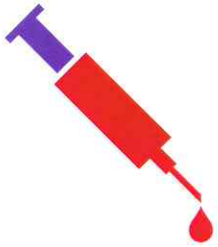
5. CONSEGUIREI ULTRAPASSAR O MEU RECEIO DE DAR SANGUE?

Um grande número de pessoas sente receio quando vai dar sangue pela primeira vez mas, logo a seguir, percebe que afinal a dádiva de sangue é um ato natural e simples. Observe o à-vontade e a descontração das pessoas que regularmente dão sangue e tire as suas conclusões.



6. AINDA NÃO ATINGI A MAIORIDADE. PODEREI DAR SANGUE?

Não. Para ser dador de sangue, terá de ter idade compreendida entre os 18 e os 65 anos (60 anos se for a primeira dádiva) e ter hábitos de vida saudáveis.

7. O MEU PESO SERÁ SUFICIENTE PARA SER DADOR?

Qualquer pessoa com peso igual ou superior a 50kg pode candidatar-se à dádiva de sangue.

8. JÁ DEI SANGUE ESTE ANO. POSSO REPETIR A DÁDIVA?

Sim. Pode repetir a dádiva sem qualquer inconveniente para a sua saúde e bem-estar. Qualquer pessoa pode dar sangue várias vezes por ano (os homens de 3 em 3 meses e as mulheres de 4 em 4 meses). Esta informação tem uma base científica segura e recolhe uma vasta experiência de muitos anos, abarcando milhões de dádivas em todas as partes do mundo.

9. É PERMITIDA A VENDA DE SANGUE?

Não. A venda ou comercialização do sangue e componentes sanguíneos está proibida por lei. Apenas poderão ser cobradas as despesas relativas ao processamento do sangue, isto é, os custos de material e exames laboratoriais necessários à preparação do sangue, para que este possa ser transfundido com a maior segurança, conforme tabela publicada no D.R.

10. APÓS A DÁDIVA SENTIR-ME-EI ENFRAQUECIDO?

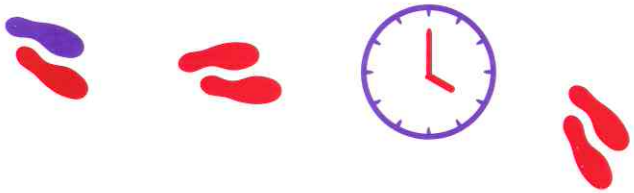
Não. Apenas lhe são colhidos cerca de 450ml de sangue. As proteínas e as células sanguíneas existentes neste volume de sangue são rapidamente repostas em circulação pelo organismo. Após a dádiva de sangue, qualquer pessoa pode voltar à sua ocupação normal. Contudo, algumas atividades como, por exemplo, as exercidas pelos pilotos de avião, maquinistas de comboio ou mergulhadores, não devem ser retomadas nas horas seguintes à dádiva.

11. SEI QUE MUITAS PESSOAS DÃO SANGUE. A MINHA DÁDIVA IRÁ FAZER A DIFERENÇA?

É verdade que já existem muitas pessoas que dão sangue, mas a necessidade de sangue, componentes e derivados é diária graças aos progressos da ciência médica e à crescente extensão dos benefícios de uma assistência que se pretende de melhor qualidade, a um número cada vez maior de pessoas. As necessidades terapêuticas em sangue dos doentes só se podem satisfazer se houver dadores, isto é, pessoas em boas condições de saúde e com hábitos de vida saudável, como você.

12. QUANTO TEMPO TEREI DE DISPENSAR PARA DAR SANGUE?

Todo o percurso da dádiva, iniciando-se na inscrição, passando pela triagem clínica, colheita e terminando na refeição, demora cerca de 30 a 45 minutos. Se por um instante pensar no bem que faz com a sua dádiva de sangue, rapidamente concluirá que esse tempo será muito bem empregue. Verá que não está tão ocupado como julga.



13. ONDE PODE DAR SANGUE?

Dirija-se ao Instituto Português do Sangue e da Transplantação, IP ou a um hospital com serviço de colheita de dadores. A sua visita será sempre bem recebida e terá todas as informações que desejar. Para obter mais informações sobre os locais de colheita, poderá consultar os sites www.ipst.pt e www.dador.pt.

14. PODEREI SER RECUSADO COMO DADOR DE SANGUE?

Sim. Poderá ficar suspenso por múltiplas razões. Por isso é que a triagem clínica se reveste de tanta importância, pois ao avaliarmos o seu estado geral de saúde, estamos a salvaguardar o seu bem-estar e o do recetor.

15. A DÁDIVA DE SANGUE É UMA OBRIGAÇÃO?

Ninguém é obrigado a dar sangue e ninguém deve ser pressionado a isso. A dádiva é um ato livre e voluntário de pessoas de bem, habituadas a pensar nos outros. Não esqueça, no entanto, que muitas pessoas precisam do sangue que só você pode dar, porque é saudável!

16. SE RECORRER A UM SERVIÇO PRIVADO TEREI ACESSO AO SANGUE QUE NECESSITAR?

Sim. Todos os cidadãos independentemente das condições económicas e sociais em que se encontrem e da instituição de saúde onde estejam hospitalizados, têm igual acesso à utilização terapêutica do sangue, seus componentes e derivados. No entanto, cabe aos cidadãos o dever social de contribuírem para as necessidades colectivas em sangue. Para que tudo funcione bem e sem riscos, o sangue deve estar à espera do doente e não o contrário.

17. SERÁ QUE O MEU SANGUE É BOM?

Uma amostra do seu sangue será analisada. Se for detetada alguma alteração terá conhecimento e será informado sobre as medidas a tomar.

18. CAUSA-ME TRANSTORNO DESLOCAR-ME PARA DAR SANGUE. HAVERÁ OUTRA FORMA DE DOAR?

Pode escolher o dia e hora que mais lhe convier. Nos centros do IPST, IP pode dar sangue de Segunda a Sábado. No entanto, se não for possível, contacte-nos. Poderemos analisar a possibilidade de ir ao seu local de trabalho, particularmente se quiser colaborar connosco, divulgando esta ideia e motivando os colegas de trabalho a participarem também.

19. PODEREI DAR SANGUE APENAS QUANDO ALGUÉM PRÓXIMO DE MIM PRECISAR DELE?

Sim. No entanto, lembre-se que um dia pode precisar de sangue e será alguém desconhecido que o ajudará. Em situações de catástrofe, geralmente não falta sangue. Mas as carências reais, muitas vezes dramáticas, sentem-se no dia-a-dia dos serviços de sangue. Faça a sua dádiva regularmente para que o doente receba a transfusão atempadamente.

20. PODEREI AUSENTAR-ME DO MEU LOCAL DE TRABALHO PARA DAR SANGUE?

Sim. Desde que lhe seja concedida autorização para o efeito. Informe-se junto da sua sua entidade patronal, sobre as respectivas condições.