

**DOE SANGUE,
SALVE VIDAS!**



Presidente Prudente-SP
CNPJ 42.772.678/0001-32

COPYRIGHT © EDITORA PREMIUM EDUCAÇÃO LTDA.
Todos os direitos reservados à editora.

Direção Editorial: Luiz Felipe Nogueira
Edição e editoração: Iconography – Editorial & Comunicação
Coordenação geral: Laura Whiteman
Diagramação: Everton Machado
Pesquisa iconográfica: João Lopes Pereira / Juh Prado
Capa: Iconography

Redação e revisão: Leandra Francieli Silva do Santos
Imagens/Fotografias: Depositphotos / Pixabay / Freepik / Acervo da editora.
Revisão final: Equipe Editora Premium

ISBN: XXXXxxxx

1ª edição – 2024
Impresso no Brasil

Empregamos nossos melhores esforços para localizar e indicar adequadamente os créditos dos textos e imagens presentes nesta obra didática. No entanto, colocamo-nos à disposição para avaliação de eventuais irregularidades ou omissões de crédito e consequente correção nas próximas edições. As imagens e os textos utilizados nesta obra que, eventualmente, reproduzam material de publicidade e propaganda ou a ele façam alusão, foram aplicados única e exclusivamente para fins didáticos e não representam recomendação ou incentivo ao consumo.

Reprodução proibida conforme art. 184 do Código Penal e Lei nº 9.610 de 19 de fevereiro de 1998.

É proibida a reprodução total ou parcial da obra por qualquer meio ou processo (mecânico, físico, fotocópias ou similares, digital e internet), inclusive quanto às características gráficas e/ou editoriais. A violação de direitos autorais constitui crime, sujeitando-se a busca e apreensão e indenizações diversas.

APRESENTAÇÃO

A doação de sangue é um ato simples, mas de impacto incalculável. Em poucos minutos, uma pessoa pode salvar várias vidas e contribuir para a manutenção de tratamentos médicos essenciais. No entanto, apesar de sua importância, muitos ainda desconhecem o processo e os requisitos necessários para se tornar um doador.

Esta cartilha foi criada para esclarecer as principais dúvidas sobre a doação de sangue e incentivar mais pessoas a se engajarem nessa ação solidária. Aqui, você encontrará informações detalhadas sobre o que é a doação de sangue, quem pode doar, os impedimentos temporários e definitivos, as etapas do processo, e o intervalo ideal entre uma doação e outra. Também abordamos os mitos e verdades que cercam a doação, os benefícios de ser um doador regular e onde encontrar locais de coleta.

Esperamos que, ao fim desta leitura, você se sinta mais preparado e motivado para participar dessa corrente de solidariedade, ajudando a salvar vidas e fortalecer o sistema de saúde.

SUMÁRIO

O que é doação de sangue?.....5

Quais os impedimentos temporários para doação de sangue? ...8

Quais os impedimentos definitivos para a doação de sangue? .. 12

Como realizar a doação?.....16

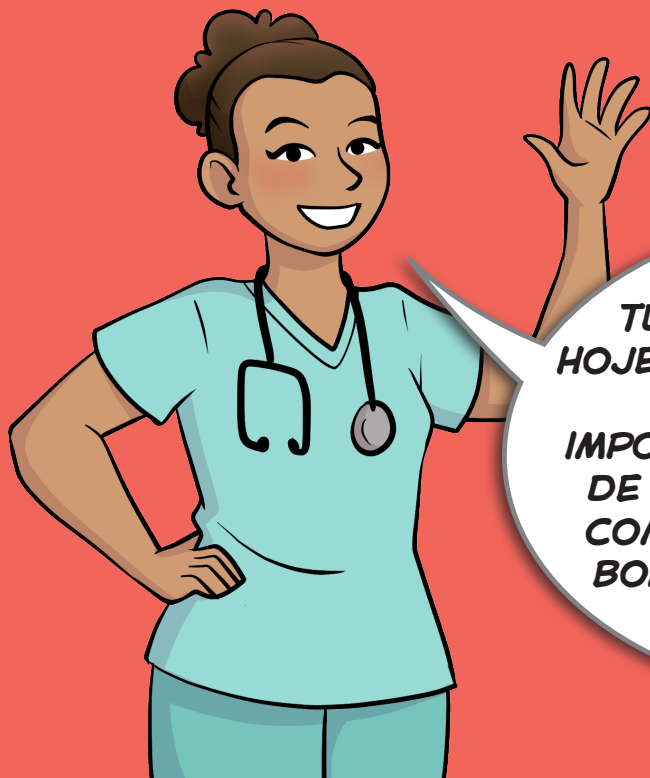
O que acontece com o sangue coletado?20

O que é compatibilidade sanguínea?.....22

Tabela de compatibilidade24

Mitos e verdades sobre a doação de sangue25

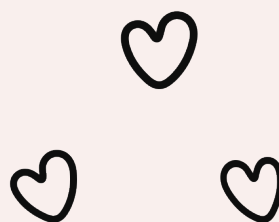
Onde doar sangue.....28

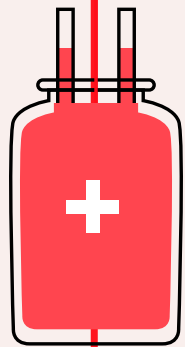


**OLÁ, PESSOAL.
TUDO BEM COM VOCÊS?
HOJE NÓS VAMOS CONVERSAR
SOBRE UM ASSUNTO
IMPORTANTÍSSIMO: A DOAÇÃO
DE SANGUE! VOCÊS SABEM
COMO ELA FUNCIONA? NÃO?
BOM, NÃO SE PREOCUPEM,
EU VOU EXPLICAR
TUDINHO!**

O que é doação de sangue?

Doar sangue é um gesto que pode fazer toda a diferença na vida de alguém. É o ato de doar uma parte do seu sangue para ser utilizado em transfusões, beneficiando pacientes que precisam desse recurso para tratar diversas doenças ou condições de saúde.





Por que doar sangue?

