

**Não hesite em contactar-nos  
Em caso de dúvida**

Praceta Prof. Mota Pinto  
3049-075 COIMBRA  
Telf. 239400546 / 400400 Ext. 12504  
Email. [dsangue@huc.min-saude.pt](mailto:dsangue@huc.min-saude.pt)  
[www.chuc.min-saude.pt](http://www.chuc.min-saude.pt)

### Horário de Colheitas - Posto Fixo

Edifício Central HUC  
Local: Piso 0 - Rés-do-chão  
(Por detrás dos elevadores)

Segunda a Sexta:  
09h/13h - 14h/17h

Sábados, Domingos e Feriados:  
09h/13h – 14/16h  
(Excepto Dia Natal; Ano Novo e Domingo de Pascoa)  
(Estacionamento reservado a Dadores Sangue)



## PARA SERES UM POTENCIAL DADOR BASTA



Ter 18 anos.



Ter 50 kg.



Sentires-te com saúde e teres  
hábitos de vida saudáveis.



Tomar a decisão de dar  
sangue.



Ires ao exame médico.  
Responde com sinceridade às  
perguntas que te são feitas.



Dar sangue. Todo o material  
utilizado está esterilizado e é  
usado uma só vez.



Tomar uma curta refeição.



**Dar Sangue salva vidas**



**TRANSFORMA-TE NUM HERÓI!**

**DÁ SANGUE!**

**COLHEITA SANGUE**

**25 NOV 2017**

**9/13H - SÁBADO**

**CENTRO APOIO SOCIAL**

**VILA MONSARROS**



**LEIA ESTE FOLHETO**

**ANTES DE DAR SANGUE**

## sangue

O sangue é um elemento insubstituível, que não se pode fabricar. Diariamente muitos doentes necessitam de uma transfusão de sangue para resolver os seus problemas de saúde, nomeadamente quando se está em **risco de vida**.

Dar sangue é um **ato seguro e simples**, durante a dádiva não existe nenhuma possibilidade de contrair qualquer doença.

O Processo de dádiva inclui: o registo de dados pessoais, um questionário para dadores de sangue e a assinatura do termo de consentimento informado.

Antes de efetuar a sua dádiva, um médico vai realizar uma entrevista confidencial, para avaliar as suas condições de saúde e descartar qualquer aspeto que o impeça de doar, vamos medir o pulso e a tensão arterial, assim como analisar uma pequena gota de sangue (teste da hemoglobina) para excluirmos uma possível anemia.

O sangue não é administrado aos doentes tal como se colhe, para ser administrado é submetido a um processo de separação, obtendo os seguintes componentes:

**Glóbulos Vermelhos:** têm como principal função transportar o oxigénio a todas as células do corpo. São utilizados principalmente em situações de anemia.

**Plaquetas:** utilizadas em doenças oncológicas e hematológicas, nos transplantes de medula óssea, etc., são fundamentais para parar uma hemorragia.

**Plasma:** contem, entre outras, as proteínas essenciais para a coagulação. É utilizado nas coagulopatias, nos grandes queimados, em doenças infecciosas.

## dádiva de sangue

Consiste na colheita de cerca de 450 ml de sangue



Os homens podem repetir a dádiva de três em três meses e as mulheres de quatro em quatro meses.

Ao dar sangue determinamos o seu grupo sanguíneo.



### COMPATIBILIDADE SANGUÍNEA

Tipos	A+	B+	AB+	O+	A-	B-	AB-	O-
AB+	Sim	Sim	Sim	Sim	Sim	Sim	Sim	Sim
A+	Sim	Não	Não	Sim	Sim	Não	Não	Sim
B+	Não	Sim	Não	Sim	Não	Sim	Não	Sim
O+	Não	Não	Não	Sim	Não	Não	Não	Sim
AB-	Não	Não	Não	Não	Sim	Sim	Sim	Sim
A-	Não	Não	Não	Não	Sim	Não	Não	Sim
B-	Não	Não	Não	Não	Não	Sim	Não	Sim
O-	Não	Não	Não	Não	Não	Não	Não	Sim

## cuidados a ter:

### Antes

Deves hidratar-te com líquidos como água ou chá no dia anterior e no próprio dia.

Deves evitar grandes períodos de exposição solar.

Deves tomar o pequeno-almoço se deres sangue de manhã.

Se deres sangue depois do almoço deves aguardar 3 horas para completar a digestão.

### Após

Deves continuar a hidratação.

Deves evitar grandes períodos de exposição solar.

Deves evitar exercícios físicos.