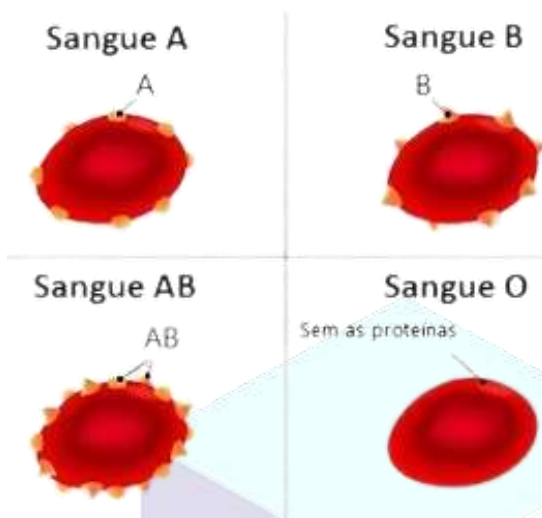


Introdução à Captação de Doadores de Sangue

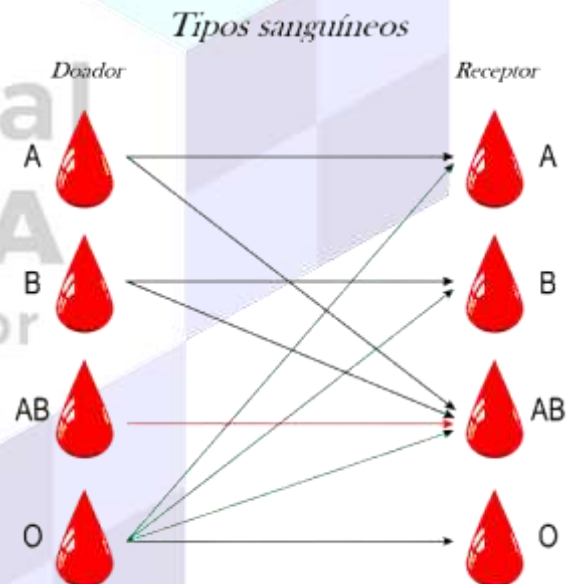


Como funciona a doação de sangue?



É bastante frequente ser questionado sobre qual é o seu grupo sanguíneo, o que geralmente significa saber a qual grupo do sistema ABO o seu sangue pertence. O sistema ABO consiste em proteínas presentes na superfície das células sanguíneas que determinam o tipo sanguíneo de uma pessoa, podendo ser A, B, AB ou O. A imagem ao lado pode ser utilizada como referência para entender melhor essa classificação.

Além do sistema ABO, existem outras proteínas presentes nas células sanguíneas que determinam o tipo Rh, que pode ser positivo ou negativo. Compreender a classificação sanguínea é essencial para garantir a compatibilidade na transfusão de sangue entre duas pessoas. Mas, a questão é: quem pode doar para quem? No caso da verificação apenas do sistema ABO, o esquema de doação é o seguinte:



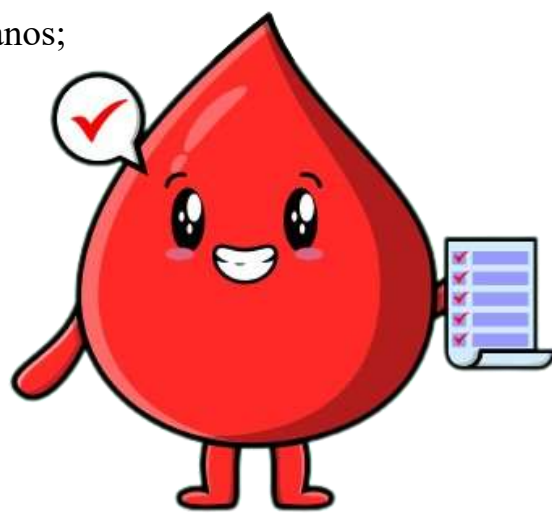
		DOADOR							
		O-	O+	B-	B+	A-	A+	AB-	AB+
RECEPTOR	AB+	●	●	●	●	●	●	●	●
	AB-	●		●		●		●	
	A+	●	●			●	●		
	A-	●				●			
	B+	●	●	●	●				
	B-	●		●					
	O+	●	●						
	O-	●							

Se considerarmos todas as particularidades do sangue humano, é necessário que haja compatibilidade tanto no sistema ABO quanto no Rh entre as pessoas envolvidas, e isso é o que é efetivamente feito na prática. Todas as características devem ser levadas em consideração, como pode ser observado na ilustração ao lado.

