

Olivia Boselli e Lara Frota 9ºF

# DIA NACIONAL DO DADOR DE SANGUE

27 de Março de 2026



## DOAR SANGUE

Doar sangue é um gesto simples que pode salvar vida. Para doar é preciso estar saudável, ter entre 18 a 65 anos (em alguns casos pode ser até os 70) e não se pode estar em jejum, também é preciso pesar mais de 50 kg.

Após ter doado sangue recomenda-se beber muitos líquidos e evitar esforços físicos, e descansar.

## BENEFÍCIOS DA DOAÇÃO DE SANGUE

Permite que os hospitais estejam abastecidos para emergências como; operações, tratamentos, hemorragias graves, complicações no parto... etc

A doação de sangue ajuda a salvar vidas, seja de crianças, adultos velhos, grávidas e por aí fora.

Além disso é um gesto solidário importante para a comunidade.

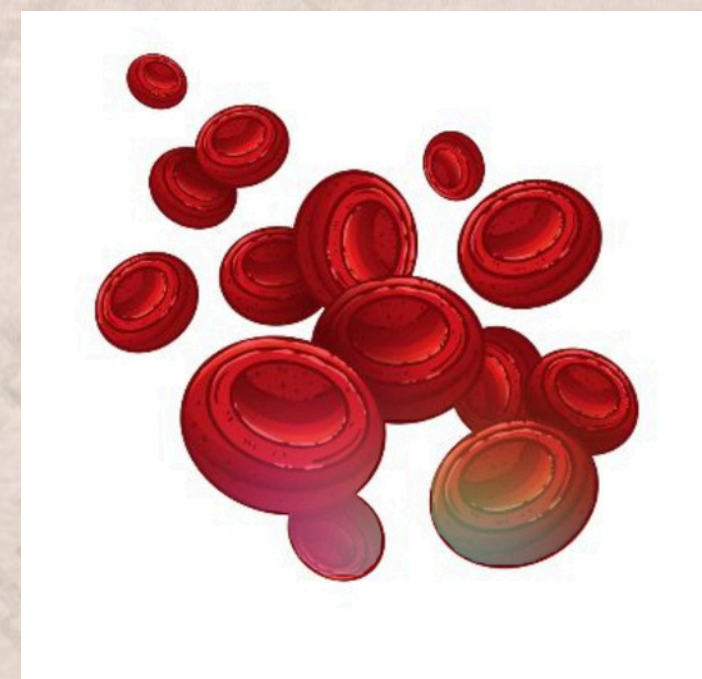
## INFORMAÇÕES



**31 DE MARÇO-**  
PERÍODO DA MANHÃ AS 09:00-13:00 PARA DOAÇÃO DE SANGUE E REGISTO DE MÉDULA NA **ESCOLA SECUNDÁRIA JÚLIO DANTAS PELA ADSBA** (ASSOCIAÇÃO DE DADORES DE SANGUE DO BARLAVENTO DO ALGARVE).

**TIPOS DE SANGUE:**  
A, B, AB e O podem ser positivo ou negativo.

O negativo pode doar para todos, e o AB positivo pode receber de todos os tipos sanguíneos.



ASSOCIAÇÃO DE DADORES DE SANGUE DO BARLAVENTO DO ALGARVE - FAS-PORTUGAL