- 1. Salva vidas:** A doação de sangue é essencial para pacientes com anemia, câncer, doenças sanguíneas, vítimas de acidentes e grávidas com complicações. Um ato simples pode salvar até quatro vidas.
- 2. Ajuda em emergências:** Acidentes graves e cirurgias complexas exigem grandes quantidades de sangue rapidamente. A doação regular permite que hospitais estejam preparados.
- 3. Não tem substituto artificial:** O sangue só pode ser obtido através de doações, pois não existe maneira de fabricá-lo artificialmente.
- 4. Beneficia a saúde do doador:** O doador passa por triagens de saúde e pode monitorar aspectos como a pressão arterial e hemoglobina, além de estimular a renovação celular.
- 5. Melhora a circulação:** A doação de sangue estimula a renovação de células sanguíneas, ajudando a manter o sistema circulatório saudável.
- 6. Rápido e seguro:** O processo de doação é simples e seguro, realizado por profissionais treinados, e dura cerca de 40 minutos.
- 7. Promove responsabilidade social:** Doar regularmente incentiva a conscientização sobre a importância da solidariedade e pode inspirar outros a se tornarem doadores.





Requisitos básicos para doação

- Ter idade entre 16 e 69 anos (menores de 18 anos devem apresentar consentimento formal do responsável legal).
- Pessoas com idade entre 60 e 69 anos só poderão doar sangue se já o tiverem feito antes dos 60 anos.
- Apresentar documento de identificação com foto emitido por órgão oficial (Carteira de Identidade, Carteira Nacional de Habilitação, Carteira de Trabalho, Passaporte, Registro Nacional de Estrangeiro, Certificado de Reservista e Carteira Profissional emitida por classe). São aceitos documentos digitais com foto.
- Pesar no mínimo 50 kg.
- Ter dormido pelo menos 6 horas nas últimas 24 horas.
- Estar alimentado. Evitar alimentos gordurosos nas 3 horas que antecedem a doação de sangue. Caso seja após o almoço, aguardar 2 horas.



BRASIL. Ministério da Saúde. Doação de sangue. In: Gov (site), [s.d.]. Disponível em: <https://tinyurl.com/22fvf2xj>. Acesso em: 17 set. 2024.

TAMBÉM É PRECISO NOS ATENTARMOS A ALGUNS CASOS QUE IMPEDEM A DOAÇÃO DE SANGUE.



QUAIS OS IMPEDIMENTOS TEMPORÁRIOS PARA DOAÇÃO DE SANGUE?

Ao realizar uma doação de sangue, é necessário garantir que tanto o doador quanto o receptor estejam em condições seguras. Por isso, existem critérios rigorosos que determinam se uma pessoa pode ou não doar sangue. Esses critérios incluem uma série de impedimentos temporários, ou seja, situações que impedem a doação por um período determinado de tempo, até que o doador esteja apto novamente.

Abaixo estão os principais impedimentos temporários para doação de sangue:



1. Resfriados e gripes

Se a pessoa estiver com sintomas de gripe, resfriado ou febre, ela deve aguardar, no mínimo, **7 dias após a recuperação completa** para doar sangue. Isso é necessário para garantir que o sangue coletado esteja livre de infecções e seguro para o receptor.



2. Procedimentos dentários

Após procedimentos odontológicos simples, como limpeza ou restauração, o doador deve esperar **72 horas** antes de doar. No caso de procedimentos mais invasivos, como extração de dentes, o prazo de impedimento é de **7 dias**. Para cirurgias mais complexas, o período de espera pode ser maior.



3. Uso de medicamentos

Alguns medicamentos podem impedir temporariamente a doação de sangue. Anti-inflamatórios, antibióticos e medicamentos para outras condições específicas exigem prazos variados de espera após o término do uso. É importante que o doador informe todos os medicamentos em uso durante a triagem para que a equipe de saúde avalie o prazo adequado de impedimento.



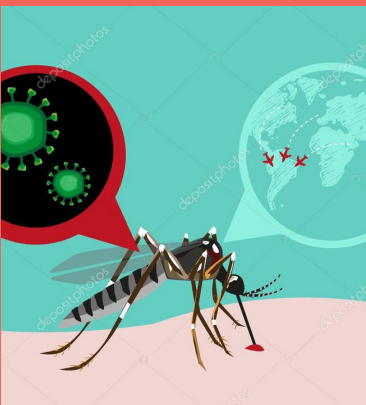
4. Vacinação

Diversas vacinas requerem um período de impedimento antes que o doador possa doar sangue. Por exemplo, após a vacinação contra gripe, o doador deve esperar **48 horas**. Já vacinas como a de febre amarela requerem um prazo de **4 semanas**. Outros tipos de vacinas podem ter prazos diferentes, e é fundamental que o doador siga as orientações específicas.



5. Tatuagens, piercings e maquiagem definitiva

Quem fez tatuagens, piercings ou procedimentos estéticos com agulhas, como maquiagem definitiva, deve esperar **12 meses** antes de doar sangue. Isso ocorre porque esses procedimentos podem aumentar o risco de transmissão de infecções, como hepatites virais, sendo necessário garantir a segurança do doador e do receptor.



6. Viagens para áreas endêmicas

Se o doador viajou recentemente para áreas com surtos de doenças infecciosas, como malária, dengue, febre amarela ou zika vírus, ele pode ficar temporariamente impedido de doar. O tempo de espera varia conforme a doença prevalente na região visitada, podendo ser de **30 dias a até 12 meses**, dependendo do risco de exposição.



7. Gravidez e pós-parto

Mulheres grávidas não podem doar sangue. Após o parto, é necessário esperar **12 meses** para doar, no caso de parto normal, e **6 meses** no caso de cesárea. Para mães que estão amamentando, o prazo é de **12 meses** após o parto, desde que o bebê tenha mais de 6 meses de vida.



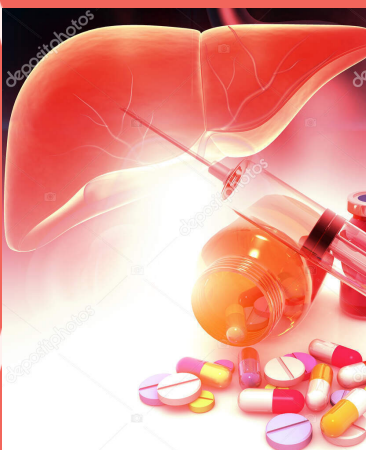
8. Cirurgias e procedimentos invasivos

Após cirurgias, o tempo de espera para doação varia conforme o tipo de procedimento. Para cirurgias de menor porte, o prazo pode ser de **3 meses**, enquanto para cirurgias mais complexas, o período de impedimento pode chegar a **12 meses**. Procedimentos endoscópicos, como colonoscopias, também requerem um tempo de espera, geralmente de **6 meses**.



