

INCENTIVO A DOAÇÃO DE SANGUE

VOCÊ TAMBÉM PODE SER UM DOADOR!

Doar sangue além de ser um ato de solidariedade, é uma atitude que **SALVA VIDAS.**

Para manter o estoque adequado no banco de sangue, são necessárias muitas doações. O ideal é que cada pessoa doe sangue pelo menos duas vezes ao ano.

Homens podem doar sangue a cada 60 dias e no período de 12 meses até 4 doações e mulheres em um intervalo de 90 dias e no período de 12 meses até 3 doações.

PARA SER DOADOR É PRECISO:

- Ter idade entre 16 a 69 anos (menores de idade com autorização e presença do responsável legal);
- Pesar no mínimo 50 KG;
- Estar descansado, alimentado e hidratado;
- Não ter ingerido bebidas alcoólicas 12 horas antes da doação;

CUIDADOS APÓS A DOAÇÃO:

- Evitar dobrar o braço por aproximadamente 30 minutos;
- Evitar carregar peso com o braço em que foi feita a doação por 4 horas;
- Evitar esforços físicos exagerados no dia da doação;
- Aumentar a ingestão de líquidos (água, chá e sucos);
- Não fumar por cerca de 2 horas;
- Evitar bebidas alcoólicas por 12 horas.

Uma única bolsa de sangue pode salvar a vida de até três pessoas.



<https://www.saude.pr.gov.br/Pagina/Doacao-de-Sangue>



Conheça nossa Central de Agendamentos

Beneficiário da Unimed Costa Oeste, caso encontre alguma dificuldade no agendamento de qualquer procedimento, consulta ou para atendimento de urgência e emergência, ligue para:

(45) 3277-8002

(dias úteis, das 7h30 às 18h)

ou

0800 041 4554

(todos os dias, 24 horas)

Ao entrar em contato com algum de nossos canais de atendimento tenha em mãos o Cartão Unimed.

PLANTÃO ADULTO E PEDIÁTRICO

NO HOSPITAL GERAL UNIMED - HGU



**24 horas
por dia**

INFORMAÇÕES

(45) 3379-7700

ANS - nº 371106

Hospital Geral Unimed - HGU
Rua Rui Barbosa, 1515
85900-040 Centro, Toledo - PR

CUIDAR DE VOCÊ. ESSE É O PLANO.

Unimed 
Costa Oeste