

É uma atitude amorosa e importante: em apenas uma doação de sangue, você pode ajudar a salvar até três vidas. Neste mês de junho, em que celebramos, no dia 14, o Dia Mundial do Doador de Sangue, campanhas pintadas de vermelho reforçam a importância desse gesto tão essencial – seria ótimo que cada cidadão doasse sangue pelo menos duas vezes por ano. Todas as pessoas saudáveis podem doar, mas existem alguns requisitos básicos e pequenos impedimentos. Veja como ser um doador.

### A importância da doação de plaquetas no tratamento oncológico

O sangue é composto de glóbulos vermelhos, glóbulos brancos, plaqueta e plasma. Em pacientes com câncer, 60% das transfusões realizadas são de plaquetas – fragmentos celulares que vêm da medula óssea e têm participação fundamental na coagulação do sangue. A doação de plaquetas pode ser feita em uma doação normal – as plaquetas são retiradas por um procedimento chamado plaquetaférese.

Funciona assim: o sangue do doador entra na máquina com todos os componentes, é centrifugado, as plaquetas são retiradas, e ele é devolvido ao doador pelo mesmo acesso, com todos os outros componentes. Esse procedimento leva mais tempo que uma doação normal, durando um pouco mais de uma hora.

Uma doação de plaqueta por aférese produz cerca de seis unidades de plaquetas, o que equivale a seis doações de sangue convencionais.

Os pré-requisitos para ser um doador de plaquetas são muito semelhantes aos de uma doação de sangue. Não há riscos para o doador e não são necessários cuidados específicos. As diferenças de compatibilidade de tipos sanguíneos também é a mesma.

O que muda em relação à doação convencional: o doador de plaquetas deve pesar mais de 60 kg e não ter utilizado anti-inflamatórios pelo menos cinco dias antes da doação.

□ □

### **Requisitos e impedimentos para doar sangue**

Doar é fácil, rápido, seguro. Para doar, basta comparecer ao Banco de Sangue com um documento oficial com foto. Mas existem alguns requisitos: o doador deve estar bem de saúde, não estar em tratamento para doenças infecciosas e, antes da doação, o candidato passa por uma pré-avaliação que verifica peso, pressão arterial, pulso, temperatura e também é feito um teste de triagem para anemia.

Idade: entre 18 e 60 anos (até 68 se comprovar que já doou antes)

Peso: acima de 55 kg. Não pode estar em jejum na doação, nem ter ingerido alimentos gordurosos há menos de 4 horas e álcool há menos de 12 horas.

Intervalos entre as doações: para homens, 2 meses; mulheres, 3 meses.

Cirurgias: as pequenas cirurgias impedem a doação por 3 meses e as demais por 6 meses. No casos de cirurgias dentárias, é preciso esperar 30 dias.

Grávidas não podem doar, quem está amamentando também não. Em caso de aborto, só pode doar após 3 meses.

Descanso: o doador deve ter descansado pelo menos 6 horas e aqueles que exercem profissões de risco (motoristas de ônibus, caminhões e trens, pilotos de avião e helicóptero, operadores de máquinas de alto risco, trabalhadores de andaimes, ou prática de paraquedismo e mergulho) não devem trabalhar nas 12 horas após a doação.

Grupos em situação de risco aumentado: pessoas que tiveram comportamento sexual de risco não podem doar sangue por 12 meses após a exposição.

Fonte: Dr. Rafael Colella - CRM/SP 30942  
Diretor do Banco de Sangue do A.C.Camargo