

# REQUISITOS PARA A DÁDIVA DE SANGUE

## Posso dar sangue?

Pode dar sangue se tiver bom estado de saúde, hábitos de vida saudáveis, peso igual ou superior a 50kg e idade compreendida entre os 18e os 65 anos. Para uma primeira dádiva, o limite de idade é aos 60 anos.

## Não dê sangue se:

- Alguma vez utilizou drogas por via endovenosa;
- Teve contatos sexuais a troco de dinheiro ou drogas;
- Sendo homem ou mulher, teve contatos sexuais com múltiplos(as) parceiros(as).

Se foi parceiro sexual de:

- Qualquer dos grupos anteriores;
- Seropositivo para o Vírus de Imunodeficiência Humana – VIH;
- Portador crónico do Vírus da Hepatite B e Hepatite C – VHB, VHC.

## E, ainda se:

- Tem história familiar de Doença de Creutzfeldt-Jakob e variante – DCJ, vDCJ;
- Fez tratamento com hormona de crescimento, pituitária ou gonadotrofina de origem Humana;
- Fez transplante de córnea ou dura-máter;
- Fez transfusão de sangue a partir de 1980;
- Tem Epilepsia, Diabetes insulino-dependente ou Hipertensão grave;
- Teve parto nos últimos 6 meses; está a amamentar (adiar 3 meses após cessar o aleitamento);
- Foi operado nos últimos 4 meses (6 meses caso tenha tido complicações);
- Fez endoscopia nos últimos 4 meses;
- Fez tatuagem ou piercing nos últimos 4 meses;
- Fez tratamento dentário (por exemplo extração dentária) há menos de uma semana;
- Teve um novo(a) parceiro(a) sexual nos últimos 6 meses.

## Intervalo entre dádivas:

Os homens podem dar sangue de 3 em 3 meses e as mulheres de 3,5 em 3,5 meses sem qualquer prejuízo para si próprios. Uma unidade de sangue total representa aproximadamente 450ml. Cada pessoa tem em circulação 5 a 6 litros de sangue, dependendo da sua superfície corporal. O sangue doado é rapidamente repostado pelo nosso organismo. Não há qualquer possibilidade de contrair doenças através da dádiva de sangue, pois todo o material utilizado é estéril e descartável, sendo usado uma única vez.