



ADBSS
ASSOCIAÇÃO
DADORES
BENÉVOLOS DE
SANGUE DE
SETÚBAL

COLHEITA DE SANGUE



REPÚBLICA
PORTUGUESA
SAÚDE



SNS
SERVIÇO NACIONAL
DE SAÚDE



IPST
Instituto Português do Sangue
e da Transfusão, IP

Para doar sangue deve ter:

- + de 18 anos
- + de 50 kgs
- Sentir-se de boa saúde

Convém ter tomado o pequeno-almoço ou para a colheita à tarde ter +- 3 horas de digestão.

Uma boa hidratação bebendo líquidos (água), no dia anterior e no próprio dia.

- Mas se está constipado ou
- Tomou antibiótico há menos de 15 dias ou
- Fez uma tatuagem ou piercing há menos de 4 meses ou
- Mudou de parceiro sexual há menos de 3 meses ou
- Viajou para um país de risco.

Então deverá aguardar para uma próxima colheita.

Ver colheitas em Setúbal em www.adbss.pt

Ao dar sangue pode salvar até 3 vidas porque a sua unidade de sangue vai ser fracionada em Plasma, Glóbulos Vermelhos E Plaquetas.

DAR SANGUE É DAR VIDA



UNIÃO das
FREGUESIAS de
SETÚBAL



APSS
Administração dos Portos
de Setúbal e São Mamede, SA



DataRede

INATEL
FUNDAÇÃO
Setúbal

IPS
Instituto
Politécnico de Setúbal