9. Consumo de bebidas alcoólicas

O consumo de bebidas alcoólicas nas últimas **12 horas** anteriores à doação impede a coleta de sangue. O álcool pode interferir nas condições de saúde do doador no momento da doação, além de afetar a qualidade do sangue coletado.



10. Atividades de risco

Pessoas que tenham se exposto a situações de risco aumentado de infecções transmissíveis pelo sangue, como contato sexual com múltiplos parceiros ou uso de drogas injetáveis, devem esperar **12 meses** para doar. Esse prazo é estabelecido para prevenir a transmissão de doenças que podem ter janelas imunológicas, ou seja, períodos nos quais as infecções não são detectáveis por exames laboratoriais.

Impedimento	Prazo de espera
Resfriado, gripe, febre	7 dias após a recuperação completa
Procedimentos dentários simples	72 horas
Extração dentária	7 dias
Cirurgias complexas	Variável, consultar o hemocentro
Vacina contra gripe	48 horas
Vacina contra febre amarela	4 semanas
Tatuagens, piercings, maquiagem definitiva	12 meses
Viagens para áreas endêmicas	Variável, conforme a doença
Gravidez	Não pode doar
Parto normal	12 meses
Cesárea	6 meses
Amamentação	12 meses após o parto e o bebê ter 6 meses
Cirurgias	Variável, conforme o tipo de cirurgia
Consumo de álcool	12 horas
Atividades de risco	12 meses



QUAIS OS IMPEDIMENTOS DEFINITIVOS PARA A DOAÇÃO DE SANGUE?



Algumas condições de saúde ou comportamentos representam um risco permanente, tornando a pessoa inapta para doar sangue de forma definitiva. Esses impedimentos visam proteger a saúde tanto do doador quanto do receptor, garantindo que o sangue doado seja seguro e livre de riscos de transmissão de doenças.

Aqui estão os principais impedimentos definitivos para a doação de sangue:

1

DOENÇAS AUTOIMUNES GRAVES

Pessoas com doenças autoimunes graves, como lúpus eritematoso sistêmico e esclerose múltipla, estão permanentemente impedidas de doar sangue. Essas condições podem comprometer a saúde do doador e a qualidade do sangue coletado, tornando o processo inseguro.

2

DOENÇAS CARDÍACAS GRAVES

Quem possui histórico de doenças cardíacas graves, como insuficiência cardíaca, arritmias severas ou doenças cardíacas congênitas, também não pode doar sangue de forma definitiva. A doação pode representar um risco significativo para o doador, uma vez que a retirada de sangue pode afetar o funcionamento do coração.

**3**

CÂNCER

Pessoas que tiveram câncer, em especial leucemia, linfoma ou câncer metastático, não podem doar sangue. Isso ocorre porque o tratamento contra o câncer e a própria doença podem alterar o sistema sanguíneo, tornando-o inadequado para transfusões. Em alguns casos de câncer de pele menos agressivos, como o carcinoma basocelular, é possível que a pessoa possa doar após um período de recuperação, mas a maioria dos casos de câncer leva à inaptidão permanente.

**4**

HEPATITES B E C

Indivíduos que tiveram hepatite após os 11 anos de idade, especialmente hepatite B ou C, estão impedidos de doar sangue definitivamente. Essas doenças podem ser transmitidas pelo sangue, e mesmo que o doador esteja em boas condições de saúde, há riscos relacionados à presença do vírus em fase latente ou a danos no fígado.

**5**

DOENÇAS INFECTOCONTAGIOSAS TRANSMISSÍVEIS PELO SANGUE

Portadores de doenças infectocontagiosas transmissíveis pelo sangue, como HIV/AIDS, doença de Chagas, sífilis e HTLV (vírus linfotrópico de células T humanas), estão definitivamente impedidos de doar. Essas condições podem ser transmitidas diretamente pelo sangue e representam um risco significativo para o receptor.

**6**

USO DE DROGAS INJETÁVEIS

Pessoas que fizeram uso de drogas injetáveis ilícitas estão permanentemente impedidas de doar sangue. O uso de drogas injetáveis aumenta significativamente o risco de contaminação por doenças graves, como HIV, hepatites virais e outras infecções transmitidas pelo sangue.



7

MALÁRIA

Quem já teve malária está definitivamente impedido de doar sangue. A malária é uma doença transmitida por parasitas que podem permanecer no organismo, mesmo que os sintomas não sejam mais visíveis, podendo ser transmitida por transfusão.



8

TRANSPLANTES DE ÓRGÃOS E TECIDOS

Pessoas que passaram por transplantes de órgãos ou tecidos não podem doar sangue definitivamente. O uso de medicamentos imunossupressores e o risco de rejeição do órgão transplantado podem comprometer o sistema imunológico, tornando a doação arriscada tanto para o doador quanto para o receptor.



9

DOENÇAS NEUROLÓGICAS GRAVES

Indivíduos com doenças neurológicas graves, como epilepsia não controlada, Alzheimer, Parkinson ou esclerose lateral amiotrófica (ELA), não podem doar sangue de forma definitiva. Essas condições afetam diretamente o sistema nervoso central e podem trazer riscos adicionais à saúde do doador.



10

HISTÓRICO DE COMPORTAMENTO DE RISCO PERSISTENTE

Pessoas que têm comportamentos de risco persistentes, como relações sexuais desprotegidas com múltiplos parceiros e a prática de sexo em troca de dinheiro ou drogas, estão definitivamente impedidas de doar sangue. Esse comportamento aumenta o risco de transmissão de infecções transmissíveis pelo sangue, mesmo que exames não detectem infecções ativas no momento da triagem.

