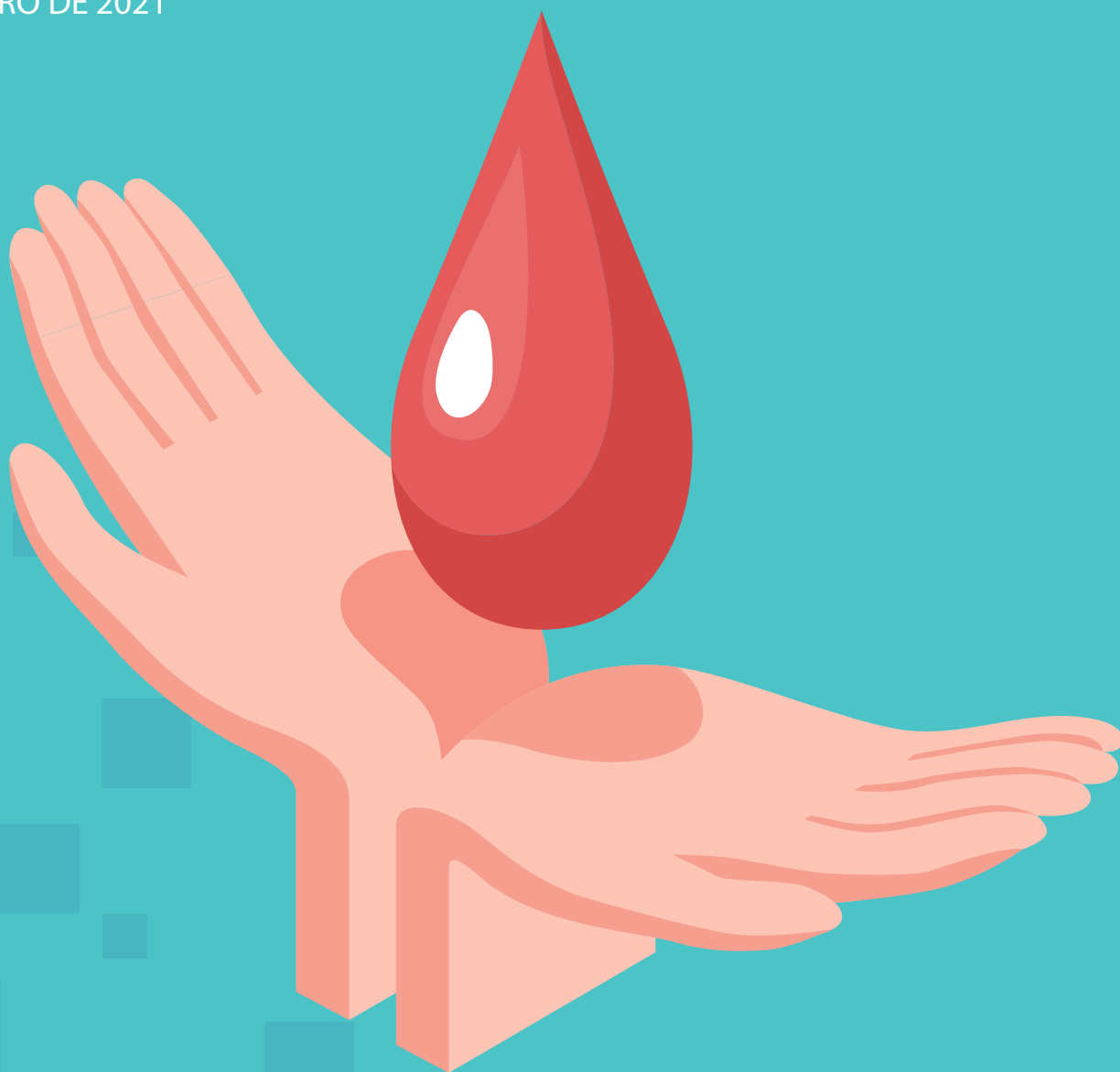


# DOAÇÃO DE SANGUE: UM GESTO DE SOLIDARIEDADE QUE SALVA VIDAS

Yassana Marvila Girondoli  
Nutricionista – Cass/Reitoria/Ifes

DEZEMBRO DE 2021



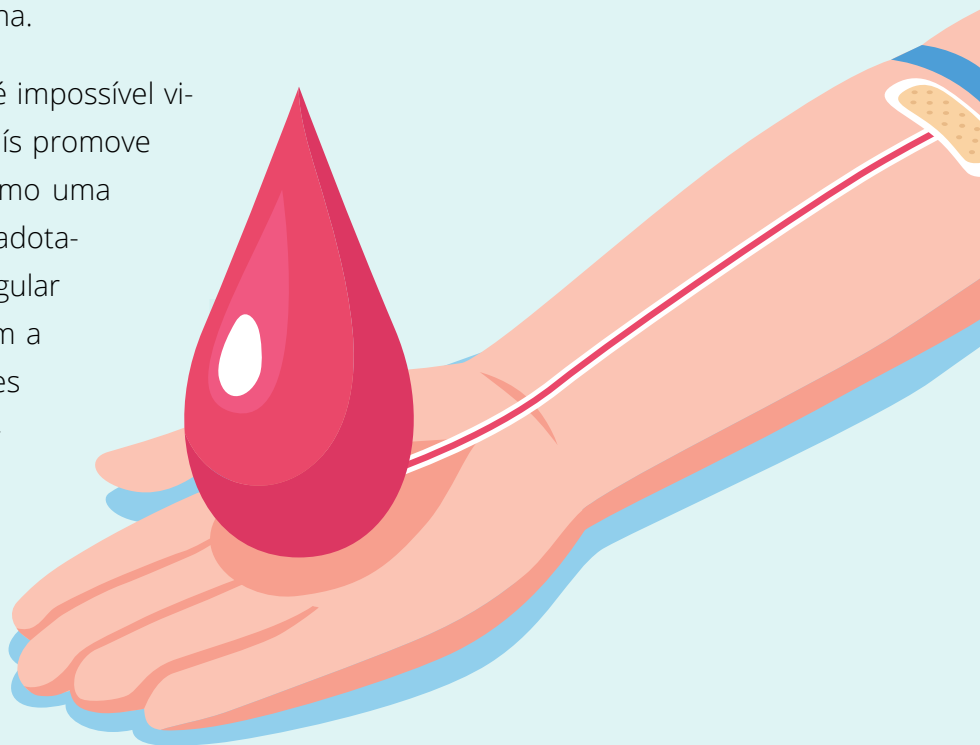
# DOAÇÃO DE SANGUE: UM GESTO DE SOLIDARIEDADE QUE SALVA VIDAS

A doação de sangue é um gesto solidário de doar uma pequena quantidade do próprio sangue (no máximo 450 ml) para salvar a vida de pessoas que se submetem a tratamentos e intervenções médicas de grande porte e complexidade, como transfusões, transplantes, procedimentos oncológicos e cirurgias. Além disso, o sangue também é indispensável para que pacientes com doenças crônicas graves, como doença falciforme e talassemia, possam viver por mais tempo e com mais qualidade, sendo também de vital importância para tratar feridos em emergência ou situação de calamidade.

Cada doação de sangue pode beneficiar até quatro pessoas, tendo em vista que o material coletado pode dar origem a um concentrado de hemácias, um plasma, uma plaqueta e um crio precipitado. Cada um desses componentes sanguíneos pode ser distribuído para pacientes distintos.

Estima-se que 66% das doações de sangue no Brasil são feitas voluntariamente, ou seja, de forma espontânea. Há também iniciativas que visam à reposição, principalmente quando um parente ou amigo doa para atender à necessidade de um paciente conhecido. Ademais, dados do Ministério da Saúde (MS) indicam que 1,6% da população brasileira é doadora de sangue, percentual este que corrobora a meta da