

DOAÇÃO DE SANGUE

DE A A Z

Tudo o que você precisa saber






HEMOAM




O QUE PRECISO SABER PARA DOAR SANGUE



PARA DOAR, VOCÊ PRECISA:

-  **ESTAR COM BOA SAÚDE**
-  **TER IDADE ENTRE 16 E 69 ANOS***
*menores de 18 anos com companhia do pai, da mãe ou representante legal (tutor)
-  **PESAR MAIS DE 50KG**

PARA O DIA DA DOAÇÃO

-  **ESTEJA DESCANSADO***
*durma bem na noite anterior (no mínimo 6h)
-  **FAÇA UMA ALIMENTAÇÃO REFORÇADA DUAS HORAS ANTES**
-  **APRESENTE DOCUMENTO OFICIAL E ORIGINAL COM FOTO***
*não pode cópia, nem foto no celular

ONDE DOAR?

Avenida Constantino Nery, 4397, Bairro Chapada (ao lado do Centro de Convenções Vasco Vasques).

HORÁRIO

Segunda a sábado de 7h às 18h

QUANTO TEMPO DEMORA PRA DOAR?

Todo o processo dura em torno de 45 minutos.
Obs. O tempo pode aumentar em dias de campanha dependendo do fluxo de doadores.

DOAÇÕES NO INTERIOR

COARI - HEMOAM COARI

SEGUNDA A SEXTA, DE 8H ÀS 11H E DE 14H ÀS 17H

End: Rua 2 de Agosto S/N Bairro: Tauámirim.

