



# JUNHO VERMELHO



## DOE SANGUE, SALVE VIDAS!



### Sua Doação Pode Salvar Até 4 Vidas!

Cada bolsa de sangue doada pode ajudar até 4 pessoas em diferentes situações de emergência e tratamentos.

#### POR QUE DOAR SANGUE?

- ✓ Ajuda a salvar vidas em emergências e cirurgias.
- ✓ Mantém os estoques dos hemocentros sempre prontos.
- ✓ Um gesto de solidariedade e cidadania.
- ✓ A doação é segura, rápida e faz bem a quem doa!



#### QUEM PODE DOAR?

- ✓ Estar em boas condições de saúde.
- ✓ Ter entre 16 e 69 anos.
- ✓ Pesar mais de 50 kg.
- ✓ Estar alimentado (evitar alimentos gordurosos).
- ✓ Apresentar documento oficial com foto.



#### DICAS PARA DOADORES:

- Beba bastante água antes e depois da doação.
- Evite bebidas alcoólicas 12 horas antes da doação.
- Durma bem na noite anterior.
- Não doe em jejum. Faça uma refeição leve.
- Evite fumar 2 horas antes e depois da doação.
- Após doar, evite esforços físicos por 12 horas.

#### QUEM PRECISA DE DOAÇÕES?

Pacientes com câncer, pessoas que passarão por cirurgias, vítimas de acidentes, portadores de anemias graves, doenças crônicas, entre outros. A necessidade é constante!



## JUNHO VERMELHO

### ♥ → SOLIDARIEDADE EM AÇÃO! ← ♥

Doar é Prevenir: Um Cuidado com Todos!

#### SEJA SOLIDÁRIO:

- Doe periodicamente: sua doação pode ser o que alguém precisa hoje.
- Incentive seus amigos, familiares e colegas a doarem.
- Compartilhe essa ideia e inspire outras pessoas a salvar vidas!



#### BENEFÍCIOS DE DOAR:

- Salva vidas.
- Melhora a saúde do doador: estimula a produção de novas células sanguíneas e reduz o risco de doenças cardiovasculares.
- Aumenta a sensação de bem-estar e empatia.
- Contribui para manter os estoques de sangue sempre disponíveis.



#### SEGURANÇA NO TRABALHO:

- Use EPIs adequados e em bom estado.
- Siga todas as normas de segurança.
- Mantenha o ambiente limpo e organizado.
- Participe dos treinamentos e capacitações.
- Prevenir acidentes é cuidar da vida!



#### PARTICIPE DAS AÇÕES:



### SANGUE NOVO, VIDA EM DOSES!

Doe regularmente. Um pequeno gesto pode fazer uma grande diferença na vida de alguém.



JUNHO DE 2026

UM PEQUENO GESTO PODE FAZER UMA GRANDE DIFERENÇA! ♥



DOE  
REGULARMENTE



INCENTIVE  
SEGURO



JUNHO DE 2020  
UMA CAMPANHA QUE SALVA