

## **Estoque de sangue no ABC é suficiente para os próximos 15 dias**

---

Beatriz Gomes

Os estoques de sangue no ABC continuam baixos, apesar de serem suficientes para abastecer hospitais da região pelos próximos 15 dias. De acordo com a Colsan (Associação Beneficente de Coleta de Sangue), ainda sim, as plaquetas valem por apenas cinco dias e, com isso, não é possível manter estoque por muito tempo.

No momento, estão em falta todos os fatores Rh negativos (A, B, AB e O), e quem quiser doar, ajuda a abastecer hospitais de Santo André, São Bernardo, São Caetano e Mauá, além de equipamentos de saúde da Baixada Santista (Santos, Praia Grande, Itanhaém e Caraguatatuba).

### **Como fazer a doação?**

Para doar sangue, é preciso cumprir alguns requisitos básicos, entre eles: estar em boas condições de saúde, ter entre 16 e 69 anos (desde que a primeira doação tenha sido feita até 60 anos e menores de 18 anos necessário acompanhamento do responsável legal), pesar no mínimo 50kg, estar descansado (ter dormido pelo menos 6 horas nas últimas 24 horas), estar alimentado (evitar alimentação gordurosa nas 4 horas que antecedem a doação) e apresentar documento original com foto.

Não é necessário fazer o agendamento, mas o Colsan disponibiliza um aplicativo de agendamento para diminuir a espera do doador, que pode ser baixado nos links [apps.apple.com/br/app/colsan-doe-sangue-doe-vidas/id1519519330](https://apps.apple.com/br/app/colsan-doe-sangue-doe-vidas/id1519519330) e [play.google.com/store/apps/details?id=f5webnet.colsan&hl=de](https://play.google.com/store/apps/details?id=f5webnet.colsan&hl=de).

A Colsan possui três pontos de doação no ABC, em Santo André, São Bernardo e São Caetano. Veja os locais:

### **Hospital Estadual Mário Covas**

Rua Dr. Henrique Calderazzo, 321.

Santo André – Tels: 2829-5162 e 2829-5144.

Segunda a sábado das 7h30 às 15h (exceto feriado)

O atendimento é limitado a 180 candidatos aos sábados.

Estacionamento gratuito no local.

### **Hemocentro Regional São Bernardo– Colsan**

Rua Pedro Jacobucci, 440 – Jardim das Américas

São Bernardo –Tel: 4332-3900

Segunda a sábado das 8h às 15h30 (exceto feriados)

### **Núcleo Regional de Hemoterapia Dr. Aguinaldo Quaresma**

Rua Peri, 361 – Oswaldo Cruz

São Caetano – Tel: 4227-1083

Segunda a sábado das 8h às 12h (exceto feriados)

### **Outros critérios para doação**

Pessoas tatuadas podem doar sangue desde que a tatuagem tenha sido feita há, pelo menos, 12 meses. O mesmo vale para quem colocou algum piercing no corpo, sendo que o intervalo de tempo pode ser de seis meses a um ano. Caso o piercing esteja na cavidade oral ou região genital, a pessoa pode ser impedida permanentemente de doar sangue devido ao risco permanente de infecção.

- *É necessário estar de jejum para doar sangue?*

Não. A recomendação é que a pessoa esteja bem alimentada, descansada (dormir pelo menos seis horas na noite anterior à doação) e evite consumir produtos gordurosos três horas antes de doar sangue.

- *Qual o intervalo entre uma doação e outra?*

Os homens devem esperar dois meses entre uma doação e outra, e as mulheres precisam aguardar três meses. Há também um limite de doações de sangue por ano: quatro para eles e três para elas.

- *Quais são os impedimentos temporários para doar sangue?*

Pessoas com febre, gripe ou resfriado devem esperar sete dias após o desaparecimento dos sintomas para doar sangue. Mulheres no pós-parto devem esperar 90 dias no caso de parto normal e 180 dias depois de cesariana. Quem teve diarreia recente e grávidas ficam um período sem contribuir. Mulheres que amamentam devem aguardar até 12 meses após o parto.

No caso de transfusão de sangue, deve-se esperar um ano. Para quem se vacinou, o tempo de impedimento varia de acordo com o tipo de vacina, então pergunte para um especialista. Pessoas que extraíram algum dente aguardam 72 horas e

quem teve apendicite, hérnia, amigdalectomia ou varizes espera três meses.

- *Quais são os impedimentos definitivos para doar sangue?*

Segundo o Ministério da Saúde, diagnóstico de hepatite após os 11 anos de idade consiste em recusa definitiva do doador. Outras proibições incluem evidência clínica ou laboratorial de AIDS, vírus HIV, doenças associadas aos vírus HTLV I e II e doença de Chagas, uso de drogas ilícitas injetáveis e malária.

- *Qual a quantidade de sangue por doação?*

Uma pessoa adulta tem, em média, cinco litros de sangue. Em cada doação, o máximo de sangue retirado é 450 mililitros.

- *Quais precauções tomar após uma doação?*

A recomendações do Ministério da Saúde são evitar esforços físicos exagerados por pelo menos 12 horas, aumentar a ingestão de água, não fumar por duas horas, evitar bebidas alcoólicas por 12 horas, manter o curativo no local da punção por, pelo menos, quatro horas, não dirigir veículos de grande porte, não trabalhar em andaimes e não praticar paraquedismo ou mergulho. Logo após a doação, pode-se fazer um pequeno lanche.

- *Onde posso doar sangue?*

Para doar sangue, basta procurar as unidades de coleta de sangue, como os hemocentros.

- *Atestado*

Segundo as leis trabalhistas, o empregado que doa sangue pode deixar de comparecer ao serviço, sem prejuízo do salário, por um dia, a cada 12 meses, desde que a doação seja comprovada.

<https://www.reporterdiario.com.br/noticia/3219831/estoque-de-sangue-no-abc-e-suficiente-para-os-proximos-15-dias/>

**Veículo:** Online -> Site -> Site Repórter Diário

**Seção:** Saúde