



## REQUISITOS BÁSICOS PARA DOAÇÃO DE SANGUE:

### *Quais as condições básicas para doar sangue?*

1. Estar em boas condições de saúde;
2. Ter entre 16 e 69 anos, desde que a primeira doação tenha sido feita até 60 anos (menores de 18 anos, precisam de autorização);
3. Pesar no mínimo 50 kg;
4. Estar descansado ( ter dormido pelo menos 6 horas nas últimas 24 horas);
5. Estar alimentado ( evitar alimentação gordurosa nas 4 horas que antecedem a doação);
6. Apresentar documento com foto emitido por órgão oficial.

### *Quem não pode doar sangue?*

1. Pessoas que tiveram Hepatite ou Doença de Chagas;
2. Pessoas com Malária ou Sífilis;
3. Usuários de drogas que compartilham seringas injetáveis;
4. Homens e mulheres com múltiplos (as) parceiros(as) e que mantenham relações sexuais, sem o uso de preservativo ( camisinha);
5. Parceiros sexuais de pessoas infectadas pelo HIV ou enfermos com AIDS;
6. Pessoas com histórias prévias, recentes, de doenças sexualmente transmissíveis;
7. Mulheres grávidas;
8. Outros (restrições/ inaptidões temporárias ou definitivas de acordo com legislação vigente).

### *Intervalos para doação:*

1. Homens: 60 dias ( máximo de 04 doações nos últimos 12 meses);
2. Mulheres: 90 dias ( máximo de 03 doações nos últimos 12 meses).

### *Cuidados após a doação de sangue:*

1. Permaneça no Banco de Sangue por mais 15 minutos para evitar que você se sinta mal com a doação;
2. Mantenha o curativo por pelo menos 4 horas;
3. Não ingerir bebidas alcoólicas;
4. Não fumar por 02 horas;
5. Evitar esforço físico exagerado por 12 horas, especialmente com o braço utilizado para doação;
6. Beber bastante líquido;
7. Se for dirigir veículo automotor ou for transportado em motocicleta, para imediatamente o veículo em caso de mal-estar.

### *Impedimentos temporários:*

1. Resfriado: aguardar 7 dias após desaparecimento dos sintomas;
2. Gravidez;

3. 90 dias após parto normal e 180 dias após cesariana;
4. Amamentação (se o parto ocorreu há menos de 12 meses);
5. Ingestão de bebida alcoólica nas 12 horas que antecedem a doação;
6. Tatuagem / maquiagem definitiva nos últimos 6 meses;
7. Situações nas quais há maior risco de adquirir doenças sexualmente transmissíveis: aguardar 12 meses;
8. Acre, Amapá, Amazonas, Rondônia, Roraima, Maranhão, Mato Grosso, Pará e Tocantins são estados onde há alta prevalência de malária. Quem esteve nesses estados deve aguardar 6 meses;
9. Qualquer procedimento endoscópico (endoscopia digestiva alta, colonoscopia, rinoscopia etc): aguardar 6 meses;
10. Extração dentária (verificar uso de medicação) ou tratamento de canal (verificar medicação): por 7 dias;
11. Cirurgia odontológica com anestesia geral: por 4 semanas;
12. Acupuntura: se realizada com material descartável: 24 horas; se realizada com laser ou sementes: apto; se realizada com material sem condições de avaliação: aguardar 12 meses;
13. Vacina contra gripe: por 48 horas;
14. Herpes labial ou genital: apto após desaparecimento total das lesões;
15. Herpes Zoster: apto após 6 meses da cura (vírus Varicella Zoster);
16. Pacientes que apresentam traço falcêmico reconhecido/confirmado não podem doar.

#### Referências:

- Hemocentro do Estado de Goiás. Disponível em:  
< <http://www.saude.go.gov.br/page/36/hemocentro-de-goias-hemogo>>.
- Hemocentro do Estado de São Paulo. Disponível em:  
< [http://www.prosangue.sp.gov.br/artigos/requisitos\\_basicos\\_para\\_doacao](http://www.prosangue.sp.gov.br/artigos/requisitos_basicos_para_doacao)>.
- Hemocentro do Estado de Goiás-Regional Jataí.