

# 14 de junho é dia Mundial do Doador de Sangue. Pratique cidadania. Doe sangue!



Hoje dia 14 de junho é dia Mundial do Doador de Sangue. A data é comemorada para conscientizar as pessoas sobre a importância em se doar sangue, ato que é responsável por salvar milhares de vidas, além de homenagem a todos os doadores de sangue.

## Caravanas de doações de sangue



Em Conselheiro Lafaiete, jovens se uniram e deram origem ao projeto “Geração Raiz”, através do qual são realizadas diversas ações em prol da comunidade Lafaietense.

Uma dessas ações é a caravana de doação de sangue que sai todos os meses de Conselheiro Lafaiete com aproximadamente 15 doadores em direção à cidade de São João del Rei onde as doações são feitas, já que Conselheiro Lafaiete não tem banco de sangue.

Segundo o coordenador do projeto, Matheus Júnior, tudo é realizado de forma gratuita através de uma parceria entre o “Geração Raiz” com a Maternidade São José e a prefeitura de Lafaiete. Os interessados em participar desse ato de solidariedade podem entrar em contato pelo telefone/whatsapp (31) 97361-6503.

## Quem pode doar?

### CRITÉRIOS PARA DOAR:

- Ter idade entre 16 e 69 anos, desde que a primeira doação tenha sido feita até 60 anos (menores de 18 anos devem possuir consentimento formal do responsável legal);
- Pesar no mínimo 50 kg;
- Estar alimentado. Evite alimentos gordurosos nas 3 horas que antecedem a doação. Caso seja após o almoço, aguardar 2 horas;
- Ter dormido pelo menos 6 horas nas últimas 24 horas;
- Apresentar documento de identificação com foto emitido por órgão oficial (Carteira de Identidade, Carteira Nacional de Habilitação, Carteira de Trabalho, Passaporte, Registro Nacional de Estrangeiro, Certificado de Reservista e Carteira Profissional emitida por classe).

### IMPEDIMENTOS TEMPORÁRIOS:

- 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 6 meses (piercing em cavidade oral ou região genital impedem a doação);
- Exames/procedimentos com utilização de endoscópio nos últimos 6 meses;
- Ter estado exposto a situações de risco acrescido para doenças sexualmente transmissíveis (aguardar 12 meses após a exposição).

#### **CRITÉRIOS DEFINITIVOS DE IMPEDIMENTO:**

- 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 I e II e Doença de Chagas;
- Uso de drogas ilícitas injetáveis;
- Malária.

Pratique cidadania. Doe sangue!