HUMAITÁ - HOSP. LUÍZA CONCEIÇÃO

SEGUNDA A TERÇA, DE 8H ÀS 11H

Rua Dom José, bairro São Pedro

ITACOATIARA - HOSPITAL GERAL

SEGUNDA A SEXTA, DE 8H ÀS 12H E DE 14H ÀS 17H

Av. Acácio Leite, bairro Iracir

MANACAPURU - HOSPITAL REGIONAL

SEGUNDA A SEXTA, 8H ÀS 11H E DE 14H ÀS 16H

Rua Carolina Fernandes, bairro São José

PARINTINS

SEGUNDA A SEXTA, DAS 8H ÀS 17H

Pedro Ferreira Gonçalves, bairro São José

SÃO GABRIEL DA CACHOEIRA – HOSPITAL DE GUARNIÇÃO

SEGUNDA A SEXTA, DE 7H ÀS 13H

Rua Quintino de Sá Cavalcante, bairro Dabaru

TABATINGA

SEGUNDA A SEXTA, DE 8H ÀS 11H30 E DE 13H ÀS 16H30

Avenida da Amizade, bairro Centro

TEFÉ

SEGUNDA A SEXTA, DE 8H ÀS 11H30 E DE 14H ÀS 17H30

Estrada do Bexiga, bairro Fonte Boa

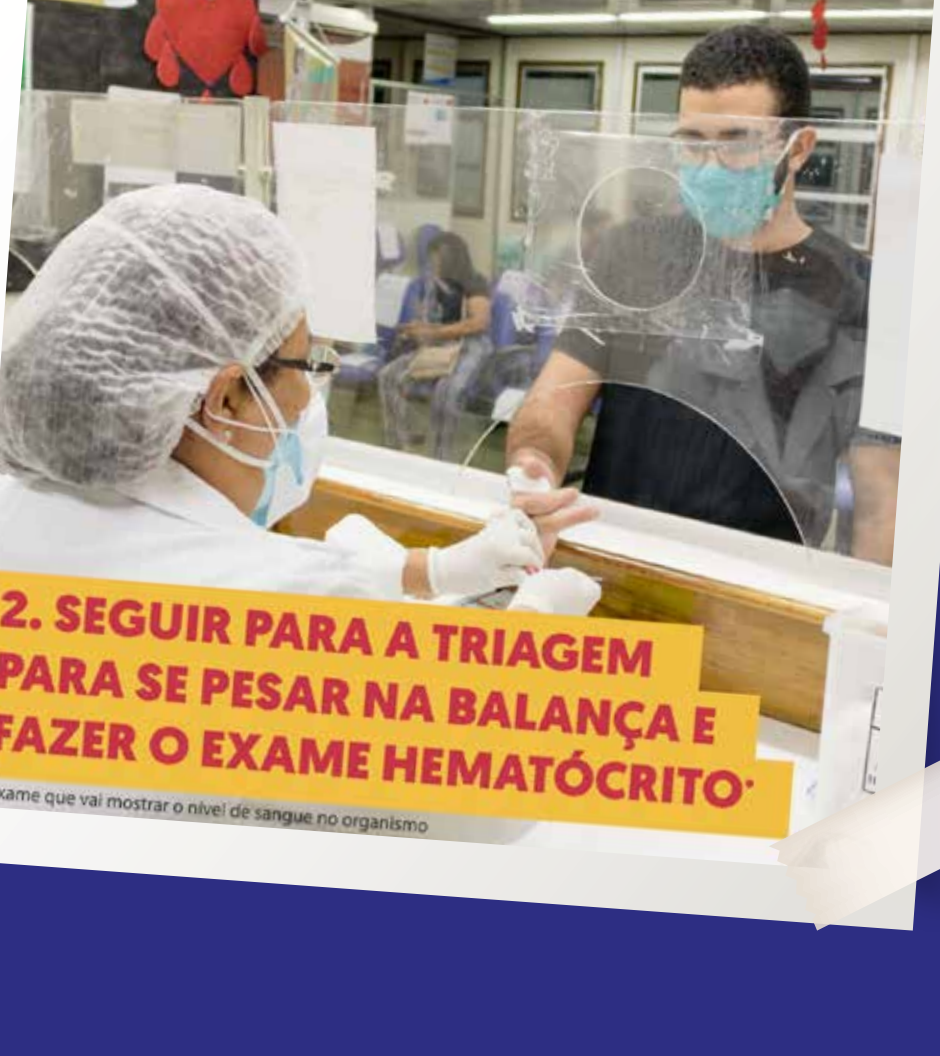


ETAPAS DA DOAÇÃO

NO HEMOAM:



1. FAZER O CADASTRO COM DOCUMENTO OFICIAL COM FOTO



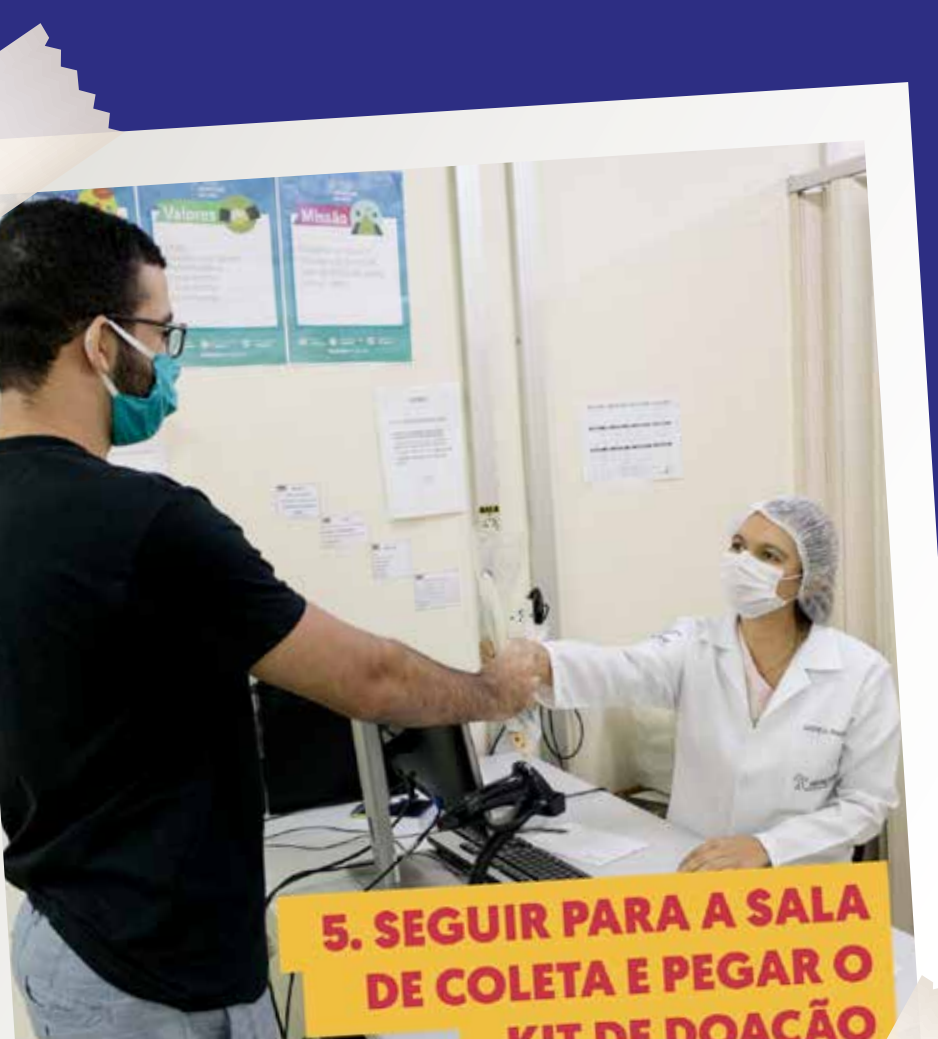
2. SEGUIR PARA A TRIAGEM PARA SE PESAR NA BALANÇA E FAZER O EXAME HEMATÓCRITO*



3. RESPONDER AS PERGUNTAS NA ENTREVISTA



4. HIDRATAR-SE COM SUCO



5. SEGUIR PARA A SALA DE COLETA E PEGAR O KIT DE DOAÇÃO



6. LAVAR OS BRAÇOS



7. SENTAR E RELAXAR QUE A HORA DE DOAR CHEGOU



8. COLOCAR O VOTO DE AUTOEXCLUSÃO NA CAIXA



9. LANCHAR E COMEMORAR. A DOAÇÃO CHEGOU AO FIM.

DOAR SANGUE SALVA VIDAS!

NA UNIDADE DE COLETA MÓVEL:



