

Doar sangue é simples. Basta ser solidário e, no dia da doação:

- + Trazer documento oficial com foto;
 - Sentir-se bem e com saúde;
 - + Ter idade entre 16 e 69 anos*;
 - Ter peso igual ou superior a 50kg;
 - + Estar bem alimentado, evitando alimentos gordurosos 3 horas antes da doação;
 - Ter dormido pelo menos 4 horas;
 - + Não ingerir bebida alcoólica 12 horas antes da doação;
 - Não ter se exposto a situação de risco acrescido para contaminação por doenças transmissíveis pelo sangue;
 - + Caso tenha tomado vacina, doar somente após 30 dias.
 - Evite trazer crianças, se vier com criança, traga um outro adulto para acompanhar.
- *Candidatos com 16 e 17 anos somente poderão realizar a doação com a presença de um dos pais ou responsável legal.

Todas as pessoas podem doar sangue?

Existem critérios determinados por Normas Técnicas do Ministério da Saúde que permitem ou impedem a doação de sangue. A finalidade é a proteção do doador e a segurança do paciente que vai receber o sangue.



SEJA TAMBÉM UM DOADOR DE MEDULA ÓSSEA.

Informe-se no MT-Hemocentro sobre o cadastro de REDOME e doe vida a quem precisa.

Agende sua doação

 (65) 98433-0624

Rua 13 de Junho, 1.055. Porto. Cuiabá-MT
Horário: 7h30 às 17h30,
Telefone: (65) 3623-0044
E-mail: hemo@ses.mt.gov.br
www.saude.mt.gov.br

Para agendar campanhas de doação,
ligue: (65) 3623-0044 ramal 220/221



**LEU? AGORA ENTREGUE ESTE FOLDER A UM
AMIGO E CONVIDE-O A VIR DOAR SANGUE**



DOAÇÃO DE SANGUE



**Um ato de amor ao próximo
Ajude o banco de sangue
público a salvar vidas!**

Como acontece a doação de sangue?

- + O doador é cadastrado;
- É realizado teste de anemia e verificado pulso, pressão arterial, temperatura e peso;
- + Passa pela triagem clínica (entrevista) de forma individual e sigilosa;
- A coleta de sangue dura no máximo 15 minutos. Todo material utilizado é individual, estéril e descartável;
- + Não há risco de contrair doenças na doando sangue;
- Será ofertada hidratação oral e lanche ao doador. Preenche a pesquisa de satisfação quanto aos procedimentos prestados, relacionados ao processo de doação de sangue.
- + realiza triagem sorológica, testes laboratoriais para verificar se o sangue está em condições de ser usado.



Seja sincero durante a entrevista. sua honestidade é responsável por salvar vidas.

Suas informações serão mantidas em sigilo. Você também é responsável pela segurança da doação. Jamais doe sangue com o objetivo de realizar exames sorológicos, pois estará pondo em risco a vida de outras pessoas.

Você sabe o que é janela sorológica?

É o período de contaminação da pessoa com contato por um determinado vírus ou bactéria (HIV, hepatite, entre outros) e a sua detecção nos exames laboratoriais. Nesse período da janela sorológica, os exames de triagem são negativos, mas mesmo assim o vírus pode ser transmitido a partir do sangue doado.

Por isso, é necessária toda franqueza e honestidade do doador ao responder as perguntas do questionário feito antes da doação de sangue, para evitar a transmissão de doenças aos pacientes e para garantia da qualidade do sangue

Para exames sorológicos gratuitos, dirija-se ao Serviço de Atendimento Especializado (SAE).
Rua Pirain, 313, Bairro Grande Terceiro, Cuiabá-MT.

E depois que doar?

- + Manter o curativo no local por 4 horas;
- Ingerir bastante líquido nas primeiras 12 horas;
- + Evitar esforços físicos exagerados em 24 horas;
- Evitar dobrar e carregar peso no braço punccionado;
- + Não fumar por, no mínimo, 1 hora;
- Alimentar-se bem;
- + Interromper atividades de risco nas próximas 12 horas, como pilotar avião ou helicóptero, conduzir ônibus ou caminhão de grande porte, subir em andaime e praticar pára-quedismo ou mergulho;
- Procurar o MT-Hemocentro em caso de qualquer intercorrência. Você pode telefonar comunicando alterações que ocorram nos próximos 14 dias como febre, diarreia ou sinais de infecção. Se quiser, ainda pode nos dar alguma informação adicionais que não pôde ou não quis dar durante a entrevista, no dia da doação.

Seja um doador de sangue fidelizado

As mulheres podem doar de 3 em 3 meses e os homens de 2 em 2 meses, respeitando a frequência máxima admitida de 4 doações em 12 meses para homens e 3 para as mulheres.

Você sabia que...

- A doação de sangue
- + Não faz mal a saúde;
- Não engorda nem emagrece;
- + Não vicia;
- Não transmite doença;
- + Não afina e nem engrossa o sangue.



O ser humano

- + Possui em média cinco litro de sangue, sendo coletado na doação cerca de 450ml;
- O volume do sangue é repostado em 24 horas e as células, em algumas semanas.



Cada grupo sanguíneo

- + Além de doar para si mesmo, pode doar para outros grupos, sendo O negativo doador universal e AB positivo, receptor universal

