

# Comunica UNIRIO



Informativo da Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro destinado aos servidores

Coordenadoria de Comunicação Social— 8 de janeiro de 2018

## Doe sangue, salve vidas



### REQUISITOS BÁSICOS PARA DOAR SANGUE

- Portar documento oficial de identidade com foto (identidade, carteira de trabalho certificado de reservista ou carteira do conselho profissional)
- Estar bem de saúde
- Ter entre 16 (\*) e 69 anos, 11 meses e 29 dias (\*) jovens com 16 e 17 anos podem doar com autorização dos pais e / ou responsáveis legais e um documento de identidade original desse responsável. [Modelo de autorização no site do Hemorio.](#)
- Pesarem no mínimo 50 Kg
- Não estar em jejum. Evitar apenas alimentos gordurosos nas 3 horas que antecedem a doação

### • ALGUMAS SITUAÇÕES QUE IMPEDEM PROVISORIAMENTE A DOAÇÃO DE SANGUE:

- Febre - acima de 37°C
- Gripe ou resfriado
- Gravidez atual (90 dias após o parto normal e de 180 dias após a cesariana)
- Amamentação (até 1 ano após o parto)
- Uso de alguns medicamentos
- Anemia
- Cirurgias
- Extração dentária 7 dias
- Tatuagem ou piercing: 01 ano sem doar (Piercing na cavidade oral e/ ou região genital: 01 ano sem doar após a retirada)
- Vacinação: o tempo de impedimento varia de acordo com o tipo de vacina
- Transfusão de sangue: impedimento por 01 ano

Essas e outras informações: <http://www.hemorio.rj.gov.br/>

Seja sustentável: imprima somente o necessário.

Referência: Copesi (Comissão Permanente de Sustentabilidade Institucional/UNIRIO)



Siga-nos no Twitter: @comunicaunirio