



## CENTRO DE INVESTIGAÇÕES DIAGNÓSTICAS Medicina e Segurança do Trabalho

### Orientações para habilitar doadores de sangue Instituto Nacional de Câncer

---

Há critérios que são aplicados para a **proteção do doador** e para gerar **segurança a quem vai receber o sangue**. Os mesmos permitem ou impedem uma doação de sangue e seguem o determinado por normas técnicas do Ministério da Saúde.

#### O doador deve:

- Trazer documento oficial de identidade com foto (identidade, carteira de trabalho, certificado de reservista, carteira do conselho profissional ou carteira nacional de habilitação);
- Estar bem de saúde;
- Ter idade entre 18 e 65 anos;
- Pesar mais de 50Kg;
- Não estar em jejum e evitar apenas alimentos gordurosos nas 4 horas que antecedem a doação;

#### Impedimentos temporários:

- Febre;
- Gripe ou resfriado;
- Gravidez;
- Pós parto: para parto normal = 90 dias e para cesariana = 180 dias;
- Uso de alguns medicamentos (checar relação no posto de doação);
- Pessoas que adotaram comportamento de risco para doenças sexualmente transmissíveis;

#### Cirurgias e prazos de impedimentos:

- Extração dentária: 72 horas;
- Apendicite, hérnia, amigdalectomia, varizes: 3 meses;
- Colectomia, histerectomia, nefrectomia, redução de fraturas, politraumatismos sem seqüelas graves, tireoidectomia, colectomia: 6 meses;
- Ingestão de bebida alcoólica no dia da doação;
- Transfusão de sangue: 1 ano;
- Tatuagem: 1 ano;
- Vacinação: o tempo de impedimento varia de acordo com o tipo de vacina;

#### Intervalos para doação:

- Homens: 60 dias (até 4 doações por ano);
- Mulheres: 90 dias (até 3 doações por ano);



## CENTRO DE INVESTIGAÇÕES DIAGNÓSTICAS Medicina e Segurança do Trabalho

### **Impedimentos definitivos:**

- Hepatite após os 10 anos de idade;
- Evidência clínica ou laboratorial das seguintes doenças 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;

### **Cuidados pós-doação:**

- Evitar esforços físicos exagerados por pelo menos 12 horas;
- Aumentar a ingestão de líquidos;
- Não fumar por cerca de 2 horas;
- Evitar bebidas alcoólicas por 12 horas;
- Manter o curativo no local da punção por pelo menos de 4 horas;
- Não dirigir veículos de grande porte, trabalhar em andaimes, praticar pára-queda ou mergulho;

**Em caso de dúvidas, entrar em contato com o Serviço de Hemoterapia do INCA pelo telefone 2506-6021 / 2506-6580 / 2506-6064.**

### **Doar sangue é um ato de responsabilidade:**

#### **Você sabe o que é janela imunológica?**

É o período entre a contaminação da pessoa por um determinado agente infeccioso (HIV, hepatite...) e a sua detecção nos exames laboratoriais. No período da janela imunológica, **os exames são negativos**, mas mesmo assim o sangue doado é capaz de transmitir o agente infeccioso aos pacientes que o receberem. A sinceridade ao responder as perguntas do questionário que antecede a doação é importante para evitar a transmissão de doenças aos pacientes.

**Nunca doe sangue** se você quiser apenas fazer um exame para AIDS. Neste caso, procure um Centro de Testagem Anônima e gratuita.

**Informe-se pelo Disque-Saúde: 0800-61-1997 ou pelos Centros de Testagem Anônima.**

#### **Onde doar:**

Hospital do Câncer I (Unidade Hospitalar do INCA)  
Praça Cruz Vermelha, 23 / 2º andar - Centro - Rio de Janeiro  
Horário: segunda a sexta-feira das 7h30 às 14h30  
sábado das 8h às 12h

**Para doação de plaquetas é necessário agendar pelo telefone 2506-6064**

Fonte: [www.inca.gov.br](http://www.inca.gov.br)