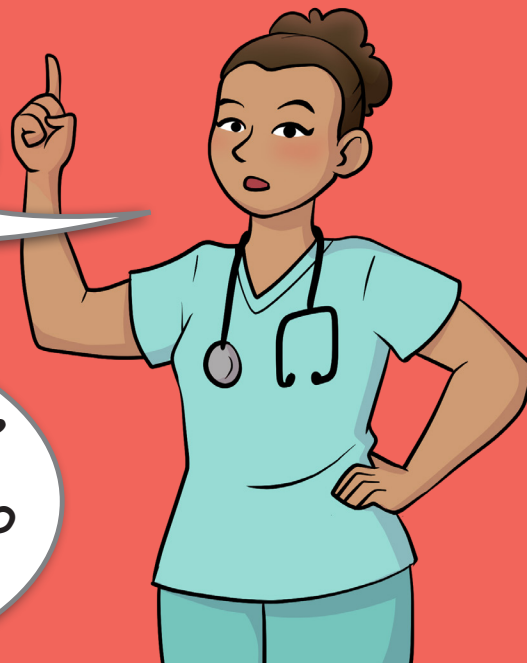
11

USO CONTÍNUO DE MEDICAMENTOS INCOMPATÍVEIS

Alguns medicamentos de uso contínuo, especialmente aqueles usados para tratar condições crônicas graves, como anticoagulantes, podem impedir a doação definitiva de sangue. Esses medicamentos alteram a composição ou a função do sangue, comprometendo sua qualidade para transfusões.

Impedimento definitivo	Motivo
Doenças autoimunes graves	Compromete a saúde do doador e a qualidade do sangue.
Doenças cardíacas graves	Risco para a saúde do doador.
Câncer	Altera o sistema sanguíneo e aumenta o risco de transmissão.
Hepatites B e C	Risco de transmissão da doença.
Doenças infectocontagiosas transmissíveis pelo sangue (HIV, Chagas, sífilis, HTLV)	Risco de transmissão da doença.
Uso de drogas injetáveis	Alto risco de contaminação por doenças.
Malária	Risco de transmissão do parasita.
Transplantes de órgãos e tecidos	Risco de rejeição e uso de imunossupressores.
Doenças neurológicas graves	Afeta o sistema nervoso central e traz riscos à saúde.
Histórico de comportamento de risco persistente	Alto risco de transmissão de infecções.
Uso contínuo de medicamentos incompatíveis	Altera a composição do sangue.

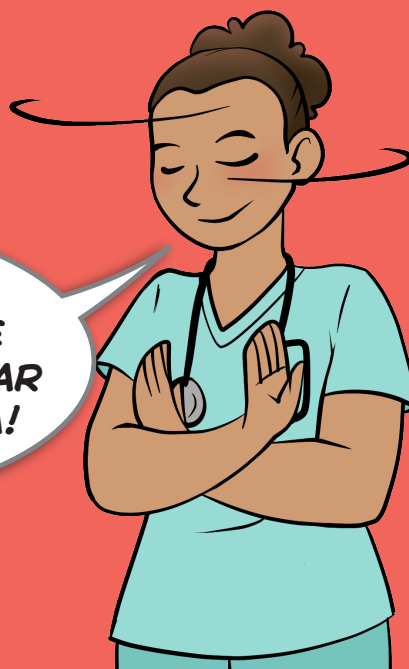
PESSOAL, É MUITO IMPORTANTE PRESTAR ATENÇÃO A ESSES IMPEDIMENTOS. ELES EXISTEM PARA PROTEGER A SAÚDE DE TODOS!



E COMO ACONTECE A DOAÇÃO? É UM PROCESSO DEMORADO? EU POSSO ME PREJUDICAR AO DOAR SANGUE?



NÃO! A DOAÇÃO É RÁPIDA E BASTANTE SEGURA. VOU EXPLICAR COMO ELA FUNCIONA!



COMO REALIZAR A DOAÇÃO?



1. Escolha um hemocentro ou posto de coleta

Caso esteja apto a doar, vá a um hemocentro ou posto de coleta. Esses locais estão presentes em diversas cidades e podem ser encontrados por meio de hospitais, bancos de sangue ou campanhas de doação organizadas por entidades de saúde. Verifique o endereço mais próximo de você e, se possível, agende um horário para evitar filas.



2. Prepare-se para o dia da doação

No dia da doação, siga algumas recomendações simples para garantir uma experiência tranquila:

- **Alimente-se bem:** Não doe sangue em jejum. Faça refeições leves e evite alimentos gordurosos nas 3 horas que antecedem a doação.
- **Hidrate-se:** Beba bastante água antes e depois da doação para ajudar na reposição dos líquidos perdidos.
- **Durma bem:** Tenha uma boa noite de sono para estar descansado no momento da doação (durma pelo menos 6 horas na noite anterior à doação).





3. Realize o cadastro e a triagem

Ao chegar ao hemocentro, o primeiro passo será fazer um cadastro com seus dados pessoais. Em seguida, você passará por uma triagem clínica, em que será realizada uma breve entrevista e exames rápidos para avaliar sua aptidão para doar.

A triagem inclui:

- **Questionário de saúde:** Você será questionado sobre seu estado de saúde, histórico médico, hábitos de vida e possíveis exposições a doenças transmissíveis.
- **Verificação de sinais vitais:** Medição de pressão arterial, temperatura, batimentos cardíacos e hemoglobina (para verificar se você não está com anemia).

Todas as informações fornecidas durante a triagem são confidenciais e têm o objetivo de garantir a segurança do doador e do receptor.

4. A doação de sangue

Se você for considerado apto na triagem, será encaminhado para a sala de coleta. O processo de doação dura entre **8 e 15 minutos** e é realizado por profissionais de saúde capacitados.

A coleta envolve:

- **Uso de materiais estéreis e descartáveis:** A agulha utilizada é nova e descartada após a coleta, garantindo que o processo seja 100% seguro.
- **Volume de sangue:** Em geral, são coletados cerca de **450 ml** de sangue, uma quantidade segura para o corpo humano. **Para cada bolsa de sangue doado, podem ser salvas até 4 vidas!**

Durante a doação, você ficará deitado em uma cadeira confortável. Caso sinta qualquer desconforto, como tontura ou mal-estar, avise imediatamente a equipe.

5. Recuperação após a doação

Após a coleta, você será orientado a permanecer em repouso por alguns minutos e será oferecido um lanche. Isso ajuda a recuperar parte da energia e líquidos perdidos durante a doação.

Algumas recomendações importantes após doar sangue:

- **Mantenha o curativo:** permaneça com o curativo por pelo menos 4 horas.
- **Hidrate-se:** Beba bastante água nas 24 horas seguintes.
- **Evite atividades físicas intensas:** Não pratique exercícios pesados nas próximas 12 horas.
- **Alimente-se bem:** Consuma refeições nutritivas e leves após a doação.
- **Evite consumo de álcool:** O consumo de bebidas alcoólicas nas primeiras 24 horas deve ser evitado.
- **Evite fumar:** O consumo de cigarro nas próximas 2 horas deve ser evitado.