1. FAZER O CADASTRO COM DOCUMENTO OFICIAL COM FOTO



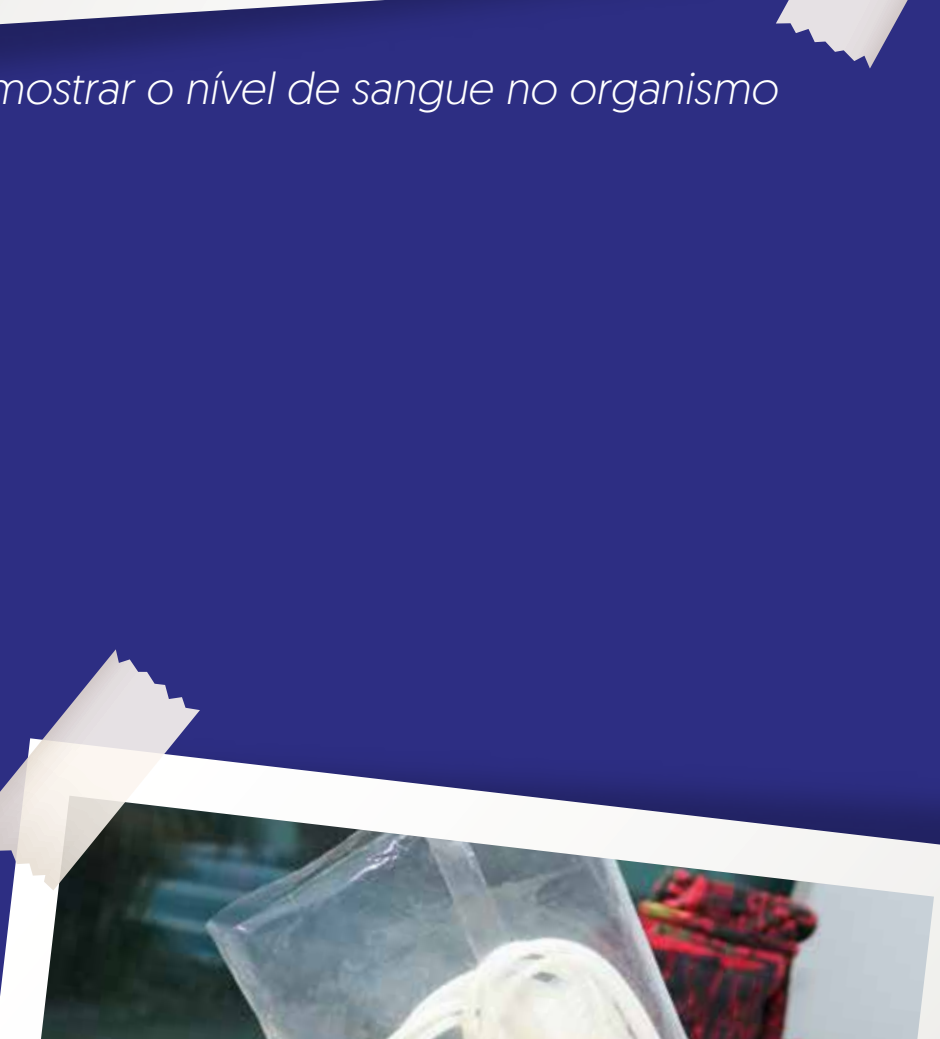
2. SEGUIR PARA O BALCÃO PARA PESAR NA BALANÇA E FAZER EXAME HEMATÓCRITO*

*exame que vai mostrar o nível de sangue no organismo

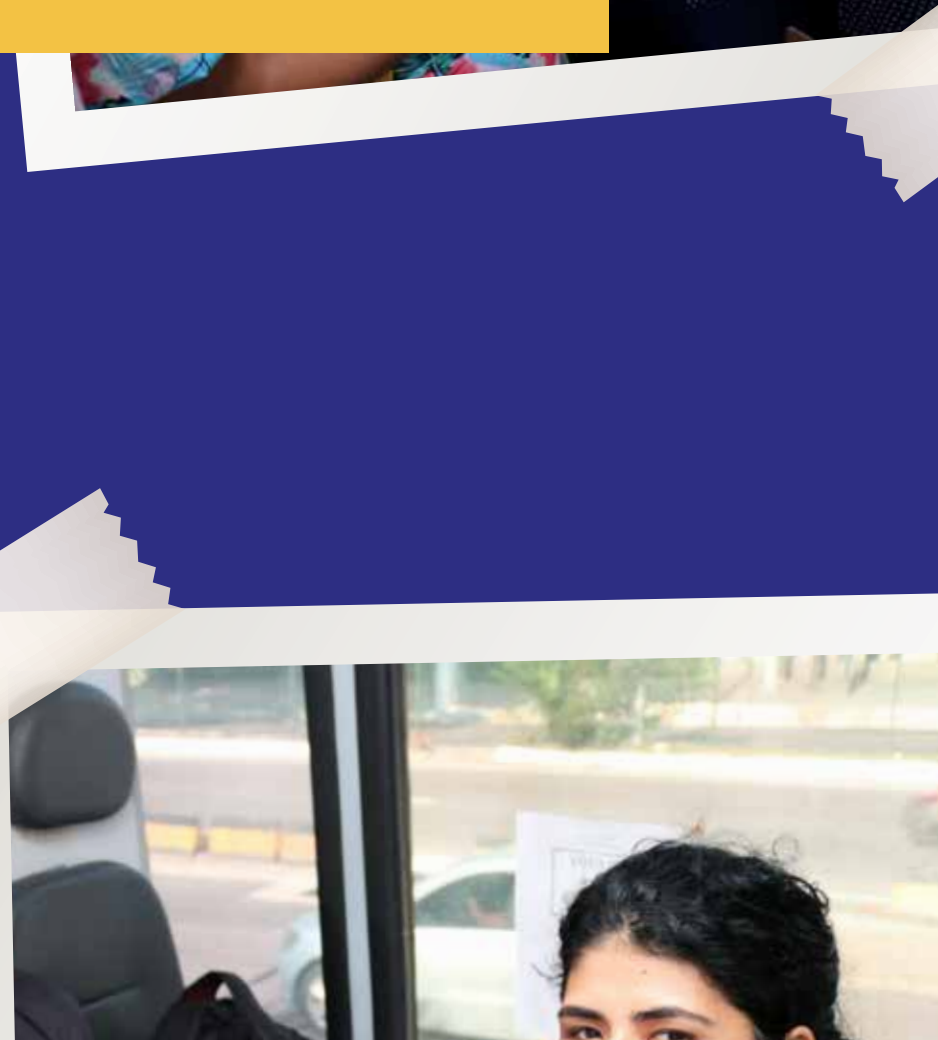


DENTRO DO ÔNIBUS

3. RESPONDER AS PERGUNTAS NA ENTREVISTA



4. RECEBER O KIT DE DOAÇÃO



5. HIDRATAR-SE COM SUCO



6. RELAXAR. A HORA DE DOAR CHEGOU!



7. LANCHAR E COMEMORAR. A DOAÇÃO CHEGOU AO FIM.

DOAR SANGUE SALVA VIDAS!

01

02

03

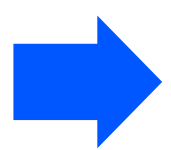
CHEGOU A SUA VEZ!

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

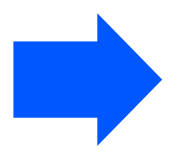
SAIBA COMO:



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 3ª doação.
De segunda a sexta, das 8h às 17h.

TIPOS:



ROSA OU AZUL:
DE 3 A 19 DOAÇÕES



PRATA:
DE 20 A 29 DOAÇÕES



OURO:
DE 30 A 49 DOAÇÕES



DIAMANTE:
ACIMA DE 50 DOAÇÕES

BENEFÍCIOS DA CARTEIRINHA DE DOADOR



DOADORES COM CARTEIRINHA TÊM BENEFÍCIOS.

