



A meta é salvar vidas

Tornar-se doador é colocar o cuidado com o outro entre as prioridades do ano.

Ela acordou cedo, como fez tantas outras vezes ao longo da vida. Separou os documentos, tomou um café leve e seguiu para Jaú com a tranquilidade de quem sabe exatamente por que está ali. Aos 69 anos, a aposentada Marlene Biasi, moradora de Guareí, entrou pela última vez na sala de doação de sangue. Não havia tristeza no gesto, apenas a certeza de missão cumprida. “Comecei motivada por um paciente conhecido aos 45 anos. Depois, entendi que doar era um ato de amor. Fiz minha parte”, contou, emocionada, ao se despedir do procedimento que repetiu por quase 25 anos.

Histórias como a de Marlene ajudam a lembrar que, enquanto muitos iniciam o ano com promessas pessoais, há metas que ultrapassam o cuidado individual e se transformam em compromisso coletivo. Tornar-se doador de sangue e plaquetas é uma dessas escolhas que impactam diretamente a vida de outras pessoas — muitas vezes, em momentos decisivos.

A doação é simples, rápida e segura. Todo o processo dura cerca de 40 minutos, incluindo cadastro, triagem e coleta, e uma única bolsa de

sangue pode salvar até quatro vidas. Ainda assim, os estoques costumam sofrer quedas significativas em períodos como férias e início de ano, quando a rotina muda e o gesto solidário acaba sendo adiado.

Segundo o hematologista Marcos Mauad, coordenador do Hemonúcleo Regional de Jaú, a responsabilidade do serviço vai muito além do município. “Fornecemos sangue e plaquetas para doze hospitais de dez cidades da região. Precisamos garantir estoque de todos os tipos sanguíneos, em quantidade e qualidade, para atender pacientes internados, em emergência ou em tratamento contínuo”, explica.

O médico reforça que o sangue não pode ser fabricado e tem prazo de validade. “Nunca sabemos quando alguém vai precisar, mas precisamos estar preparados. Por isso, a doação regular é tão importante. É um gesto rápido que pode significar a diferença entre a vida e a morte”, afirma.

O serviço funciona no Hospital Amaral Carvalho, referência nacional em oncologia, que mantém rigor absoluto no cumprimento das normas de segurança e qualidade. Homens podem doar sangue até quatro vezes ao ano, com intervalo mínimo de 60 dias. Mulheres podem doar até três vezes ao ano, com intervalo de 90 dias.

Para doar, é necessário estar em boas condições de saúde, ter entre 16 e 69 anos — sendo que pessoas acima de 60 precisam já ter doado anteriormente —, pesar mais de 50 quilos, ter dormido ao menos seis horas na noite anterior, estar alimentado e apresentar documento oficial com foto. Há também impedimentos temporários ou definitivos, como uso de determinados medicamentos, histórico de doenças infecciosas transmissíveis pelo sangue, realização recente de tatuagens ou piercings, gravidez, consumo recente de álcool ou viagens a regiões com risco epidemiológico específico.

O Hemonúcleo Regional de Jaú funciona na Rua Dona Silvéria, 150, Chácara Braz Miraglia, de segunda a sexta-feira, das 7h30 às 15h, e aos sábados, das 7h30 às 12h. Informações podem ser obtidas pelo telefone (14) 3602-1355.

Em um tempo em que tantas metas giram em torno de resoluções individuais, a história de Marlene lembra que algumas escolhas deixam marcas que vão muito além do calendário. Doar sangue é um gesto silencioso, quase anônimo, mas capaz de renovar vidas inteiras — inclusive a de quem doa.