



Cada gesto voluntário no **Hemonúcleo Regional de Jaú** fortalece nossa rede de solidariedade, garantindo estoques para tratamentos oncológicos e emergências, sendo fonte de sangue para 12 cidades e 13 hospitais.

Requisitos para ser um doador:

- Estar em boa saúde;
- Ter entre 16 e 69 anos (menores, a partir dos 16 anos podem doar acompanhados de responsável legal);
- Pessoas com idade entre 60 e 69 anos só podem doar sangue se já tiverem doado antes dos 60 anos);
- Pesarem no mínimo 50kg;
- Ter dormido pelo menos 6 horas nas últimas 24 horas;
- Estar alimentado (com alimentação leve antes da doação);
- Apresentar documento oficial e original com foto recente.

* Homens podem doar sangue até quatro vezes ao ano, com intervalo de 60 dias entre cada doação. Já as mulheres, podem doar três vezes, com intervalo de 90 dias.

Impeditivos temporários

- Gripe, resfriado e febre
- Período gestacional e Pós-gravidez
- Amamentação
- Ingestão de bebida alcoólica
- Tatuagem, micropigmentação e/ou piercing

Tempo de impedimento

- 7 dias após o desaparecimento dos sintomas
- 90 dias após o parto normal ou 180 dias após a cesárea
- 12 meses após o parto
- 12 horas
- 6 meses

Para doar basta comparecer no Hemonúcleo Jaú:

Rua Dona Silvéria, 150 | Telefone (14) 3602-1355

Horários: Segunda a sexta (7h30-15h), sábados (7h30-12h)