

VERIFIQUE ABAIXO AS CONDIÇÕES BÁSICAS PARA DOAR SANGUE:

QUEM PODE DOAR SANGUE?

- ✓ **TODA PESSOA SAUDÁVEL QUE TENHA ENTRE 16 E 69 ANOS DE IDADE:** Obs.: candidatos entre 16 e 17 anos, somente com a autorização de um dos pais (impresso no site hemominas.mg.gov.br). A idade máxima para a primeira doação de sangue é 60 anos. Os candidatos que já doaram pelo menos uma vez antes dos 60 anos, poderão doar até a idade de 69 anos mediante comprovante de doação.
- ✓ **TER PESO SUPERIOR À 51 Kg E INFERIOR À 150 Kg.** Obs.: IMC superior a 40: necessário avaliar criteriosamente comorbidades. Solicitamos a apresentação de relatório do médico assistente.
- ✓ **OS HOMENS PODEM DOAR A CADA 60 DIAS, NO MÁXIMO 04 VEZES NO PERÍODO DE 12 MESES.**
- ✓ **AS MULHERES PODEM DOAR A CADA 90 DIAS, NO MÁXIMO 03 VEZES NO PERÍODO DE 12 MESES.**

PARA DOAR SANGUE É NECESSÁRIO:

- ✓ APRESENTAR O DOCUMENTO OFICIAL COM FOTO. EX.: IDENTIDADE OU CARTEIRA PROFISSIONAL OU CERTIFICADO DE RESERVISTA OU CARTEIRA DE HABILITAÇÃO;
- ✓ DORMIR BEM NA NOITE ANTERIOR À DOAÇÃO (dormir no mínimo 04h na noite anterior à doação);
- ✓ ALIMENTAÇÃO – Se for doar pela manhã, tomar o café da manhã reforçado. Se for doar à tarde, é necessário almoçar (não pode ser lanche), e aguardar 03 horas após ter almoçado. Evite alimentos gordurosos;
- ✓ NÃO TER INGERIDO BEBIDA ALCOÓLICA 12 HORAS ANTES DA DOAÇÃO;
- ✓ NÃO TER TIDO HEPATITE APÓS OS 11 ANOS DE IDADE;
- ✓ NÃO TER FEITO CIRURGIA DE GRANDE PORTE NOS ÚLTIMOS 06 MESES OU DE PEQUENO PORTE NOS ÚLTIMOS 03 MESES; NÃO ESTAR COM FERIMENTO AINDA NÃO CICATRIZADO;
- ✓ NÃO ESTAR GRÁVIDA OU EM PERÍODO DE AMAMENTAÇÃO; O USO DE PÍLULA ANTICONCEPCIONAL E A MENSTRUAÇÃO NÃO IMPEDEM A DOAÇÃO;
- ✓ NÃO TER FEITO EXAME DE ENDOSCOPIA, COLONOSCOPIA OU BRONCOSCOPIA, NOS ÚLTIMOS 6 MESES;
- ✓ NÃO TER FEITO TATUAGEM, SOBRANCELHA DEFINITIVA (MICROPIGMENTAÇÃO) OU TRATAMENTO COM ACUPUNTURA, NOS ÚLTIMOS 12 MESES;
- ✓ NÃO TER FEITO PIERCING NOS ÚLTIMOS 6 MESES, OU 12 MESES SE SEM CONDIÇÕES DE AVALIAR ANTISSEPSIA ADEQUADA. QUANDO O PIERCING FOR LOCALIZADO EM ÁREA GENITAL OU NA BOCA, A DOAÇÃO DE SANGUE SOMENTE PODERÁ SER REALIZADA 12 MESES APÓS A SUA RETIRADA;
- ✓ NÃO TER PASSADO POR SITUAÇÃO DE RISCO PARA DOENÇAS SEXUALMENTE TRANSMISSÍVEIS;
- ✓ NÃO ESTAR FAZENDO USO DE DETERMINADOS MEDICAMENTOS.

ATENÇÃO PARA ALGUMAS QUESTÕES IMPORTANTES:

- ✓ **QUEM TEVE SINTOMAS DE ZICA, DENGUE E CHIKUNGUNYA PRECISA AGUARDAR 30 DIAS APÓS A CURA;**
- ✓ **QUEM TEVE COVID-19 E/OU GRIPE: AGUARDAR 10 DIAS APÓS A MELHORA.** (Se teve sintomas respiratórios com febre $\geq 38,0^{\circ}\text{C}$ aguardar 14 dias e sintomas sem febre aguardar 10 dias).
- ✓ **QUEM TEVE CONTATO PRÓXIMO COM PESSOAS COM COVID-19** (primeiros 10 dias da doença), **AGUARDAR 07 DIAS APÓS O ÚLTIMO CONTATO.** Profissionais de saúde que fizeram uso contínuo e correto de EPIs, durante atendimento a pacientes com Covid-19, podem doar.
- ✓ **QUEM TOMOU A VACINA CONTRA A GRIPE OU A CORONAVAC OU A COVAXIN: AGUARDAR 48 HORAS;**
- ✓ **QUEM TOMOU A VACINA ASTRazeneca / PFIZER / JANSSEN / MODERNA / SPUTNIK V: AGUARDAR 7 DIAS;**
- ✓ **QUEM TOMOU VACINA CONTRA FEBRE AMARELA OU SARAMPO AGUARDAR 30 DIAS.** (Outras vacinas ver no site)
- ✓ **QUEM TEM HIPOTIREOIDISMO:** Apto após controle se a causa não for uma tiroidite autoimune. Chamamos a atenção para o fato que a maioria é secundária à Tireoidite de Hashimoto, que é autoimune. Sugerimos a apresentação de relatório do médico assistente. **QUEM TEM HIPERTIREOIDISMO NÃO PODE DOAR SANGUE;**
- ✓ **QUEM TEVE DOENÇA DE CHAGAS OU CONTATO DOMICILIAR COM O BARBEIRO NÃO PODERÁ DOAR;**

OUTRAS CONDIÇÕES QUE TAMBÉM PODERÃO IMPEDIR A DOAÇÃO SERÃO AVALIADAS NA TRIGEM. VOCÊ PODE CONSULTÁ-LAS NO SITE > HEMOMINAS.MG.GOV.BR > DOAÇÃO E ATENDIMENTO AMBULATORIAL > CONDIÇÕES E RESTRIÇÕES.