



O QUE É PRECISO PARA DOAR SANGUE?

Requisitos básicos

- Estar em boas condições de saúde;
- Ter entre 16 e 69 anos, desde que a primeira doação tenha sido feita até 60 anos (menores de 18 anos, verifiquem com o posto de coleta de sua preferência os documentos necessários e o formulário de autorização para doação);
- Pesar no mínimo 50 kg;
- Estar descansado (ter dormido pelo menos 6 horas nas últimas 24 horas);
- Estar alimentado (evitar alimentação gordurosa nas 4 horas que antecedem a doação);
- Apresentar documento original com foto emitido por órgão oficial (Carteira de Identidade, Carteira de Habilitação, Cartão de Identidade de Profissional Liberal, Carteira de Trabalho e Previdência Social).

ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE HEMATOLOGIA HEMOTERAPIA E TERAPIA CELULAR

 <https://umsosangue.com.br/>

 @abhhoficial