

JUNHO VERMELHO



A Organização Mundial da Saúde (OMS) comemora, desde 2005, o dia 14 de junho como o “Dia Mundial do Doador de Sangue” com intuito de conscientizar e mobilizar a população em geral sobre a importância do ato e homenagear os voluntários que já praticam a doação.


No Brasil são coletadas 3,7 milhões de bolsas por ano, o que corresponde ao índice de 1,8%; já na Europa e Estados Unidos, esse percentual tem média de 5% a 7%. Contudo, o Ministério da Saúde tem investido em diversas ações para aumentar as taxas de doação.

Doar sangue é um processo voluntário, fácil, rápido e seguro que contribui para salvar pessoas que necessitam deste suporte por diversos motivos tais como: para realizar procedimentos cirúrgicos, por distúrbios de coagulação sanguínea, devido a acidentes de trânsito, grandes queimados entre outras situações clínicas. É comum vermos matérias jornalísticas convocando possíveis doadores para comparecerem nos hemocentros, pois muitas vezes há déficit de suprimento de hemoderivados, gerando cancelamento de cirurgias, transplantes e dificultando a melhora clínica de pacientes internados em hospitais.

Tipos Sanguíneos

Existem 08 tipos sanguíneos divididos na população: grupo A+, grupo A -, grupo B+, grupo B -, grupo AB+, grupo AB -, grupo O+ e grupo O -.

Classificação de Doadores e Receptores de Sangue



AJUDAR TÁ NO SANGUE
GUIA DE DOAÇÃO DE SANGUE

GRUPO	PODE DOAR	PODE RECEBER
A+	A+, AB+	A+, A-, O+, O-
O+	A+, O+, B+, AB+	O+, O-
B+	B+, AB+	B+, B-, O+, O-
AB+	AB+	TODOS
A-	A-, A+, AB+, AB-	A-, O-
O-	TODOS	O-
B-	B-, B+, AB+, AB-	B-, O-
AB-	AB-, AB+	A-, O-, B-, AB-

fb.com/juventudesustentavel.oficial

Requisitos básicos para doação de sangue

Na triagem de doadores são obedecidas normas nacionais e internacionais de doação de sangue. O alto rigor no cumprimento dessas normas visa oferecer segurança e proteção ao receptor e ao doador.

Abaixo estão listados os requisitos básicos e alguns dos principais impedimentos temporários e definitivos para doação de sangue.

Requisitos básicos:

- Estar em boas condições de saúde;
- Ter entre 16 e 69 anos, desde que a primeira doação tenha sido feita até 60 anos;
- Menores de 18 anos somente com documento de identidade do menor, xerox do documento do responsável e termo de autorização da doação assinado por responsável;
- Pesarem no mínimo 50kg;
- Estar descansado (ter dormido pelo menos 6 horas nas últimas 24 horas);
- Estar alimentado (evitar alimentação gordurosa nas 4 horas que antecedem a doação);

- Apresentar documento original com foto recente, que permita a identificação do candidato, emitido por órgão oficial (Carteira de Identidade, Cartão de Identidade de Profissional Liberal, Carteira de Trabalho e Previdência Social).

Impedimentos temporários:

- Resfriado: aguardar 7 dias após desaparecimento dos sintomas;
- Gravidez;
- 90 dias após parto normal e 180 dias após cesariana;
- Amamentação (se o parto ocorreu há menos de 12 meses);
- Ingestão de bebida alcoólica nas 12 horas que antecedem a doação;
- Tatuagem / maquiagem definitiva nos últimos 12 meses;
- Situações nas quais há maior risco de adquirir doenças sexualmente transmissíveis: aguardar 12 meses;
- Qualquer procedimento endoscópico (endoscopia digestiva alta, colonoscopia etc): aguardar 6 meses;
- Extração dentária (verificar uso de medicação) ou tratamento de canal (verificar medicação): por 7 dias;
- Cirurgia odontológica com anestesia geral: por 4 semanas;
- Vacina contra gripe: por 48 horas;
- Herpes labial ou genital: apto após desaparecimento total das lesões;
- Herpes Zoster: apto após 6 meses da cura (vírus Varicella Zoster);
- Brasil: estados como Acre, Amapá, Amazonas, Rondônia, Roraima, Maranhão, Mato Grosso, Pará e Tocantins são locais onde há alta prevalência de malária. Quem esteve nesses estados deve aguardar 12 meses para doar, após o retorno;
- EUA: quem esteve nesse país deve aguardar 30 dias para doar, após o retorno;
- Malária: quem esteve em países com alta prevalência de malária deve aguardar 12 meses após o retorno para doar. (Critério semelhante ao dos estados brasileiros com prevalência elevada de malária);
- Febre Amarela: quem esteve em região onde há surto da doença deve aguardar 30 dias para doar, após o retorno; se tomou a vacina, deve aguardar 04 semanas; se contraiu a doença, deve aguardar 6 meses após recuperação completa (clínica e laboratorial).

Impedimentos definitivos:

- Hepatite após os 11 anos de idade (* Hepatite após o 11º aniversário: Recusa Definitiva; Hepatite B ou C após ou antes dos 10 anos: Recusa definitiva; Hepatite por Medicamento: apto após a cura e avaliado clinicamente);
- Evidência clínica ou laboratorial das seguintes doenças infecciosas transmissíveis pelo sangue: Hepatites B e C, AIDS (vírus HIV), doenças associadas aos vírus HTLV I e II e Doença de Chagas;
- Uso de drogas ilícitas injetáveis;
- Malária.

Respeitar os intervalos para doação:

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

Cuidados pós doação

- Permanecer no banco de sangue por 15 minutos;
- Deixar o banco de sangue somente se estiver sentindo-se bem;
- Tomar bastante líquido e evitar ingerir bebidas alcoólicas no dia da doação;
- Não fumar por 1 hora;
- Não dobrar o braço 10 minutos e não erguer peso nas próximas 4 horas;
- Evitar esforço físico ou praticar atividade física por no mínimo 12 horas subsequentes;
- Se apresentar sintomas de processo infeccioso como febre e diarreia até 7 dias após a doação comunicar o hemocentro imediatamente;
- Se você achar que seu sangue não pode ser utilizado e não mencionou isso em nenhum momento do processo da doação, entre em contato com o banco de sangue e solicite que seu sangue seja descartado. O descarte é confidencial e é muito importante para garantia da segurança transfusional.

LEMBRE-SE: honestidade também salva vidas. Ao doar sangue, seja sincero na entrevista.

Referências Bibliográficas:

1. Fundação Pró-Sangue. **Requisitos Básicos para Doação de Sangue.** Disponível em:
http://www.prosangue.sp.gov.br/artigos/requisitos_basicos_para_doacao.html.
2. Instituto de Hematologia e Hemoterapia de Belém. **Seja Você Também um Doador.** Disponível em: <https://www.ihebe.com.br/quem-pode-doar>.

