

## RECOMENDAÇÕES APÓS A DÁDIVA:

Ingira muitos líquidos durante o dia, mas evite bebidas alcoólicas;  
Não fume na próxima hora;  
Evite fazer esforços com o braço que foi puncionado, assim como qualquer tipo de esforço físico no próprio dia;  
Evite trabalhar em locais perigosos (alturas, poços, maquinarias) ou conduzir transportes públicos ou veículos pesados nas horas seguintes.

### HORÁRIOS DE DADORES

#### Segunda e Quinta-feira

Manhã: 9h30m às 12h30m

Tarde: 14h30m às 19h

#### Terça-feira

Manhã: 9h30m às 12h30m

Tarde: 14h30m às 16h

#### Quarta-feira

Manhã: 9h30m às 12h30m

#### Sexta-feira

Tarde: 14h30m às 16h00m



**ULSBA**  
Unidade Local de Saúde  
do Baixo Alentejo, EPE



SERVIÇO DE IMUNOHEMOTERAPIA

SEDE ULSBA:

Rua Dr. António Fernando Covas Lima

7801-849 Beja, Portugal

Tel: (+351) 284 310 200 . Fax: (+351) 284 322 747

[www.ulsba.min-saude.pt](http://www.ulsba.min-saude.pt)



**SNS** SERVIÇO NACIONAL  
DE SAÚDE



**ULSBA**  
Unidade Local de Saúde  
do Baixo Alentejo, EPE

## DÊ SANGUE

O sangue tem identidade...  
a SUA!

## PORQUÊ DAR SANGUE?

O sangue é um bem escasso e necessário, que em diversas ocasiões é preciso em grandes quantidades e com urgência. Como não é possível ser fabricado, os dadores são o ponto de partida na terapia transfusional.

Graças à transfusão de sangue, é possível salvar muitas vidas.

Por cada dádiva, o Serviço de Imunohemoterapia consegue obter diversos componentes (concentrados de eritrócitos, concentrado de plaquetas, plasma, entre outros) que são necessários para o tratamento de muitas doenças.

## SELEÇÃO DE DADORES

Se alguém decide ser dador, deve responder de forma individual a um questionário que visa a sua proteção, assim como a proteção do receptor do sangue.

Se cumprir com os requisitos do questionário, é feita a medição da hemoglobina, através de uma picada no dedo. Segue-se a consulta médica onde são avaliados a história clínica e os parâmetros físicos e laboratoriais necessários para considerar apto um dador de sangue.

Neste caso, procede-se então à colheita de sangue, que demorará apenas alguns minutos. Depois, será servida uma pequena refeição.

## SABIA QUE...

Ao dar sangue não corre o risco de que lhe seja transmitida qualquer doença.

Todos os materiais usados na colheita são estéreis e descartáveis.

O seu sangue será estudado para detectar diferentes agentes infecciosos como o Vírus da Hepatite B e C, o Vírus da Imunodeficiência Humana 1 e 2 (HIV 1 e 2), Sífilis e Vírus T-Linfotrófico Humano I e II (HTLV I/II). Se alguma destas análises estiver alterada, será informado confidencialmente.

A dádiva de sangue é um acto voluntário.

Toda a informação que fornece é estritamente confidencial.

## O QUE É PRECISO PARA DAR SANGUE?

Trazer documentos que o identifiquem (B.I. e cartão de utente);

Ter mais de 18 anos e menos de 60;

Pesar mais de 50 kg;

Sentir-se bem;

Não estar em jejum, nem em período de digestão de uma grande refeição;

Não ter ingerido álcool nas últimas 12 horas;

Se é mulher, não estar grávida ou em período de amamentação;

Ter passado mais de 3 meses (homem) ou 4 meses (mulher) desde a última dádiva.

## NÃO PODE DAR SANGUE SE...

For diabético, dependente de insulina;

Sofrer do coração;

For epiléptico ou desmaiar frequentemente;

Alguma vez usou drogas;

Recebeu transfusões após 1980;

Fez tratamentos dentários na última semana;

Teve algum episódio de febre nas últimas duas semanas;

For portador de alguma doença infecto-contagiosa (Hepatite B, C ou SIDA) ou teve contactos susceptíveis do risco de as ter adquirido.

## O QUE FAZEM COM O SANGUE QUE É COLHIDO?

Técnicas simples de laboratório permitem que o sangue seja fraccionado nos seus diferentes componentes para assim poder dar a cada pessoa aquilo que necessita e tratar vários doentes com apenas uma única dádiva.

**CONCENTRADO DE ERITRÓCITOS:** É utilizado nas anemias, leucemias, em grandes perdas de sangue, no pré e pós operatório.

**CONCENTRADO DE PLAQUETAS:** É utilizado quando há uma diminuição acentuada do número de plaquetas e consequentes distúrbios da coagulação.

**PLASMA FRESCO CONGELADO:** É utilizado para tratar hemorragias devido a deficiências de factores de coagulação.

**CRIOPRECIPITADOS:** É utilizado para tratar distúrbios da coagulação.