Organização Mundial da Saúde (OMS). Entretanto, tal percentual poderia ser maior, uma vez que a demanda por doações de sangue é crescente com o passar do tempo, considerando o envelhecimento da população (aumento da expectativa de vida) e ao aumento da complexidade da medicina.

O sangue é insubstituível e sem ele é impossível viver. Nesse sentido, desde 2015, o país promove a campanha **“Junho Vermelho”**, como uma forma de incentivar os brasileiros a adotarem a cultura solidária da doação regular e espontânea de sangue. Porém, com a queda de 20% no número de doações nos últimos anos, foi necessário realizar outra campanha em março de 2021, denominada **“Meu Sangue Brasileiro”**, com o objetivo aumentar o número de doadores voluntários e manter os estoques de sangue sempre abastecidos.



Vale ressaltar que houve significativa redução na doação de sangue em todo o país desde o início da pandemia de Covid-19. De acordo com os dados do MS, em 2019 houve 3.271.824 coletas de sangue no Brasil. Já em 2020, registraram-se 2.958.665 coletas, uma baixa devido à circulação menor de pessoas provocada pelas medidas de prevenção e segurança contra o novo coronavírus. Nesse sentido, é necessário informar a população que todas as medidas de segurança em relação à Covid-19 estão sendo adotadas pelos hemocentros do país desde o início da pandemia, como condições de higiene e antisepsia adequadas na recepção dos doadores, coleta do sangue sem exposição a aglomerações por meio de agendamentos e distanciamento entre as cadeiras de coleta.

