, manteiga...), massas, frituras, ovos, maio-nese, sorvete, chocolate, etc.

Se for doar após o almoço, aguarde duas horas. A refeição deve ser leve, com carnes grelhadas, saladas, arroz e feijão sem gorduras.

ROTEIRO DA DOAÇÃO DE SANGUE

1

IDENTIFICAÇÃO

O candidato apresenta documento de identidade oficial com foto. Em caso de menores de 18 anos, também deve ser apresentado o formulário de autorização. No cadastro, são registrados ainda outros dados como telefones, e-mail, etc.

2

PRÉ-TRIAAGEM

São checados sinais vitais (pressão arterial, temperatura corporal e pulso) e medidos o peso e a altura do candidato.

Nessa etapa, também é feita a dosagem de hemoglobina.

3

TRIAAGEM CLÍNICA

Entrevista individual e sigilosa na qual o candidato à doação precisa ser totalmente sincero sobre seu estado de saúde, alimentação, histórico de doenças, uso de medicação, viagens, etc. Essas informações são essenciais para a segurança do doador e do paciente que receberá o sangue.

É o momento para solicitar o atestado médico do dia ou declaração de comparecimento

4

COLETA DE SANGUE

É a etapa da doação propriamente dita. Leva no máximo 14 minutos e são coletados entre 405ml e 465ml de sangue, além de amostras para exames laboratoriais.

Todo o material utilizado é individual e descartado após o uso, garantindo-se a segurança para o doador.

5

LANCHE

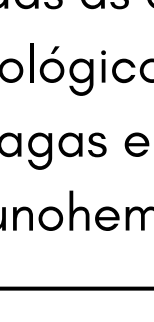
É ofertado um lanche para reposição hídrica e nutricional. É quando observamos seu estado geral por mais alguns minutos.

CUIDADOS PÓS-DOAÇÃO

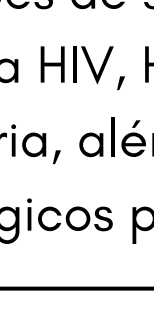
- Permanecer na área de doação por, pelo menos, 15 minutos;
- Ingerir bastante líquido nas 24 horas seguintes à doação;
- Não ingerir bebidas alcoólicas nas 12 horas seguintes à doação;
- Evitar esforços físicos exagerados e trabalho que exija muita atenção nas próximas 12 horas;
- Não dirigir veículos pesados ou coletivos;
- Não dirigir motocicletas caso seja a primeira doação.

O QUE ACONTECE COM O SANGUE DOADO

Após a coleta, o sangue é processado e separado em quatro hemocomponentes:



Hemácias



Plaquetas



Plasma



Crioprecipitado

Todas as doações de sangue passam por exames sorológicos para HIV, HTLV, Hepatite B e C, sífilis, Chagas e malária, além de exames imunohematológicos para tipagem sanguínea.

Importante lembrar que os exames realizados pelo Hemocentro nas amostras de sangue dos doadores são feitos como critério para a liberação dos hemocomponentes para transfusão, não possuem fins de diagnóstico.

Eles ficam disponíveis a partir de 20 dias após a doação, na recepção do Hemocentro. O doador deve apresentar documento de identidade oficial com foto. O atendimento é de segunda a sábado, das 7h15 às 18h.

A Fundação Hemocentro de Brasília não tem finalidade diagnóstica. O cidadão interessado nesse serviço deve procurar um Núcleo de Testagem e Aconselhamento (NTA), onde são feitos testes rápidos com segurança e orientação médica.

NÃO DOE SANGUE SE

- Tem ou teve um teste positivo para HIV;
- Teve hepatite após os 11 anos de idade;
- Tem doença de Chagas;
- Teve algum tipo de câncer, incluindo leucemia;
- Tem graves problemas no pulmão, coração, rins ou fígado.
- É diabético com complicações vasculares ou em uso de insulina;
- Foi submetido a transplante de órgãos ou de medula;
- Utilizar piercing na boca ou na região genital;
- Estiver grávida.

ESPERE PARA DOAR SANGUE SE

- Está gripado ou resfriado: aguardar 7 dias. Se febre, aguardar 14 dias;
- Está amamentando: aguardar o bebê completar um ano de vida;
- Fez tatuagem ou piercing: aguardar 12 meses após o procedimento. O prazo pode diminuir para seis meses se o candidato à doação apresentar foto do registro do estúdio na Vigilância Sanitária e nota fiscal do estabelecimento;
- Fez endoscopia ou colonoscopia: aguarde seis meses após o procedimento.

Para outros impedimentos, consulte o site do Hemocentro de Brasília em hemocentro.df.gov.br.



Fundação
**Hemocentro
de Brasília**

ENDEREÇO:

Setor Médico Hospitalar Norte, conjunto A, bloco 03.
Asa Norte, Brasília-DF.

ATENDIMENTO:

de segunda a sábado, das 7h15 às 18h.

AGENDAMENTO INDIVIDUAL DE DOAÇÃO:

acesse agenda.df.gov.br
ou disque 160, opção 2.

Para agendar seu grupo, entre em contato pelo Whatsapp:

(61) 99136-2495.

@hemocentrobrasil

@hemocentrobrasil