

O Serviço de Imunohemoterapia da ULS São João (ULSSJ) é uma referência, não só pela qualidade do serviço prestado a todos os utentes e dadores, que se unem em prol da vida, para salvar vidas, assim como pelos meios que tem ao seu dispor. A dádiva de sangue é necessária, pois só assim o Banco de Sangue pode dar resposta a todos os doentes do São João.

Ao dar sangue no Banco de Sangue do São João, está a dar provas do seu amor à vida.

**Doe Sangue. Salve Vidas.**

## NOVO HORÁRIO

Segunda a sexta-feira: 08h30-19h15

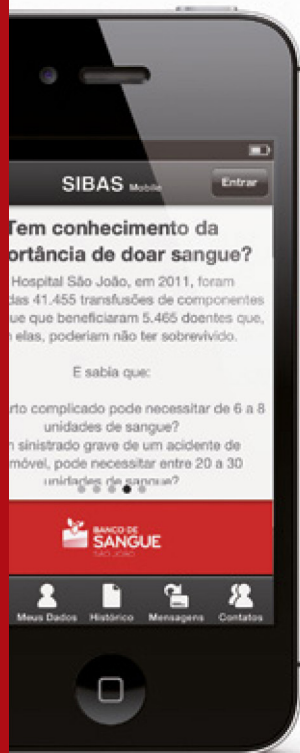
Sábados: 09h00-12h30 e 14h30-19h15

Domingos e Feriados: 09h00-12h30

(Obs: De segunda a sábado as inscrições para primeiras dádivas terminam às 19h00)

Para entrar nas nossas instalações, quer se encontre a pé ou de carro, pode aceder ao perímetro do hospital pela portaria localizada na Rua Dr. Roberto Frias (junto à entrada do INEM), de modo a chegar até nós sem ter nenhum contacto com o edifício principal. O Banco de Sangue São João dispõe de parque de estacionamento gratuito destinado a dadores quando vêm efetuar dádivas de sangue.

Se tiver dúvidas, fale com o médico do Banco de Sangue São João ou envie um e-mail para [sih@ulssjoao.min-saude.pt](mailto:sih@ulssjoao.min-saude.pt). Consulte igualmente a nossa página do [facebook.com/bancodesanguesaojoao](https://www.facebook.com/bancodesanguesaojoao)



A ULS São João tem uma aplicação móvel que acrescenta valor para o dador de sangue.

A nossa aplicação é gratuita e encontra-se disponível para download na App Store e Google Play. Esta orienta o dador com várias informações e esclarecimentos sobre as dádivas de sangue. Uma aplicação simples e intuitiva, vital para quem quer andar sempre bem informado.

**PRONTA PARA  
DOWNLOAD GRATUITO.**

Descarregue a aplicação **"Dador S. João"**. Controle as suas dádivas e obtenha informações úteis.

**Disponível em:**



CUIDADOS  
DE SAÚDE PRIMÁRIOS



# A sua Dádiva é importante

**Doe Sangue. Salve Vidas.**



**BANCO DE SANGUE**  
SÃO JOÃO

Rua Dr. Roberto Frias  
(acesso através da portaria do INEM)  
4200-465 Porto

Tel.: 225 074 287  
E-mail: [sih@ulssjoao.min-saude.pt](mailto:sih@ulssjoao.min-saude.pt)  
Facebook: [/bancodesanguesaojoao](https://www.facebook.com/bancodesanguesaojoao)

## Por que é necessário dar sangue?

Apesar de todos os avanços e descobertas na área da medicina, atualmente não existe substituto para o sangue. Por este motivo, os dadores benévolos constituem a sua única fonte.

## Condições para ser Dador

Idade superior a 18 anos e inferior a 65 anos.

Peso superior a 50 kg.

Ser saudável e sentir-se bem.

## Quantas vezes posso dar sangue por ano?

Homens até 4 vezes por ano.

Mulheres até 3 vezes por ano.

## O processo no dia da sua dádiva

Em qualquer dia da semana, incluindo sábados, domingos e feriados.

