

GOTA de VIDA

*Doar sangue não custa nada,
mas vale muito!*

Traga seu documento com foto.

Aguarde 1h30 após o almoço, evitando
alimentação pesada.

Tenha dormido no mínimo 6 horas nas últimas 24 horas







Impedimentos:

- Gripe ou Febre
- Gravidez ou amamentação;
- Cirurgia de grande porte nos últimos 6 meses, parto normal 3 meses, e cesariana 6 meses;
- Hepatite após os 11 anos;
- Comportamento de risco para AIDS/DST'S;
- Endoscopia, colonoscopia e/ou tatuagem nos últimos 6 meses.

Cuidados após a doação:

- Beber bastante líquido;
- Manter o curativo por 4 horas;
- Evitar esforço ou exercícios por 24 horas;
- Não fumar por 2 horas;
- Não ingerir bebidas alcoólicas por 24 horas.

Mitos e Verdades

-  Doar sangue não vicia.
-  Doador não perde nem ganha peso.
-  Mulheres podem doar mesmo no período menstrual.
-  Doador não corre riscos de contrair doenças.
-  A doação leva de 7 a 15 minutos.
-  Homens podem doar a cada 60 dias e mulheres a cada 90 dias.