Afinal, quem pode doar?

Para garantir a segurança e o bem-estar de todas as pessoas envolvidas no processo de doação e recebimento de sangue, alguns critérios devem ser respeitados. São eles:

- Boa saúde, bom estado geral e ausência de febre;
- Vacinação em dia;
- Homens podem doar sangue no máximo quatro vezes por ano, e mulheres até três vezes, exceto em condições especiais avaliadas por profissionais competentes;
- Intervalo mínimo entre as doações de dois meses para homens e três meses para mulheres;
- Peso mínimo de 50 Kg, no entanto, pessoas com peso inferior a esse valor podem doar sangue se aprovadas por um profissional competente e ajustes necessários para a coleta forem realizados;
- Idade entre 16 e 69 anos, sendo que menores de idade devem ter autorização formal do seu responsável legal para doar sangue. Caso o candidato esteja fora dessa faixa etária, a doação pode ser realizada em casos tecnicamente justificáveis;
- Pressão arterial de até 180 x 100 mmHg e frequência cardíaca entre 50 e 100 batimentos por minuto. Pessoas que não atendem a esses parâmetros podem doar sangue após avaliação médica;
- Idade máxima para a primeira doação é de 60 anos;
- Exames laboratoriais normais;
- Ausência de lesões de pele no local da coleta.

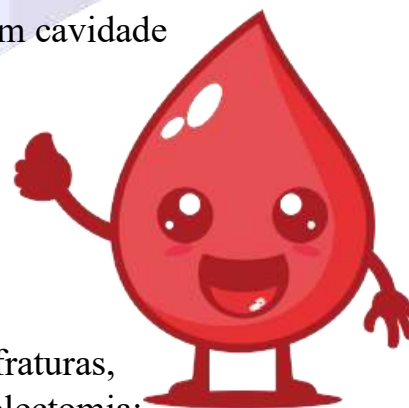




O que pode impedir temporariamente a doação?

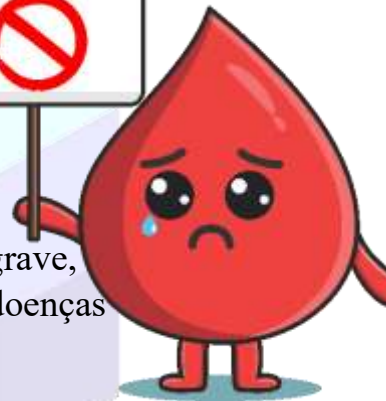
Existem algumas condições de saúde e hábitos de vida que podem impedir temporariamente um indivíduo de realizar a doação de sangue, um ato altruísta e importante. Abaixo estão listadas quais são essas condições:

- Gripe, resfriado e febre: aguardar 7 dias após o desaparecimento dos sintomas;
- Período gestacional;
- Período pós-gravidez: 90 dias para parto normal e 180 dias para cesariana;
- Amamentação: até 12 meses após o parto;
- Ingestão de bebida alcoólica nas 12 horas que antecedem a doação;
- Tatuagem e/ou piercing nos últimos 12 meses (piercing em cavidade oral ou região genital impedem a doação);
- Extração dentária: 72 horas;
- Apendicite, hérnia, amigdalectomia, varizes: 3 meses;
- Colectomia, histerectomia, nefrectomia, redução de fraturas, politraumatismos sem sequelas graves, tireoidectomia, colectomia: 6 meses;
- Transfusão de sangue: 1 ano;
- Vacinação: o tempo de impedimento varia de acordo com o tipo de vacina; Ex: Vacina contra COVID-19: 2 a 7 dias;
- Exames/procedimentos com utilização de endoscópio nos últimos 6 meses;
- Ter sido exposto a situações de risco acrescido para infecções sexualmente transmissíveis (aguardar 12 meses após a exposição).



Quem definitivamente NÃO pode doar?