> Preenchimento de um folheto de autoavaliação como dador;

> Inscrição na secretaria de dadores (deve trazer o cartão de utente ou o cartão de cidadão);

> Entrevista médica para a recolha de dados clínicos e esclarecimento de todas as suas dúvidas;

> Colheita de sangue executada por enfermeiros especializados que o acompanham durante todo o processo;

> Com base em toda a informação obtida, opta em consciência e de forma anónima, pelo uso do seu sangue ou pela sua exclusão para transfusões;

> Oferta de pequeno lanche no nosso bar após a dádiva;

> Levantamento, na secretaria, da palavra passe para aceder ao Banco de Sangue São João via aplicação Dador S. João e/ou solicitação de declaração de dádiva.

### Muito importante

Se após a dádiva ficar doente, ou se recordar de alguma situação que coloque em causa a segurança da utilização do seu sangue, por favor contacte-nos para 225 074 287 (das 09h às 19h)

### Tempo Estimado para a Dádiva

**45 Minutos**

*(incluindo inscrição na secretaria, atendimento médico, colheita da dádiva e lanche.)*

## O que acontece ao sangue que vai doar?

Após a sua dádiva são realizadas nos nossos laboratórios e por técnicos de análises diferenciados, as seguintes análises:

> Grupo Sanguíneo e fenótipo Rh;

> Detecção dos marcadores víricos do VIH/SIDA, Hepatite B e C, HTVL e Sífilis.

(Na presença de positividade em alguns dos marcadores acima referidos, o sangue doado não será utilizado e o dador será convocado para esclarecimento clínico.)

No laboratório, a sua unidade de sangue doada é separada em concentrado de eritrócitos, concentrado de plaquetas e plasma, para que cada doente receba apenas o componente de sangue de que necessita.

## Recomendações após a sua dádiva

Deve beber muitos líquidos, evitando as bebidas alcoólicas.

Algumas coisas que não deverá fazer nas primeiras 12 horas após a dádiva:

> Exercício físico intenso;

> Operar com equipamento industrial;

> Conduzir com veículos pesados, seja para transporte de carga ou passageiros;

> Trabalhar em andaimes ou gruas;

> Praticar atividades "radicais";

> Pilotar aviões.

## Situações que temporariamente o impedem de doar sangue:

### Estado Geral

Não se sente bem de saúde.

### Cirurgias e Exames médicos

Foi submetido a uma cirurgia há menos de 6 meses ou a uma endoscopia há menos de 4 meses.

### Tatuagens e "body-piercing"

Ter uma nova tatuagem ou "piercing" há menos de 4 meses.

### Acupuntura

Fez acupuntura há menos de um mês.

### Medicação

Toma de forma permanente medicação para o coração ou anticoagulantes, citostáticos ou finasteride. Toma, há menos de 8 dias, antibióticos, anti-fúngicos ou anti-inflamatórios.

## Síndrome Gripal/Febre

Está ou esteve com febre ou com gripe há menos de 2 semanas.

## Tratamento Dentário

Fez extração dentária há menos de 8 dias.

## Comportamento Sexual

Mudou de parceiro sexual há menos de 3 meses.

## Gravidez

Engravidou, teve filhos ou uma interrupção de gravidez há menos de 6 meses.

## Amamentação

Amamenta ou parou de o fazer há menos de 3 meses.

## Infeções/ Malária

Teve tuberculose, febre reumática ou brucelose há menos de 2 anos. Teve sífilis ou gonorreia há menos de 1 ano. Teve malária há menos de 3 anos. Viajou para África, Ásia ou América Latina há menos de 6 meses.

## Transfusões

Recebeu transfusões de sangue depois de 1980.

## Condições que o impedem de doar sangue:

### Estupefacientes

Consumo, mesmo que ocasional, de drogas endovenosas, inaladas, fumadas ou orais.

### Doença Cardiovascular

História de arritmias, angina de peito, enfarte do miocárdio ou insuficiência cardíaca.

### Doença Vascular Cerebral

História de tromboses e ou hemorragias cerebrais.

### Cancro

História de doença maligna.

### Epilepsia

Crises há menos de 3 anos ou mantendo a medicação para esta doença.

### Diabetes

Faz tratamento com insulina.

### Asma

Dificuldade ou limitação nas suas atividades diárias.

### Transplantação

Submetido a transplante de células ou tecidos de origem humana, nomeadamente da córnea ou dura-máter.

### Hepatite

Doença hepática de origem infecciosa.