



## ORIENTAÇÕES PARA DOAÇÃO DE SANGUE



### CONDIÇÕES PARA DOAÇÃO:

- Pesar mais de 50kg.
- Não ter feito cirurgia de grande porte a menos de seis meses e de pequeno porte a menos de três meses.
- Não ter feito tratamento dentário a menos de 7 dias
- Não estar grávida ou amamentando;
- Em caso de parto normal, aguardar 3 meses; se cesariana, aguardar 6 meses.
- Não estar gripado ou ter tido febre nos últimos 7 dias.
- Não ter diabetes, cardiopatia e nem ter contraído hepatite após os 11 anos de idade.
- Caso tenha tomado vacina contra gripe, deve-se aguardar 48h; as demais vacinas com bactérias/vírus vivos, por exemplo

sarampo e febre amarela, deve-se aguardar 4 semanas.

- Não ter tido comportamento de risco para contaminação pelo HIV.
- Não ter ingerido álcool nas 12 horas antes da doação.
- Não ter feito uso de drogas injetáveis ilícitas.
- Não ter feito piercing, acupuntura ou tatuagem a menos de 12 meses.

### NO DIA DA DOAÇÃO

#### ALIMENTAÇÃO:

- Não vá em jejum e alimente-se fazendo um café da manhã reforçado;
- Evite alimentos gordurosos no dia da doação;
- Hidrate-se bastante.

#### DOCUMENTOS:

- Para doar sangue é necessário apresentar um documento original e oficial de identidade que contenha foto (em mãos).

#### IDADE:

- Podem doar sangue pessoas entre 16 e 69 anos.



- Pessoas com mais de 60 anos somente poderão doar caso já tenham realizado uma doação antes dos 60 anos, independente do sexo, e devem respeitar o intervalo mínimo de seis meses entre as doações.
- Para a faixa etária entre 16 e 18 anos incompletos é necessário acompanhante maior de idade com documento, além do preenchimento da autorização.

#### MULHERES:

- Podem doar sangue com um intervalo de 90 dias entre uma doação de sangue e outra, até no máximo três vezes em um período de 12 meses.

#### HOMENS

- Podem doar sangue com um intervalo de 60 dias entre uma doação de sangue e outra, até no máximo quatro vezes por ano.

**O candidato deve ter dormido bem na noite anterior a doação, pelo menos um sono de 6 horas.**

- Doadores hipertensos, diabéticos e obesos, necessitam de **ATESTADO MÉDICO** citando a **APTIDÃO** para doar.