Ao comprovar ao menos **DUAS** doações por ano, VOCÊ TEM DIREITO A:

- **CHECK UP** (exame de sangue completo + consulta com médico do Hemoam)

- **MEIA ENTRADA NO CINEMA***

*Lei municipal n.1546, de 10 de janeiro de 2011

- **MEIA ENTRADA EM EVENTOS CULTURAIS, ESPORTIVOS E ENTRETENIMENTO***

*Lei municipal n.1546, de 10 de janeiro de 2011

- **INSCRIÇÃO 0800 EM CORRIDAS DE RUA EM MANAUS***

*Lei municipal n.391 de 4 de setembro de 2014

- **INSCRIÇÃO 0800 EM CONCURSOS PÚBLICOS DO ESTADO***

*Lei Estadual n.404, de 12 de julho de 2017.

(O benefício é dado ao doador de sangue que comprovar 3 doações num período de 12 meses)

E MAIS:

Qualquer doador de sangue, seja de carteirinha ou não, tem direito a um dia de folga no trabalho. A folga está prevista no inciso IV do artigo 473 da CLT (Consolidação das Leis Trabalho).



DÚVIDAS

FREQUENTES

Eu fumo. Posso doar?

É só aguardar 2 horas sem fumar

Eu ingeri bebida alcoólica. E agora?

Aguarde completar 12 horas. Depois desse tempo, você pode doar

Eu fiz uma tatuagem. Tem como doar?

