

## CAMPANHA JUNHO



<https://grupomidia.com/quemrealiza/doacao-de-sangue-nao-pode-parar/>

A doação de sangue é um tema de interesse mundial, especialmente porque não há substituto integral para ele. Assim, esse tende a ser o maior desafio enfrentado pelos hemocentros. Estudos revelam que o conhecimento das pessoas sobre a doação de sangue voluntária é alto, no entanto, a prática ainda é extremamente baixa. No Brasil, ainda existe uma dificuldade em se assegurar a distribuição de forma sustentável e segura por intermédio da capacitação e, principalmente, da fidelização de doadores voluntários, o conhecido doador de repetição. Logo, o mês de junho é considerado como de Conscientização para a Doação de **Sangue**, com o objetivo de ressaltar a importância desse gesto, conscientizando a população de que o mesmo é um ato de amor e cuidado ao próximo, podendo salvar inúmeras vidas. No entanto, é importante saber que antes da doação de sangue, o **DOADOR** precisa se cadastrar e passar por uma triagem prévia, extremamente relevante para esclarecimento, já que a maior causa da inaptidão para a doação é justamente o desconhecimento do processo. Ademais, essa triagem é individual e sigilosa, onde são verificadas informações do estado atual de saúde do doador.



### Para doar é preciso:

- ter de 16 a 69 anos
- pesar mais de 51 kg
- estar saudável
- apresentar documento com foto

Fonte: Fundação Hemocentro de Brasília (FHEB)



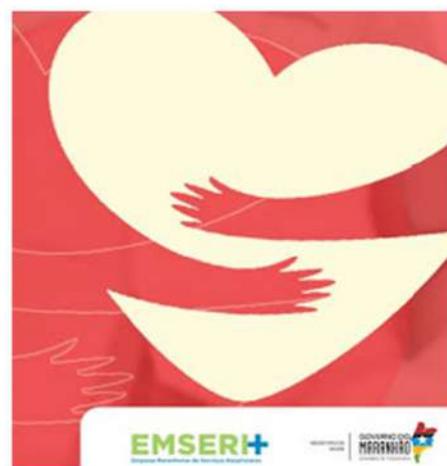
Fonte: Fundação Hemocentro de Brasília

### **VOCÊ SABIA?**

Existem alguns impedimentos transitórios para doação de sangue, tais como gestação, gripe e resfriado, consumo de bebida alcoólica nas últimas 12 horas, ter feito tatuagem ou colocado *piercing* nos últimos 12 meses ou outros aspectos que serão devidamente orientados pelo Hemocentro local. Definitivamente, não poderá ser doador quem tenha tido hepatite após os 11 anos de idade; tenha diagnóstico de doenças transmissíveis pelo sangue; utilize drogas ilícitas injetáveis e possua malária. Após a doação, aconselha-se que você se alimente bem e aumente a ingestão líquida; evite a

prática de atividade física exagerada, especialmente as que envolvam mergulho ou altura; não ingerir bebida alcoólica por 12 horas e nem fumar por 2 horas e, em caso de mal estar, entrar em contato com a unidade do Hemocentro mais próxima. Os homens podem doar sangue a cada 60 dias, não devendo exceder 04 doações em 12 meses. As mulheres devem aguardar 90 dias entre uma doação e outra, não ultrapassando 03 doações ao longo de 12 meses.

Ações educativas e de mobilização social contribuem tanto para a maior quantidade de doações como para a melhoria da qualidade do sangue e hemoderivados. Quanto maior o número de esclarecidos, mais elevada será a taxa de seleção na triagem e, por conseguinte, maior adesão à repetição da doação. Ter a consciência de que os Hemocentros precisam de doadores fidelizados e de repetição é fundamental para que se consiga manter os estoques de sangue e hemocomponentes sempre com quantitativos adequados.



O melanoma é um tipo de câncer de pele que representa cerca de 4% de seus tipos, sendo responsável por 90% das mortes relacionadas à ele. Na maioria das vezes, quando o diagnóstico e tratamento são precoces, é quase sempre curável. Os primeiros sinais e sintomas podem ser uma espécie de pinta ou mancha sobre a pele, tendendo a serem tumores nas cores marrom ou preta, embora alguns não sejam pigmentados e se apresentem nas cores bege, rosa ou branca. Tendem a surgir em áreas expostas ao sol, mas em casos mais avançados se formam em mucosas e vísceras. Tem predileção pelas peles claras e o número de casos tem aumentado nas últimas quatro décadas. Trata-se de uma forma agressiva de câncer que tende a se espalhar rapidamente causando um processo conhecido como metástase, motivo que reforça a importância do diagnóstico precoce. Sua origem é multifatorial e resulta da interação ambiental e genética.

A forma mais comum é a extensa superficial, independente da faixa etária. Todavia, os idosos tendem a apresentar aumento nos tipos de melanomas nodulares, com mais alta mortalidade. O estágio da lesão e a confirmação histopatológica influenciam na terapêutica que também depende de fatores tais como: idade e estado geral de saúde do paciente. Envolve cirurgia, imunoterapia, terapia alvo, quimioterapia e radioterapia, incluindo a associação desses tratamentos.

**Conhecimento, primeiro passo no combate ao melanoma!**

<b>A</b> ssimetria	✓ Simétrico	✗ Assimétrico
<b>B</b> ordas	✓ Bordas regulares	✗ Bordas irregulares
<b>C</b> ores	✓ Uma cor só	✗ Há diferentes cores na pinta
<b>D</b> iâmetro	✓ Menor que 6mm	✗ Maior que 6mm
<b>E</b> volução	✗ Mudança de aparência	

www.juntoscontraomelanoma.com.br

#### Referências Bibliográficas

EMSERH. Doações de sangue no Hemomar podem ser agendadas durante o lockdown na Ilha. Disponível em: <<http://www.emserh.ma.gov.br/doacoes-de-sangue-no-hemomar-podem-ser-agendadas-durante-o-lockdown-na-ilha/>>. Acesso em: 25 jan. 2021.

Kátia Sheylla Malta Purim e colaboradores. Características do melanoma em idosos. Rev Col Bras Cir, Rio de Janeiro, v. 47, jun., 2020.

Letícia Carlesso e colaboradores. Estratégias implementadas em hemocentros para aumento da doação de sangue. Rev Bras em Promoção da Saúde, 2017. Disponível em: <<https://www.redalyc.org/pdf/408/40851821009.pdf>>. Acesso em: 25 jan. 2021.

O que é melanoma? Disponível em: <<https://saude.novartis.com.br/melanoma-metastatico/o-que-e-melanoma/>>. Acesso em: 25 jan. 2021.