Na maioria dos casos, o corpo repõe o volume de sangue perdido em poucas horas, e você poderá retomar suas atividades diárias logo após a doação, respeitando as orientações.

Caso sinta mal-estar, tontura, fraqueza e sensação de que vai desmaiar após deixar o local de doação, sente-se em qualquer local e coloque a cabeça entre os joelhos, ou então se deite imediatamente com as pernas elevadas. Essas medidas evitam que o mal-estar se prolongue e aumentam a circulação de sangue na cabeça, aliviando rapidamente os sintomas. Se não ocorrer a melhora, procure o serviço de saúde mais próximo.

Na ocorrência de febre, diarreia ou outro sintoma de doença infecciosa até 15 dias após a doação, comunicar imediatamente o serviço de enfermagem do hemocentro.

ATENÇÃO



Respeite o intervalo entre doações!

O intervalo entre uma doação de sangue e outra varia conforme o gênero do doador, devido às diferenças biológicas e aos cuidados com a saúde.

- **Homens:** podem doar sangue a cada **60 dias**, até **4 vezes por ano**.
- **Mulheres:** devem respeitar um intervalo de **90 dias** entre doações, podendo doar até **3 vezes por ano**.

Esse intervalo é necessário para garantir que o corpo do doador tenha tempo suficiente para repor os componentes sanguíneos, especialmente as hemácias, e para preservar a saúde do doador.

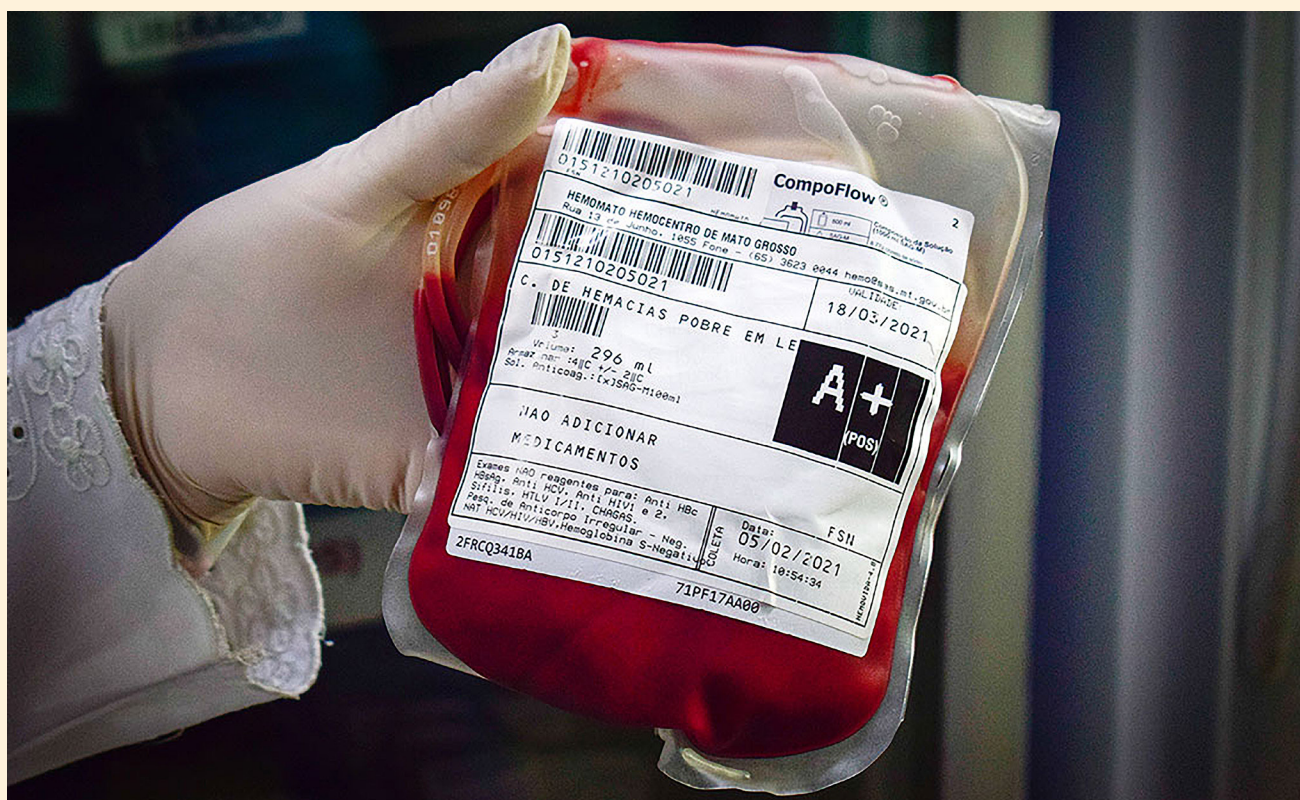
O QUE ACONTECE COM O SANGUE COLETADO?

Após a coleta, o sangue é armazenado e enviado ao laboratório para a realização de testes que garantem sua segurança. O sangue doado passa por exames para detectar doenças como HIV, hepatites B e C, sífilis e outras infecções. Ainda são realizadas determinações do grupo ABO, RhD e pesquisa de anticorpos irregulares.

Depois dos testes, o sangue é separado em componentes, como:

- **Hemácias:** Utilizadas para tratar anemias severas e cirurgias.
- **Plaquetas:** Usadas em tratamentos de pessoas com câncer ou que passaram por quimioterapia.
- **Plasma:** Importante para pacientes com problemas de coagulação.

Cada componente é destinado a um tipo diferente de tratamento e transfusão.



