

# Caravana de Doação de Sangue

## O QUE VOCÊ PRECISA SABER PARA DOAR **SANGUE**

Antes de qualquer coisa, é preciso ter consciência. Mesmo sendo algo simples e lindo de se fazer, precisamos saber se nosso sangue está saudável para ajudar outras pessoas. Caso tenha dúvidas, pergunte ao seu médico se você está apto para realizar a doação.

### Para doar sangue você precisa:

Estar em boas condições de saúde;  
Ter entre 16 e 69 anos, desde que a primeira doação tenha sido feita até 60 anos;  
Pesar no mínimo 50 kg;  
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 emitido por órgão oficial (Carteira de Identidade, Cartão de Identidade de Profissional Liberal, Carteira de Trabalho e Previdência Social);  
É necessário a autorização dos pais ou responsáveis para menores de 18 anos.

### 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 nos últimos 12 meses;  
Situações nas quais há maior risco de adquirir doenças sexualmente transmissíveis: aguardar 12 meses;  
Acre, Amapá, Amazonas, Rondônia, Roraima, Maranhão, Mato Grosso, Pará e Tocantins são estados onde há alta prevalência de malária. Quem esteve nesses estados deve aguardar 12 meses.

### Impedimentos definitivos:

- Hepatite após os 11 anos de idade\*;
- 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.

Contatos Voluntariado Viva Rio

[progvoluntariado@vivario.org.br](mailto:progvoluntariado@vivario.org.br) | 21 97167-8432



Salvando vidas,  
gota a gota



Período:  
**10 a 19**  
de junho.

*\*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; Hepatite viral (A): após os 11 anos de idade, se trouxer o exame do diagnóstico da doença, será avaliado pelo médico da triagem.*



VIVARIO  
VOLUNTARIADO