Depois de 6 meses você pode.

Eu tive hepatite. Posso doar?

Se for hepatite A pode doar desde que apresente comprovação. Em caso de hepatite B e C não pode.

Eu não sei meu tipo sanguíneo. É um problema?

Não se preocupe. Após a doação você vai saber. Temos um exame só pra isso.

Tenho que fazer algum exame antes de doar?

Não precisa. Tudo vai ser feito aqui no Hemoam.

Eu posso doar mais de uma vez por ano?

Sim! Se você for mulher pode doar até 3 vezes por ano. Se você for homem pode doar até 4 vezes por ano.

Eu doei sangue recentemente. Quando eu vou poder doar de novo?

Se você for mulher vai poder doar depois 3 meses. Se você for homem vai poder doar depois de 2 meses.

Eu posso doar durante a menstruação?

A menstruação não impede a doação. Mas para algumas mulheres, em que há perda maior de sangue no ciclo, pode ser melhor doar de 5 a 7 dias antes do período menstrual. E se a mulher costuma apresentar cólicas intensas, com necessidade de medicamentos, é prudente escolher um dia sem dor para a doação.

TUDO ISSO É

FAKE NEWS



Engorda? Emagrece?

Não engorda nem emagrece. Seu peso permanece o mesmo.



Engrossa ou afina o sangue?

O sangue permanece do mesmo jeito. Nada muda.



Dá coceira?

Não há evidência científica sobre isso.



Vicia?

A doação não tem relação com nenhum tipo de dependência e nem é um ato obrigatório.



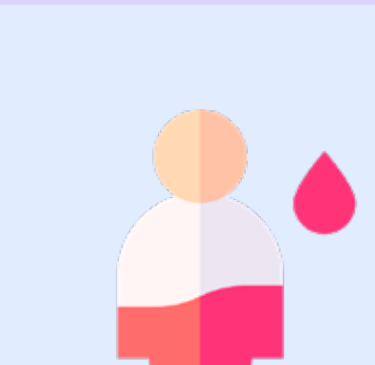
Causa doenças?

A doação é um ato seguro. Todo o material utilizado é descartável e não há contato com sangue de outras pessoas.



Dá fraqueza?

O corpo tem em média 5 litros de sangue. Na doação são coletados menos de 10% do volume de sangue. Algo em torno de 450 ml. Essa quantidade não afeta as funções do organismo.



Vai faltar sangue pra mim?

O corpo repõe todo o sangue doado a partir das primeiras 24 horas após a doação.

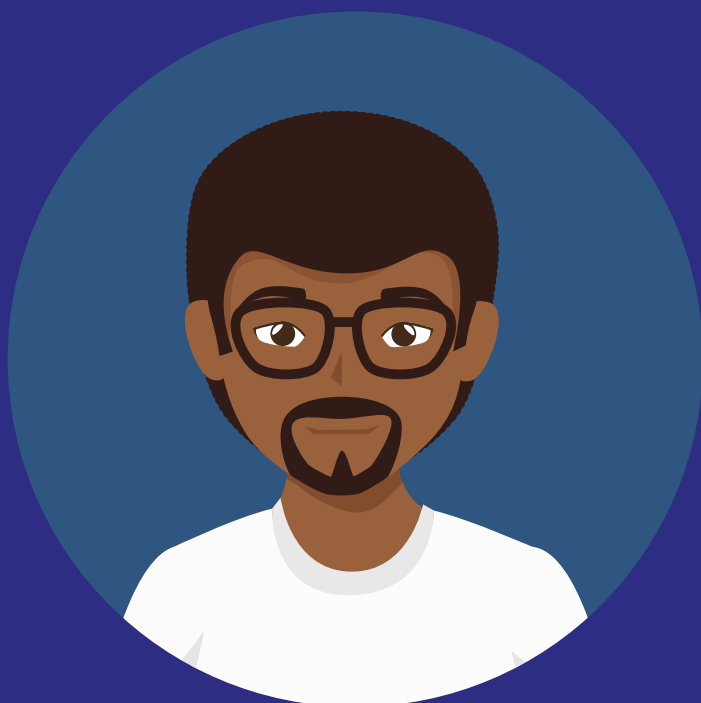


Tatuagem impede a doação pra sempre?