A rotulagem da bolsa de sangue:

Após os testes, a bolsa de sangue recebe um rótulo com todas as informações importantes, como:

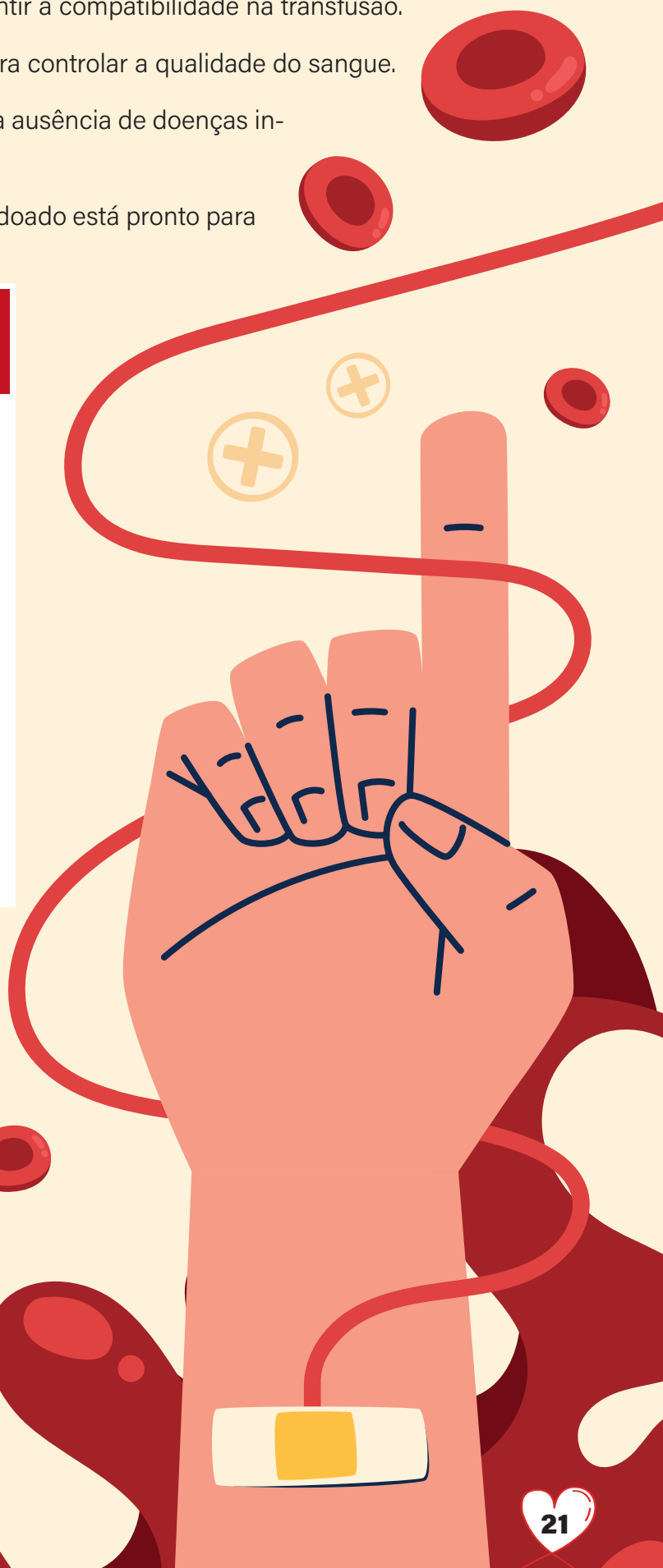
- **Grupo sanguíneo e fator Rh:** para garantir a compatibilidade na transfusão.
- **Data de coleta e prazo de validade:** para controlar a qualidade do sangue.
- **Resultados dos testes:** para confirmar a ausência de doenças infecciosas.

Com todas essas informações, o sangue doado está pronto para salvar vidas!

ATENÇÃO



Dependendo da data da contaminação, o vírus de uma doença pode não ser detectado no sangue, pois o corpo ainda não produziu anticorpos em quantidade suficiente para serem identificados. Esse período é chamado de "janela imunológica". Por isso, é essencial que o doador tenha um compromisso com a vida das pessoas e responda de forma honesta a todas as perguntas feitas pelo profissional da triagem. Dessa maneira, além de proteger quem receberá o sangue, o doador também estará protegendo a própria saúde, uma vez que a entrevista tem este objetivo duplo: garantir a segurança tanto do receptor quanto do doador.





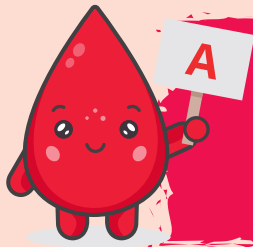
O QUE É COMPATIBILIDADE SANGUÍNEA?

A compatibilidade sanguínea é um fator crucial para a segurança das transfusões de sangue, garantindo que o sangue do doador seja aceito pelo organismo do receptor. Imagine o sangue como uma chave e uma fechadura: para que uma transfusão seja segura e eficaz, a chave (o sangue do doador) precisa encaixar perfeitamente na fechadura (o sangue do receptor). Essa compatibilidade é fundamental para evitar reações adversas que podem colocar a vida do paciente em risco.

A incompatibilidade sanguínea pode desencadear reações graves, como rejeição, hemólise (destruição das hemácias) e até risco de vida para o paciente. Por isso, antes de realizar uma transfusão, é indispensável determinar os tipos sanguíneos de ambos os envolvidos e garantir que sejam compatíveis.

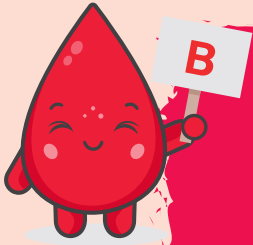
Sistema ABO

O sistema ABO é o principal grupo sanguíneo e se baseia na presença ou ausência de dois tipos de antígenos nas hemácias: A e B. Esses antígenos determinam quatro tipos sanguíneos principais:



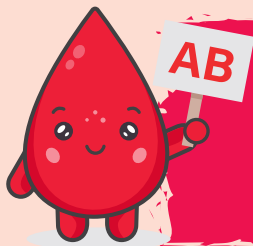
TIPO A:

Possui o antígeno A nas hemácias e anticorpos contra o antígeno B no plasma.



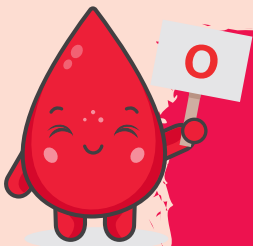
TIPO B:

Possui o antígeno B nas hemácias e anticorpos contra o antígeno A no plasma.



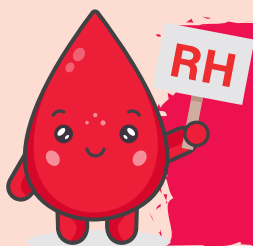
TIPO AB:

Possui ambos os antígenos (A e B) nas hemácias e não possui anticorpos no plasma. Por isso, é considerado o receptor universal, pois pode receber sangue de qualquer tipo.



