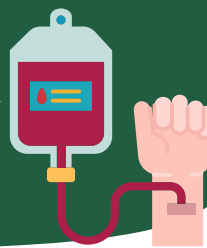


O QUE É PRECISO SABER PARA DOAR SANGUE



➔ **ESTAR COM BOA SAÚDE**

➔ **TER IDADE ENTRE 16 E 69 ANOS**

Menores de 18 anos com companhia
do pai, da mãe ou representante legal

➔ **PESAR MAIS DE 50 KG**

PARA O DIA DA DOAÇÃO



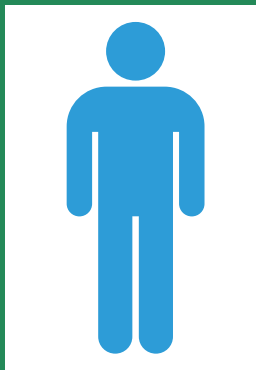
➔ **ESTEJA DESCANSADO**
durma bem na noite anterior (no mínimo 6 h)

➔ **FAÇA UMA ALIMENTAÇÃO
REFORÇADA DUAS HORAS
ANTES**

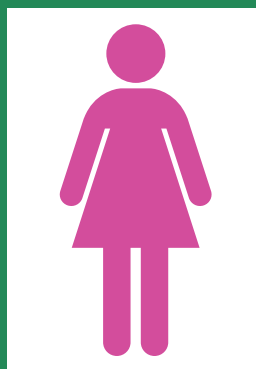
➔ **APRESENTE UM DOCUMENTO
ORIGINAL COM FOTO**
não pode cópia, nem foto no celular

INTERVALO DE DOAÇÃO

ENTENDA COMO
FUNCIONA



PARA HOMENS
A CADA 60 DIAS
(2 EM 2 MESES)



PARA MULHERES
A CADA 90 DIAS
(3 EM 3 MESES)



VACINAS

- ➔ **TRÍPLICE VIRAL** (Sarampo, Caxumba e Rebéola): 30 dias após a dose;
- ➔ **HEPATITE B**: 48 horas após a dose;
- ➔ **H1N1**: 48 horas após a dose;
- ➔ **TÉTANO POLIOMIELITE**: 48 horas após a dose;
- ➔ **COVID-19**: Coronavac: 48 horas, demais vacinas são 7 dias.



OBS: Período válido desde que o candidato não apresente qualquer reação decorrente da vacinação

IMPEDIMENTOS TEMPORÁRIOS

- **Cirurgias:** Entre 6 e 12 meses
- **Gravidez:** Durante a gestação a mulher fica impedida de doar. Parto: Normal após 3 meses, Cesárea, após 6 meses. Amamentação: Após 1 ano de idade da criança.
- **Endoscopia:** Após 6 meses
- **Antibiótico:** Após 7 dias
- **Resfriado e diarreia:** Após 7 dias
- **Alergia e lesões na pele:** Até desaparecimento dos sintomas
- **Viagens para o interior do Amazonas:** 30 dias
- **Febre de causa desconhecida:** 30 dias
- **COVID-19:** Após 10 dias
- **Comportamento sexual de risco:**
Consultar triagem

DOENÇAS TROPICAIS

- **DENGUE E CHIKUNGUNYA:** 30 dias após a total recuperação (dengue hemorrágica deve aguardar 6 meses)
- **MALÁRIA:** 30 dias 1 ano após a recuperação (existe restrição em outros estados)

CARTEIRINHA DO DOADOR



CHEGOU A SUA VEZ!

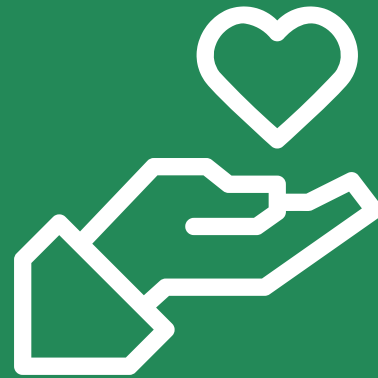


**A PARTIR DA 3ª DOAÇÃO VOCÊ JÁ PODE
TER SUA CARTEIRINHA DE DOADOR**

SAIBA COMO:

- ➔ **Como:** 1 foto 3x4 + documento oficial com foto = carteirinha na mão
- ➔ **Onde:** No Salão do Doador procurar o setor de carteirinha
- ➔ **Quando:** Ao completar a terceira doação. De segunda a sexta, das 8h às 17h

CUIDADOS APÓS DOAÇÃO



- ➔ Não dobrar o braço na primeira meia hora após a doação;
- ➔ Não pegar peso com o braço utilizado para a doação;
- ➔ Aguardar uma hora para dirigir;
- ➔ Não fumar por duas horas;
- ➔ Não fazer exercício físico nas 12 horas depois de doação (andar de bicicleta, carregar peso, fazer ginástica, faxinas domésticas, lavar roupas a mão).