O MS alerta que, embora tenha havido redução das cirurgias eletivas no país em função da pandemia, permanece diária a demanda de sangue por pessoas que têm doenças crônicas, fazem tratamento de câncer, sofrem acidentes e têm complicações em cirurgias e partos que causam hemorragias, por exemplo.

No Brasil, existem 32 hemocentros públicos, com pelo menos um em cada estado. Além de 2.175 serviços de hemoterapia, entre públicos e privados. No Espírito Santo, contamos com os seguintes estabelecimentos na rede pública:

- **Hemocentro do Estado do Espírito Santo (Hemoes):** Tel. 3636-7920, 3636-7942 - Avenida Marechal Campos, 1.468, Maruípe, Vitória.
- **Unidade de Coleta à Distância da Serra:** Tel. 3218-9429, 3218-9242 - Avenida Eudes Scherrer Souza, s/n (anexo ao Hospital Estadual Dório Silva).
- **Hemocentro de Linhares:** Tel. (27) 3264-6000, 3264-6019 - Avenida João Felipe Calmon, 1.305, Centro (ao lado do Hospital Rio Doce).
- **Hemocentro Regional de Colatina:** Tel. (27) 3717-2801 - Rua Cassiano Castelo, s/n, Centro.
- **Hemocentro Regional de São Mateus:** Tel. (27) 3767-7957 - Rodovia Otovarino Duarte Santos, Km 02, Parque Washington.



Seguem abaixo algumas orientações do MS sobre a doação de sangue:

## O que é preciso para ser doador?

- Ter idade entre 16 e 69 anos, desde que a primeira doação tenha sido feita até 60 anos. Os menores de 18 anos devem ter consentimento formal do responsável legal;
- Pesar no mínimo 50 kg;
- Estar alimentado. Não ingerir alimentos gordurosos antes da doação;
- Ter dormido pelo menos 6 horas nas últimas 24 horas;
- Apresentar documento de identificação com foto emitido por órgão oficial. São aceitos documentos digitais com foto;
- Os doadores do sexo masculino devem manter um intervalo de dois meses entre uma doação e outra com o máximo de quatro doações no período de um ano. Para a mulher, o intervalo é de três meses com o máximo de três doações ao ano

## Impedimentos temporários para a doação:

- Gripe, resfriado e febre: aguardar 7 dias após o desaparecimento dos sintomas;
- Infecção pelo novo coronavírus: aguardar 30 dias após a completa recuperação;
- 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: aguardar 12 horas após o consumo;
- Exames/procedimentos com utilização de endoscópio nos últimos 6 meses;
- Vacina da febre amarela ou sarampo: aguardar 4 semanas após a vacinação;
- Tratamento dentário cirúrgico como extração, tratamento de canal: 7 dias após o procedimento e/ou suspensão dos medicamentos.

## Impedimentos definitivos para a doação:

- Ter passado por um quadro de hepatite após os 11 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 1 e 2 e doença de Chagas;
- Uso de drogas ilícitas injetáveis;
- Malária.

O procedimento para doação de sangue é simples, rápido e seguro. Não há riscos para o doador, pois nenhum material usado na coleta do sangue é reutilizado, o que elimina qualquer possibilidade de contaminação. Procure uma das unidades de coleta de sangue para checar se você atende aos requisitos necessários para a doação de sangue.

*Seja solidário e ajude o próximo! Quem doa sangue doa vida!*

## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS:

- BRASIL. Ministério da Saúde. **Doação de sangue**. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/composicao/saes/sangue>. Acesso em: 27 de outubro de 2021.
- SESA. Secretaria de Saúde do Estado do Espírito Santo. **Doação de sangue**. Disponível em: <https://saude.es.gov.br/doesangue>. Acesso em: 27 de outubro de 2021.
- FIOCRUZ. Fundação Oswaldo Cruz. **Bancos de sangue estão com estoque baixo na pandemia**. Disponível em: <https://portal.fiocruz.br/noticia/bancos-de-sangue-estao-com-estoque-baixo-na-pandemia>. Acesso em: 28 de outubro de 2021.
- AGÊNCIA BRASIL. **Covid-19: doações de sangue caem 20% e governo lança campanha**. Disponível em: <https://agenciabrasil.ebc.com.br/saude/noticia/2021-03/covid-19-doacoes-de-sangue-caem-20-e-governo-lanca-campanha>. Acesso em: 28 de outubro de 2021.