



# TENHA ATITUDE NAS VEIAS, DOE SANGUE

A doação de sangue é um processo simples, fácil, rápido, seguro e não dói.  
Basta comparecer a um banco de sangue ou em um hemocentro.

Você pode salvar uma vida, assim como alguém pode um dia salvar a sua.

**SEJA UM VOLUNTÁRIO, DOE SANGUE!**

## QUEM PODE DOAR?

- Pessoas entre 18 e 65 anos.
- Ter peso acima de 50 kg.
- Não estar grávida e nem amamentando.
- Não ter ingerido bebidas alcoólicas 24 horas antes da doação.
- Não ser usuário de drogas.
- Não ser portador de doenças infectocontagiosas (sífilis e HIV).
- Não ter sido acometido de hepatite durante 10 anos.
- Não ter recebido transfusão de sangue há menos de um ano.
- Não ter sido operado nos últimos 6 meses.
- Estar bem de saúde.
- Não estar em jejum e evitar alimentos gordurosos 4 horas antes da doação.
- Não estar fazendo uso de medicamentos.
- Não realizar exercícios físicos antes da doação.
- Não ter colocado piercing ou feito tatuagem nos últimos 12 meses.
- Não ter realizado endoscopia nos últimos 12 meses.
- Evitar fumar 2 horas antes da doação.

## ONDE DOAR:

- **HEMOCENTRO DE JARAGUÁ DO SUL (HEMOSC)**  
Endereço: Rua Waldemiro Mazurechen, 80 - Centro  
Anexo ao Hospital São José  
Horário de Atendimento:  
Segunda a sexta-feira: 7h às 12h (para doação) e das  
7h às 16h (atendimento).  
Telefone: (47) 3055-0454
- **HEMOCENTRO REGIONAL DE BLUMENAU (HEMOSC)**  
Endereço: Rua Theodoro Holtrup s/n – Vila Nova  
Horário de Atendimento:  
Segunda a Sexta: 7h15 às 18h30  
(doação e atendimento)  
Sábado: 7h15 às 11h (doação e atendimento)  
Telefone: (47) 3222-9800

## COMO DOAR?

- Comparecendo aos hospitais do seu município ou cidades mais próximas que tenham banco de sangue ou hemocentro.
- Levar um documento oficial com foto (identidade, carteira de trabalho, certificado de reservista ou carteira nacional de habilitação).
- Homens podem doar a cada 60 dias (até 4 vezes ao ano).
- Mulheres podem doar a cada 90 dias (até 3 vezes ao ano).

SANGUE TIPO:	DOA PARA:	RECEBE DE:
A	A e AB	A e O
B	B e AB	B e O
AB	AB	A, B, AB e O
O	A, B, AB e O	O
Rh Positivo	Rh Positivo	Rh Positivo Rh Negativo
Rh Negativo	Rh Positivo Rh Negativo	Rh Negativo

**Colegiado de  
Assistência Social  
da AMVALI**

