

QUANDO VOCÊ DOA SANGUE, MUITAS VIDAS SE TRANSFORMAM.

Doar sangue é mais do que um gesto de solidariedade. É uma forma de transformar para sempre a vida de quem precisa. Em uma única doação, você pode salvar várias vidas. São retirados apenas 450 ml do seu sangue, uma quantidade que o seu organismo repõe rapidamente. Todo o material utilizado na coleta é descartável. Não há risco de contaminação.



DOE SANGUE

Hemocentro Coordenador

• Florianópolis 48 3251-9712

Hemocentros Regionais

- Blumenau 47 3222-9800 • Chapecó 49 3700-6401
- Criciúma 48 3444-7414 • Joaçaba 49 3527-2219
- Joinville 47 3481-7400 • Lages 49 3289-7011

Unidades de Coleta

- Jaraguá do Sul 47 3055-0454 • Tubarão 48 3626-7383

O HEMOSC é o órgão responsável pelo fornecimento de sangue e seus componentes a toda população do estado de Santa Catarina.



www.hemosc.org.br

SALVAR VIDAS ESTÁ NO SEU SANGUE.



ATENÇÃO

Se você veio doar sangue só para fazer exames, por favor, não doe. Pode ser perigoso para o receptor. Procure orientações a respeito no SETOR DE TRIAGEM CLÍNICA DE DOADORES.

FIQUE ATENTO

HOMENS

podem doar sangue num intervalo de 2 meses, não ultrapassando 4 doações por ano.

MULHERES

podem doar sangue num intervalo de 3 meses, não ultrapassando 3 doações por ano.

PARA DOAR É PRECISO

- Ter idade entre 16 e 69 anos (jovens de 16 e 17 anos devem estar acompanhados por um responsável legal, ambos portando documento oficial).
- Ter idade máxima de 60 anos, 11 meses e 29 dias para a primeira doação.
- Pesar acima de 50 quilos (com desconto de vestimentas).
- Estar bem alimentado (alimentos leves e não ricos em gordura nas últimas 4 horas que antecedem a doação).
- Apresentar documento emitido por órgão oficial com foto que permita a identificação.
- Estar saudável.

ANTES DE DOAR SANGUE, VOCÊ PRECISA SABER QUE

- Você passará por uma triagem clínica com entrevista, na qual é de fundamental importância contar sobre seus problemas de saúde.
- É necessário dizer a verdade, para que a doação não prejudique você nem as pessoas que receberão seu sangue.
- Tudo o que você disser será mantido em sigilo, assim, você poderá ajudar o HEMOSCA a manter um estoque de sangue seguro.

NÃO PODE DOAR SANGUE QUEM

- Estiver com febre, tosse, gripe, dor de garganta ou outras infecções.
- Estiver com reação e/ou crise alérgica.
- Teve diarreia nos últimos 7 dias (3 episódios ou mais).
- Estiver com lesão de pele, afta ou herpes (a pele deve estar íntegra).
- Tiver ingerido bebida alcoólica há menos de 12 horas.
- Não tiver dormido pelo menos 6 horas na noite anterior à doação.
- Fez endoscopia, colonoscopia ou outro procedimento invasivo nos últimos 6 meses.
- Fez tatuagem, micropigmentação e maquiagem definitiva nos últimos 6 meses.
- Colocou piercing nos últimos 6 meses (na região genital e oral, a doação só poderá ser realizada 12 meses após a sua retirada).
- Teve hepatite viral após os 11 anos de idade.
- Estiver grávida ou amamentando bebê menor de 12 meses.
- Fez cirurgia recentemente (inclusive implante dentário).
- Fez tratamento dentário sem anestesia nos últimos 3 dias, ou com anestesia nos últimos 7 dias.
- Tiver problemas cardíacos ou pulmonares (sujeito à avaliação).
- Tem hipertireoidismo ou tireoidite de Hashimoto.
- Recebeu transfusão de sangue ou realizou hemodiálise nos últimos 12 meses (bem como seus parceiros).
- Esteve em área endêmica para malária nos últimos 12 meses.
- Esteve em área endêmica para o mosquito *Aedes Aegypti* (zika, chikungunya e dengue), conforme boletim epidemiológico.
- Teve contato sexual com parceiro ocasional/eventual nos últimos 12 meses.
- Usou drogas ilícitas há menos de 12 meses (maconha há menos de 12 horas; drogas injetáveis, inapto definitivo).
- Teve alguma doença sexualmente transmissível nos últimos 12 meses.
- Vier com crianças menores de 5 anos sem outro acompanhante.

