



## Porque devo dar sangue?

Em Portugal são necessárias, diariamente, milhares de unidades de sangue de todos os grupos sanguíneos. Como o sangue não pode ser produzido artificialmente, os hospitais e os doentes estão dependentes da disponibilidade dos dadores.

## Quem precisa de sangue?

Todas as pessoas que sofreram acidentes, que necessitam de ser operadas ou que estejam a fazer tratamentos de saúde.



## Para dar sangue preciso de:

- Estar em boas condições de saúde
- Ter entre 18 e 65 anos (até aos 60 anos se for uma primeira dádiva)
- Ter pelo menos 50 kg
- Não estar em jejum

## Não posso dar sangue se:

- Fui submetido a uma cirurgia ou uma endoscopia há menos de 4 meses
- Fiz uma tatuagem ou piercing há menos de 4 meses
- Fiz acupuntura ou mesoterapia há menos de 24 horas
- Viajei para África, Ásia ou América Latina há menos de 12 meses
- Tive filhos ou uma interrupção da gravidez nos últimos 6 meses
- Parei de amamentar há menos de 3 meses
- Mudei de parceiro sexual há menos de 6 meses
- Estive com febre ou gripe há menos de duas semanas
- Tomei antibióticos ou anti-fúngicos há menos de 8 dias ou anti-inflamatórios há menos de 5 dias
- Fiz tratamento dentário (por exemplo extração dentária) há menos de 8 dias



- Tenho Epilepsia, Diabetes (insulino-dependente) ou Hipertensão grave
- Sou portador do Vírus da Hepatite B, Hepatite C ou VIH
- Fiz transplante de córnea, tecidos, órgãos ou tratamento com hormona de crescimento
- Recebi transfusões de sangue depois de 1980
- Alguma vez utilizei drogas por via endovenosa
- Tenho comportamentos sexuais de risco

## PROCESSO DA DÁDIVA



Registo de dados pessoais (deve trazer o Cartão de Cidadão ou o Cartão de Utente).



Entrevista médica para avaliar o seu estado de saúde (medição de tensão arterial, frequência cardíaca e hemoglobina) e esclarecer todas as suas dúvidas.



Colheita de sangue executada por enfermeiros especializados que o acompanham em todo o processo.



Refeição ligeira.



Todo o processo da dádiva demora, em média, 45 minutos.

Se, após a sua dádiva, adoecer ou recordar alguma situação que ponha em causa a segurança da dádiva que fez, por favor, contacte-nos para: **253 027 152**

## O que se faz ao sangue doado?

1. Identificação do Grupo Sanguíneo e fenótipo Rh.
2. Análise aos vírus do VIH/SIDA, Hepatite B e C, HTVL e Sífilis (sempre que os resultados analíticos revelarem alguma anomalia para a sua saúde, será notificado(a) e orientado(a) clinicamente).
3. Separação do sangue nos seus principais componentes: Concentrado eritrocitário (a parte vermelha), Plasma (a parte amarela) e plaquetas (as células da coagulação). Uma vez que cada componente tem indicações terapêuticas específicas, o processo de separação permite rentabilizar o sangue e usá-lo de forma eficaz.

## Sabia que...

- 1 em 4 pessoas irá precisar, pelo menos, de uma transfusão de sangue ao longo da sua vida.
- Ao longo da vida um dador pode salvar até 500 pessoas.
- Numa cirurgia, em média, são necessárias duas a três unidades de sangue.



## COMPATIBILIDADES SANGUÍNEAS

Se é RH Positivo	Pode receber do	Pode dar a
A+	A+ A- O+ O-	A+ AB+
B+	B+ B- O+ O-	B+ AB+
O+	O+ O-	O+ A+ B+ AB+
AB+	Todos	AB+

  

Se é RH Negativo	Pode receber do	Pode dar a
A-	A- O-	A- A+ AB- AB+
B-	B- O-	B- B+ AB- AB+
O-	O-	Todos
AB-	Todos com RH-	AB- AB+