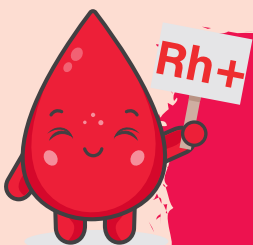
TIPO O:

Não possui antígenos nas hemácias, mas tem anticorpos contra ambos os antígenos A e B no plasma. Por isso, é considerado o doador universal, já que seu sangue pode ser doado para todos os grupos, mas só pode receber de outros doadores tipo O.



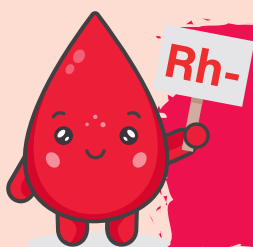
FATOR RH

Além do sistema ABO, outro componente importante da compatibilidade sanguínea é o fator Rh. Esse fator determina se o sangue é positivo ou negativo, com base na presença do antígeno RhD:



RH POSITIVO (RH+):

A pessoa possui o antígeno RhD em suas hemácias.

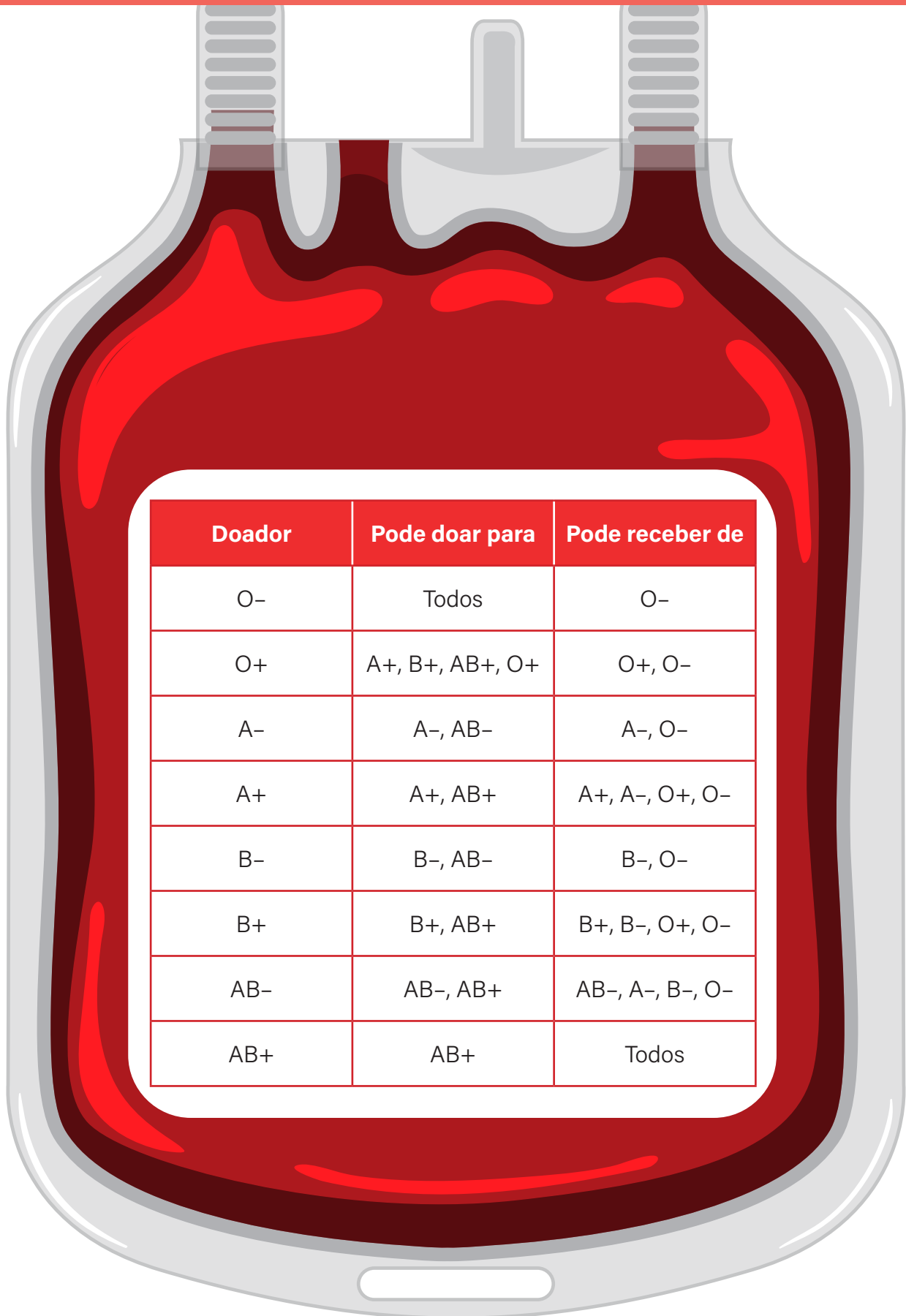


RH NEGATIVO (RH-):

A pessoa não possui o antígeno RhD.

Na prática, pessoas com sangue Rh+ podem receber sangue Rh+ ou Rh-, mas pessoas com sangue Rh- só podem receber de doadores Rh-.

TABELA DE COMPATIBILIDADE



E QUE TAL
ESCLARECERMOS
ALGUNS MITOS E VERDADES
ACERCA DA DOAÇÃO DE
SANGUE?



MITOS E VERDADES SOBRE A DOAÇÃO DE SANGUE

A doação de sangue é um ato solidário que pode salvar muitas vidas, mas ainda há muitos mitos em torno desse tema que podem afastar potenciais doadores. Vamos desmistificar alguns dos equívocos mais comuns e trazer as verdades sobre a doação de sangue.*



MITO

DOAR PODE PREJUDICAR A SAÚDE DO DOADOR

Após uma doação, o sangue tende a voltar ao normal rapidamente e, portanto, não há fraqueza. O volume de sangue coletado é baseado no peso e na altura do doador. Além disso, o organismo repõe todo o volume de sangue doado nas primeiras 24 horas após a doação.



MITO

SÓ PODEM DOAR SANGUE MAIORES DE IDADE

Adolescentes de 16 e 17 anos podem doar sangue. Fisicamente eles já estão aptos para doar sangue, desde que cumpram todos os requisitos básicos para doação, mas por serem menores de 18 anos precisam de autorização dos pais ou responsável.



VERDADE

PESSOAS COM MENOS DE 50 KG NÃO PODEM DOAR

O peso do voluntário deve ser a partir de 50 quilos.