Para outras informações, entre em contato.

ISTO É IMPORTANTE

Embora realizados exames no sangue coletado (Hepatite, Sífilis, Doença de Chagas, HIV e outros), não existe 100% de segurança para o receptor. Há um período chamado JANELA IMUNOLÓGICA, que é o espaço de tempo entre a contaminação e a positividade do teste, significando que a pessoa pode ter sido contaminada por um agente infeccioso (vírus) e esse não ser detectado nos exames realizados. Por isso, é fundamental que você seja sincero na entrevista. Honestidade também salva vidas. Diante de um teste positivo ou inconclusivo, o doador será convocado por carta para a realização de testes confirmatórios.

DOAR SANGUE É 100% SEGURO

Ao fazer uma doação de sangue, o doador está totalmente protegido. Não há contato com nenhum tipo de sangue, nem de material utilizado por outros doadores durante a doação. Todas as agulhas e recipientes são descartáveis e manipulados por uma equipe de profissionais altamente especializada. Entretanto, por mais rígido que possa ser o controle de qualidade do sangue recebido, o único risco de contrair algum tipo de doença é do receptor, embora sejam raros os casos de contaminação com transfusão de sangue.

Uma das maiores preocupações para quem recebe sangue é a AIDS, que pode ser transmitida por relação sexual, transfusão de sangue ou drogas injetáveis. Portanto, conforme recomendação do Ministério da Saúde e órgãos internacionais, **se você se enquadra em qualquer uma das situações abaixo, não deve doar sangue.**

- Febre contínua e suores noturnos.
- Diarreia prolongada.
- Gânglios (ínguas) pelo corpo sem causa aparente.
- Cansaço e fraqueza anormais para desenvolver as atividades habituais.
- Emagrecimento sem causa aparente.
- Ter mantido relação sexual com parceiro(a) ocasional no último ano.
- Ser ou ter sido usuário de drogas injetáveis.
- Ter tido Doença Sexualmente Transmissível (DST) no último ano.
- Ter tido relação sexual no último ano com parceiro(a) que apresenta pelo menos uma das características descritas acima.

Todo sangue doado é separado em diferentes componentes (como hemácias, plaquetas, plasma e outros), podendo beneficiar mais de um paciente com apenas uma unidade coletada. Os componentes são distribuídos para os hospitais e clínicas para atender às solicitações médicas.

DEPOIS DE DOAR SANGUE, FIQUE ATENTO A ALGUNS CUIDADOS.



Permaneça nas dependências do Hemocentro por aproximadamente 15 minutos.



Não flexione o braço por pelo menos 10 minutos e mantenha o curativo no local por no mínimo 4 horas. Se houver sangramento, faça compressão até estancar, podendo elevar o braço. Se tiver outros sintomas no local como dor, vermelhidão, edema e formigamento, entre em contato com o setor de coleta do hemocentro.



Evite a ingestão de bebida alcoólica por 12 horas e não fume nas primeiras 2 horas.



Nas próximas 12 horas, evite atividades com esforço físico (musculação, surf, dança, entre outras) e atividades de risco (altura, andaime, dirigir caminhão, ônibus, pilotar aviões etc.)



Beba bastante líquido nas primeiras 6 horas.



Se você sentir algum mal-estar ou tonturas, deite-se com as pernas elevadas ou sente-se com a cabeça entre os joelhos. Se os sintomas persistirem, entre em contato com o setor de coleta do hemocentro.



A cada doação de sangue, o organismo necessita repor de 200 a 250 gramas de ferro. Para ajudar nesse processo, sugere-se uma dieta com alimentos ricos nesse nutriente.

ATENÇÃO, DOADOR

Se até 15 dias após a doação você apresentar algum sintoma de doenças como febre, gânglios aumentados (íngua), gripe ou diarreia, ou tiver outra informação relevante, entre em contato com o setor de apoio ao doador ou setor de coleta no local em que você realizou a sua doação.