



**MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO  
SECRETARIA DE EDUCAÇÃO PROFISSIONAL E TECNOLÓGICA  
INSTITUTO FEDERAL DE EDUCAÇÃO, CIÊNCIA E TECNOLOGIA DA PARAÍBA  
Campus Campina Grande  
Coordenação de Assistência à Saúde**

**Doar sangue é seguro?**

Doar sangue não oferece riscos ao doador porque nenhum material usado na coleta do sangue é reutilizado, eliminando assim qualquer possibilidade de contaminação de forma que a segurança na coleta de sangue é absoluta.

**Quanto tempo demora para doar sangue ?**

O ato de doar sangue leva em torno de dez minutos e acontece após consulta prévia com profissional de saúde que vai dizer se você está apto ou não a doar. No Hemocentro de Brasília, por exemplo, todo o processo dura em média 75 minutos.

**Quem doa sangue uma vez é obrigado a doar sempre?**

Não, doar sangue não cria dependência no organismo da pessoa. É um ato voluntário e que só depende da pessoa voltar ao Hemocentro, dentro do prazo mínimo de espera previsto, para fazer isso mais uma doação.

**Doar sangue engrossa ou afina o sangue ?**

Ao doar, o seu sangue não sofre qualquer alteração.

**Que quantidade de sangue é doado?**

Uma pessoa adulta tem em média 5 litros de sangue. Em cada doação o máximo de sangue retirado é de 450 ml.

**Quantas vezes por ano uma pessoa pode doar sangue?**

O homem pode doar de 2 em 2 meses, no máximo 4 vezes ao ano. Já a mulher somente de 3 em 3 meses, com no máximo 3 doações anuais.

**Qual é o tipo de sangue mais importante ?**

Todos. Não há tipo de sangue mais importante do que outros. Todos são importantes para salvar vidas.

**O que é um doador voluntário?**

É aquele que doa espontânea, altruísta e voluntariamente. A doação do voluntário é anônima, não vinculada a quem virá a precisar receber sangue por qualquer razão.

Orientações para doadores de sangue

O doador deve...

- Levar o documento oficial de identidade com foto (identidade, carteira de trabalho, certificado de reservista, carteira do conselho profissional ou carteira nacional de habilitação);



**MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO**  
**SECRETARIA DE EDUCAÇÃO PROFISSIONAL E TECNOLÓGICA**  
**INSTITUTO FEDERAL DE EDUCAÇÃO, CIÊNCIA E TECNOLOGIA DA PARAÍBA**  
**Campus Campina Grande**  
Coordenação de Assistência à Saúde

- estar bem de saúde;
- ter entre 16 (dos 16 até 18 anos incompletos, apenas com consentimento formal dos responsáveis) e 69 anos, 11 meses e 29 dias;
- pesar mais de 50 Kg;
- não estar em jejum; evitar apenas alimentos gordurosos nas três horas que antecedem a doação.

**Impedimentos temporários**

- Febre
- Gripe ou resfriado
- Gravidez
- Pós-parto: parto normal, 90 dias; cesariana, 180 dias
- Uso de alguns medicamentos
- Pessoas que adotaram comportamento de risco para doenças sexualmente transmissíveis

**Cirurgias e prazos de impedimentos**

- Extração dentária: 72 horas
- Apendicite, hérnia, amigdalectomia, varizes: três meses
- Colecistectomia, histerectomia, nefrectomia, redução de fraturas, politraumatismos sem seqüelas graves, tireoidectomia, colectomia: 6 meses
- Ingestão de bebida alcoólica nas últimas 12 horas
- Transfusão de sangue: 1 ano
- Tatuagem: 1 ano
- Vacinação: o tempo de impedimento varia de acordo com o tipo de vacina

**Impedimentos definitivos**

- Hepatite após os 11 anos de idade
- Evidência clínica ou laboratorial das seguintes doenças 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

**Intervalos para doação**



**MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO**  
**SECRETARIA DE EDUCAÇÃO PROFISSIONAL E TECNOLÓGICA**  
**INSTITUTO FEDERAL DE EDUCAÇÃO, CIÊNCIA E TECNOLOGIA DA PARAÍBA**  
**Campus Campina Grande**  
Coordenação de Assistência à Saúde

- Homens: 60 dias (até 4 doações por ano)
- Mulheres: 90 dias (até 3 doações por ano)

Cuidados pós-doação

- Evitar esforços físicos exagerados por pelo menos 12 horas
- Aumentar a ingestão de líquidos
- Não fumar por cerca de 2 horas
- Evitar bebidas alcóolicas por 12 horas
- Manter o curativo no local da punção por pelo menos quatro horas
- Não dirigir veículos de grande porte, trabalhar em andaimes, praticar paraquedismo ou mergulho
- Faça um pequeno lanche e hidrate-se. É importante que o doador continue se sentindo bem durante o dia em que efetuou a doação.

[Procure o hemocentro mais próximo e ajude a quem precisa.](#) Doar sangue é um gesto de amor.

**Doe sangue com responsabilidade**

Você sabe o que é janela imunológica?

Janela imunológica é o intervalo de tempo entre a infecção pelo vírus da aids e a produção de anticorpos anti-HIV no sangue. Esses anticorpos são produzidos pelo sistema de defesa do organismo em resposta ao HIV e os exames irão detectar a presença dos anticorpos, o que confirmará a infecção, caso ela tenha ocorrido.

Se um teste de HIV é feito durante o período da janela imunológica, há a possibilidade de apresentar um falso resultado negativo. Portanto, é recomendado esperar mais 30 dias e fazer o teste novamente. Entenda: [Quando devo fazer o exame para detectar o HIV?](#)

A sinceridade ao responder as perguntas do questionário que antecede a doação é importante para evitar a transmissão de doenças aos pacientes que receberão o sangue doado.

Nunca doe sangue se você quiser apenas fazer um exame para HIV/Aids. Nesse caso, procure um Centro de Testagem Anônima e gratuita.