MITO

IDOSOS NÃO PODEM DOAR SANGUE

Em 2013, houve aumento na idade máxima dos doadores de sangue pelo Ministério da Saúde. Atualmente, pessoas entre 16 e 69 anos podem realizar o ato de doação.



MITO

DOAR ENGORDA

Não engorda nem emagrece. O volume de líquido é repostado em 24 horas.



VERDADE

O DOADOR NÃO TEM RISCO DE CONTÁGIO DE DOENÇAS

Verdade, pois todo o material utilizado é descartável, não há contato com sangue de outra pessoa.



MITO

QUEM TEVE DENGUE NUNCA MAIS PODE DOAR SANGUE

Mentira. O organismo cria anticorpos contra as infecções virais e com isso o vírus é neutralizado. Há um período de quarentena de 1 mês entre a infecção e a liberação para a doação. No caso de dengue hemorrágica, o período pode ser de até 6 meses.



VERDADE

O DOADOR NÃO VAI SENTIR FALTA DESSE SANGUE NO SEU CORPO

A reposição do volume de plasma ocorre em 24 horas e a dos glóbulos vermelhos, em 4 semanas. Entretanto, para o organismo atingir o mesmo nível de estoque de ferro que apresentava antes da doação, são necessárias 8 semanas para os homens e 12 semanas para as mulheres.



MITO

MULHERES NÃO PODE DOAR SANGUE DURANTE A MENSTRUÇÃO

A perda de sangue que ocorre durante a menstruação é uma perda prevista pelo corpo da mulher e seu organismo está adaptado a fazer a reposição necessária. Em cada doação de sangue, são coletados em torno de 450 ml de sangue, o que corresponde a menos de 10% do volume total sanguíneo. Essas células sanguíneas doadas são repostas pelo organismo ao longo do tempo e não fará falta no desempenho das funções metabólicas da pessoa que doou. Por isso, a doação de sangue durante o período menstrual não apresenta nenhum risco à saúde da mulher. A candidata passará por uma triagem que avaliará se o hematócrito está bom para a doação.



VERDADE

DOAR SANGUE É UM PROCESSO RÁPIDO

Em média, na primeira doação, do momento em que o doador entra no banco de sangue até o fim de todos os procedimentos, ele gasta em torno de duas horas. Nas próximas vezes, o tempo gasto é entre 60 e 75 minutos.



MITO

QUEM TEM PIERCING E TATUAGEM NÃO PODE DOAR

Apenas pessoas com piercing na boca não podem doar sangue, pois a boca está mais receptiva a infecções – podendo estar aptas a doar 12 meses após a retirada do piercing bucal. Pessoas que fizeram tatuagem, maquiagem definitiva e outros processos com perfuração da pele devem esperar 12 meses para voltar a doar sangue.



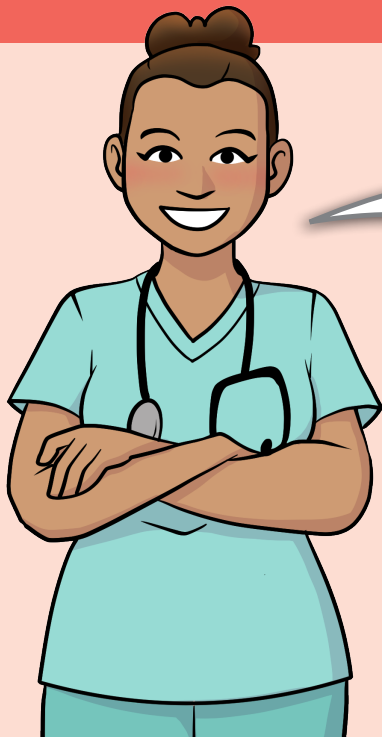
VERDADE

É PRECISO NÃO INGERIR ALCOÓLICOS ANTES DE DOAR SANGUE

Para doar sangue, é preciso que você não tenha ingerido álcool nas últimas 12 horas.

***Os esclarecimentos foram feitos pela coordenadora de Hemoterapia do IFF/Fiocruz, Maria Cristina Pessoa dos Santos.**

MALAVÉ, Mayra Malavé. Mitos e Verdades sobre a doação de sangue. In: *Fiocruz (site)*, 2019. Disponível em: <https://tinyurl.com/2ayh8wuz>. Acesso em: 17 set. 2024.



**E AGORA QUE
VOCÊ JÁ SABE TUDO
SOBRE DOAÇÃO DE SANGUE,
SE VOCÊ FOR APTO A DOAR,
NÃO PERCA MAIS TEMPO!
ESTÁ ESPERANDO O QUE
PARA FAZER O BEM? VÃ
AO PONTO DE COLETA
MAIS PRÓXIMO A VOCÊ
E SALVE VIDAS!**

ONDE DOAR SANGUE

Fundação de Hematologia e Hemoterapia do Estado de Rondônia – Porto Velho

Rua Benedito de Souza Brito, s/nº – Setor Industrial
Porto Velho – RO CEP 76821-080
Telefone: (69)3216-2234

Unidade de Coleta e Transfusão de Rolim de Moura

Av. Cuiabá nº 5424 – Planalto
Ao lado do Hospital Municipal
Rolim de Moura – RO CEP 76940-000
Telefone: (69) 3442-1328

Unidade de Coleta e Transfusão de Ariquemes

Rua: Cassiterita, nº 3613 – Centro
Ariquemes – RO CEP 76872-874
Telefone: (69) 3535-2659

Unidade de Coleta e Transfusão de Cacoal

Av. Malaquita, s/nº – Bairro Josino Brito
Ao lado do Hospital Regional
Cacoal – RO CEP 76980-000
Telefone: (69) 3441-0823

Unidade de Coleta e Transfusão de Ji-Paraná

Rua: Vilagran Cabrita, nº 1440 – Centro
Ji-Paraná – RO CEP 76900-018
Telefone: (69) 3421-1615

Hemocentro Regional de Vilhena

Av. Jô Sato, nº 405 – Bairro Nova Vilhena
Vilhena RO – CEP: 76980-000
Telefone: (69) 3322-2400

Unidade de Coleta e Transfusão de Guajará-Mirim

Av. XV de Novembro, nº 1299 – Centro
Guajará-Mirim – RO CEP 76850-000
Telefone: (69) 3541-6073

ENDEREÇOS dos Hemocentros. In: *Governo de Rondônia (site)*, [s.d.]. Disponível em: <https://tinyurl.com/27ucommv>. Acesso em: 18 set. 2024.