

○ Departamento de Saúde – DGPEs, em parceria com o HEMÓRIO convida:

Doação de Sangue no PJERJ DIA 20/10/2010

Um ato de Cidadania

**de 09:00h às 14:00h na sala anexa a
Biblioteca (Lâmina III – Térreo)**

1. Doar sangue:

- Não dói, nem prejudica a saúde
- Não “afina” e nem “engrossa” o sangue
- Não traz qualquer risco de contaminação, pois o material utilizado é descartável

2. Requisitos básicos para doação:

- **Levar carteira de identidade**
- Estar bem de saúde
- Idade entre 18 e 65 anos
- Peso maior que 50kg
- Não estar em jejum; basta evitar alimentos gordurosos (como leite e derivados) cerca de 3 horas antes da doação
- Não ser diabético
- Não ter tido hepatite B e/ou C
- Não ter feito tatuagem, furo na orelha ou piercing há menos de 1 ano
- Não estar incluído em grupos com ocorrência freqüente de situações de risco para contaminação pelo HIV

3. Situações que impedem provisoriamente a doação de sangue

Febre (acima de 37°C); Pressão arterial > 140x90 mmHg; gripe ou resfriado; anemia; gravidez ou puerpério; transfusão de sangue há menos de um ano; ingestão de bebida alcoólica no dia da doação; uso de medicamentos (nesse caso consultar o **DISQUE SANGUE 0800 2820708**)