Não! É só aguardar 6 meses.

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)



ATENÇÃO: DE ACORDO COM A PORTARIA DE CONSOLIDAÇÃO Nº 5 DE 2017, DO MINISTÉRIO DA SAÚDE, EXISTE UM NÚMERO MÁXIMO PARA DOAÇÕES ANUAIS:

PARA HOMENS

4

DOAÇÕES A
CADA 12 MESES

PARA MULHERES

3

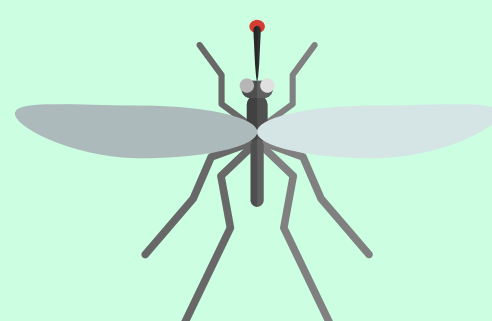
3 DOAÇÕES A
CADA 12 MESES

OBS: As mulheres doam menos devido à reposição dos estoques de ferro, que nas mulheres é mais demorada.

VEJA O QUE PODE IMPEDIR VOCÊ DE DOAR SANGUE!

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;
- **Tem comportamento sexual de risco.** (Consultar triagem)



DOENÇAS TROPICAIS

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

VACINAS

- ➔ **TRÍPLICE VIRAL** (Sarampo, Caxumba e Rubéola): 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 DEFINITIVOS

- Hepatite B e C;
- Cardíacos, câncer, doença de chagas, doenças auto-imunes;
- Tem diabetes;
- Tem HIV;
- Quem foi submetido a transplante de órgão ou de medula;
- Usa drogas ilícitas.

CUIDADOS APÓS DOAÇÃO

- Não dobrar o braço na primeira meia hora após a doação;
- Não pegar peso com o braço utilizado para a doação;
- Não fazer exercício físico nas 12 horas depois da doação (andar de bicicleta, carregar peso, fazer ginástica, faxinas domésticas, lavar roupas a mão);
- Não fumar por duas horas;
- Aumentar a ingestão de líquidos;
- Se for dirigir parar imediatamente o veículo em caso de mal estar.

ATIVIDADES QUE EXIGEM REPOUSO



Atletas devem aguardar 24 horas para voltar a praticar em ritmo de competição os seguintes esportes: ciclismo, natação, alpinismo, esportes automobilísticos, moto de competição, judô, boxe, futebol, basquete, vôlei, corrida e similares.



Operadores de máquinas, condutores de veículos coletivos rodoviários e ferroviários devem interromper suas atividades por 12 horas depois da coleta.



Mergulhadores, pilotos, paraquedistas, bombeiros e profissionais que atuam em andaimes devem interromper suas atividades por 24 horas depois da coleta.



*OBS: Em caso de febre, diarreia ou outro sintoma de doença infecciosa até 7 dias após a doação, comunicar imediatamente o Hemoam pelo telefone: **3655-0146/0158***



LEIA QUE É IMPORTANTE!

Se você toma algum remédio, tem alguma doença, fez algum procedimento cirúrgico ou ficou doente recentemente, ligue para o Serviço Social do Doador para saber se você pode doar no momento. O telefone é:
3655-0270 ou 98431-9920

**Buzz
Feed**

**QUER DESCOBRIR
SE VOCÊ TEM O
PERFIL PRA DOAR?**

CLIQUE AQUI



Para mais informações:

Captação de Doadores:
3655-0270 |  98431-9920
www.hemoam.am.gov.br



HEMOAM