- Infelizmente, algumas situações impedem a doação de sangue de forma permanente, pois apresentam grande risco para quem vai recebê-lo. São elas:
- condições prévias: choque anafilático, hepatite viral após os 11 anos de idade (exceto casos comprovados de hepatite A);
- gestantes;
- doenças atuais: diabetes mellitus, asma brônquica grave, câncer, doença cardiovascular grave, doença de Chagas, doenças autoimunes, doença pulmonar grave, anemia;
- alcoolismo crônico;
- infecção atual ou passada de hepatite B, hepatite C, HIV ou HTLV, sífilis, malária;
- comportamento de risco para infecções sexualmente transmissíveis;
- uso de drogas injetáveis e/ou compartilhamento de agulhas;
- uso de medicamentos que possam provocar danos em fetos de mulheres grávidas como Isotretinoína (medicamento para acne), Etretinate e Acitretina (medicamentos para psoríase), Finasterida (medicamento para doença de próstata ou para calvície) e Dutasterida (medicamento usado para tratar doença de próstata).



Portal
IDEA
.com.br

Posso e desejo doar.

O que fazer?

Aqui estão os passos para você, candidato (a) à doação, levar em frente essa ideia. É bem fácil, vem conferir!



AGENDE A DOAÇÃO

Por causa da pandemia, e com o propósito de evitar aglomerações, as doações são feitas mediante agendamento.



NÃO SE ESQUEÇA DA DOCUMENTAÇÃO: é obrigatória a apresentação de documentação para doação. Os documentos aceitos são: carteira de identidade civil ou profissional atualizada, ou carteira de trabalho atualizada com foto ou; habilitação com foto.



CUIDADOS PRÉ-DOAÇÃO

Cada local pode ter suas próprias regras para doação, então sempre pergunte sobre os cuidados que deve tomar. No entanto, seguem algumas regras gerais para a doação:

- Não estar em jejum e evitar alimentação gordurosa ;
- Ter dormido pelo menos 6 horas antes da doação;
- Não ter ingerido bebidas alcoólicas 12 horas antes da doação;
- Não fumar pelo menos duas horas antes da doação;
- Informar o uso diário de ácido acetilsalicílico (AAS, aspirina e outros) ou se houve uso recente desses medicamentos.





COMPARECER AO LOCAL NA DATA E HORÁRIO COMBINADO

Respeite as restrições temporárias e tome todos os cuidados pré-doação para que ela seja um sucesso. Ah, e não se esqueça de chegar no horário para coleta!



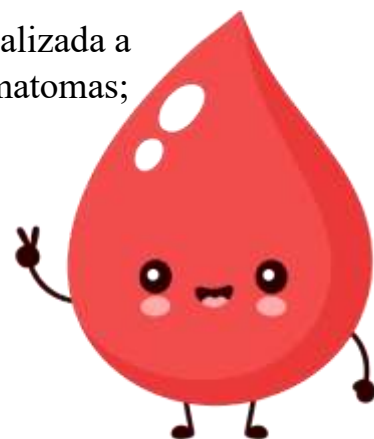
COMO É FEITA A DOAÇÃO:

- 1º) Cadastro do candidato à doação com a apresentação de documento oficial com foto.
- 2º) Verificação dos sinais vitais (pressão arterial, temperatura e batimentos cardíacos), peso e teste de anemia.
- 3º) Entrevista individual e sigilosa, em que serão avaliados os antecedentes e o estado atual de saúde do candidato à doação para determinar se a coleta poderá trazer riscos para ele ou para o receptor.
- 4º) Coleta de aproximadamente 450ml de sangue (pode variar de acordo com peso e estrutura corporal do candidato) e amostras para a realização dos testes laboratoriais.
- 5º) Após a doação de sangue o doador receberá um lanche. É recomendado que o doador permaneça no mínimo 15 minutos no hemocentro e beba bastante líquido no decorrer do dia.



CUIDADOS PÓS-DOAÇÃO:

- Não fumar por no mínimo duas horas;
- Nas 12 horas após a doação, não praticar exercícios físicos e atividades rigorosas ou perigosas, como subir em locais altos, dirigir caminhão, ônibus, operar maquinário pesado, etc.;
- Não carregar peso, especialmente no braço em que foi realizada a punção no dia da doação, para evitar sangramentos e hematomas;
- Manter o curativo por 4 horas após a doação.



Você sabia?

