

DOE A QUEM DOER!

Doar sangue é a forma mais rápida de se tornar o herói de alguém (ou alguéns!). Que tal carregar o orgulho de ter salvo algumas vidas?

Você sabia que, com uma única doação, você pode salvar até 3 vidas? E que esta atitude pode ajudar em inúmeros tratamentos? Bom, agora que você já sabe, saiba também:

Quem pode doar

- Pessoas entre 16 e 69 anos
- Pesando mais de 50 kg

Após 24h, seu corpo já começa a repor o volume de sangue doado e se preparar para ser herói novamente, em breve.

Mas até quantas vezes doar?

- **Homens:** 60 dias (máximo de 4 doações nos últimos 12 meses)
- **Mulheres:** 90 dias (máximo de 3 doações nos últimos 12 meses)

Quem não pode

- Pessoas que tiveram hepatite após os 11 anos
- Portadores de DSTs
- Pessoas com Doença de Chagas e Malária
- Usuários de drogas ilícitas injetáveis
- Pessoas que foram tatuadas há menos de um ano

Se tatuou, mas quer continuar salvando vidas?

Se você é um herói nato e acha um ano tempo demais, dá para entrar em ação de outra forma: e se, durante esse tempo, você tentasse angariar o máximo de doadores? Conseguindo ao menos um, essa licença temporária já terá valido a pena.

Fontes:

1. <https://www.inca.gov.br/perguntas-frequentes/doacao-de-sangue?page=1>
2. <https://www.lifetothe fullest.abbott/pt/articles/saiba-mais-sobre-doacao-de-sangue.html>
3. http://www.prosangue.sp.gov.br/artigos/requisitos_basicos_para_doacao.html
4. http://www.prosangue.sp.gov.br/artigos/requisitos_basicos_para_doacao.html
5. <http://www.brasil.gov.br/noticias/saude/2016/11/campanha-alerta-para-importancia-de-doacoes-de-sangue-durante-todo-o-ano>
6. <http://agenciabrasil.ebc.com.br/geral/noticia/2016-11/menos-de-2-da-populacao-doa-sangue-regularmente-diz-ministerio-da-saude>