MITOS E VERDADES SOBRE A DOAÇÃO DE SANGUE

O intervalo entre doações de sangue é diferente entre homens e mulheres. Recomenda-se um período de 60 dias entre doações, se homens, e 90 dias, as mulheres. Contudo, recomenda-se que homens doem, no máximo, 4 vezes ao ano e mulheres, no máximo, 3 vezes ao ano.



São realizados exames de: HIV, HTLV 1 e 2, hepatites B e C, doença de Chagas e sífilis em todos os componentes do sangue. Somente se todos os resultados forem negativos, o sangue é liberado para uso.



Cada componente do sangue apresenta, se armazenado de forma correta, um determinado “prazo de validade”:

- concentrado de hemácias: 35 ou 42 dias;
- concentrado de plaquetas: 5 dias;
- plasma fresco congelado e crioprecipitado: 12 a 24 meses



Existe a possibilidade de doação autóloga, ou seja, o paciente doa sangue para si mesmo. Por exemplo, se o indivíduo for submetido a determinada cirurgia, semanas antes pode doar e, durante ou após o procedimento, recebe o sangue anteriormente coletado dele mesmo.

No Brasil, a doação de sangue **NÃO** é remunerada! Mas, podem existir benefícios para doadores, como: meia-entrada em cinemas, teatros, shows.



Mulheres que estiverem menstruadas podem, **SIM**, doar sangue durante esse período. A perda sanguínea acarretada pela menstruação é prevista e repostada pelo organismo feminino.

Doar sangue **NÃO** traz doenças. O procedimento é seguro, feito com material descartável e não há contato com sangue de outro indivíduo.



IDEA
.com.br

A doação **NÃO** deixa o sangue “mais fino” ou “mais grosso”. O corpo vê a doação de sangue apenas como estímulo para produção de novas células sanguíneas.

Doar sangue **NÃO** emagrece e **NÃO** engorda e o volume a ser doado corresponde a 8 ml/kg de peso corpóreo para mulheres e 9 ml/kg para homens.



Além da doação de sangue, é possível doar plaquetas!

O que são, afinal, as plaquetas? O sangue é composto de glóbulos vermelhos, glóbulos brancos plasma e plaquetas. As plaquetas ajudam no controle de sangramentos e parte delas pode ser doada sem causar prejuízo algum à saúde do doador. O processo que permite a separação e a coleta específica de plaquetas chama-se aférese.



Por que eu devo doar plaquetas? As transfusões de plaquetas são administradas para prevenir ou tratar o sangramento em pacientes com distúrbios das plaquetas. A doação de plaquetas beneficia muitos pacientes, especialmente aqueles em tratamento para leucemias e outros tipos de câncer, os submetidos a transplante de medula óssea, a cirurgias cardíacas, vítimas de traumas e até de queimaduras, dentre outros.



Quem pode doar plaquetas? São exigidos os mesmos requisitos exigidos para doação de sangue também servem para a doação de plaquetas, mas, em relação às mulheres, apenas aquelas que nunca engravidaram podem doar plaquetas. Ainda, o doador não deve ter feito uso de aspirina, AAS (ácido acetilsalicílico) ou anti-inflamatórios não-esteroides (AINES) nos três dias que precedem a doação.



Como é feita a doação de plaquetas? O sangue é retirado da veia de um dos braços, como na doação convencional. A diferença é que o sangue passa por um equipamento que retém parte das plaquetas e retorna para o doador, com todos os outros elementos. Esse processo é feito de forma segura com material descartável e livre de contaminações. Esta doação, que deve ser agendada com antecedência, dura cerca de uma hora e meia.



Existe algum risco ao doar plaquetas? São dois os principais motivos por que as mulheres são incluídas em grupos de risco para doação de plaquetas: a presença de um anticorpo (HLA) e o risco de contrair uma síndrome chamada Trali (do inglês, transfusion-related acute lung injury) ou lesão aguda pulmonar relacionada à transfusão.

Posso doar sangue e plaquetas no mesmo dia? O intervalo mínimo entre uma doação de sangue e uma doação de plaquetas é de 56 dias.



Já doei plaquetas. Quanto tempo devo esperar para realizar uma nova doação? Pode ser realizada a cada 72 horas, não ultrapassando 24 doações em 12 meses. Contudo, o limite máximo é de 4 (quatro) doações de plaquetas em 30 dias. A reposição das plaquetas pelo organismo é rápida e ocorre em torno de 48 horas.