

# "Dê sangue e seja solidário para com os outros"

A Associação Humanitária dos Dadores de Sangue da Póvoa de Varzim, fundada a 18 de outubro de 2005, está instalada na Rua Almirante Reis, nº2 - 1º Dtº, junto à Praça do Almada, na Povoia de Varzim, espaço cedido gratuitamente pelo seu proprietário e benfeitor da associação, José Montenegro. Em tempos de pandemia da Covid-19, Vítor Correia, presidente da instituição local, agradece o contributo dos 1800 dadores inscritos na Associação, que tem cativado cada vez mais jovens para as colheitas de sangue. "O objetivo é continuar a reforçar os números de dádivas"

No próximo mês de outubro, a Associação Humanitária dos Dadores de Sangue local irá comemorar 15 anos de atividade, instituição que tem um protocolo assinado com o Instituto Português de Sangue do Porto, para realizar um conjunto de recolhas de sangue no concelho.

As pessoas que integram a direção, assembleia geral e conselho fiscal "fazem-no por coração e amor ao próximo", sublinha Vítor Correia, presidente da instituição, que enaltece o espírito de "voluntariado e altruísmo que caracteriza esta Associação de Sangue, que tem uma pessoa de cada freguesia, caso único no nosso concelho".

Para o responsável máximo da instituição "o objetivo da associação é diário e passa por fazer a promoção e divulgação das reco-

lhas no concelho da Póvoa de Varzim". Para conseguir este objetivo, a Associação conta com o precioso apoio do município da Póvoa de Varzim, com Vítor Correia "a agradecer ao sr. presidente da Câmara, Eng. Aires Pereira, por toda a colaboração e disponibilidade".

## 1800 dadores

"Todos os anos temos subido o número de dadores e felizmente na Póvoa de Varzim as pessoas tem correspondido às recolhas no concelho", confessa com orgulho Vítor Correia, que salienta o facto de já existirem 1800 dadores de todas as freguesias poveiras "com as pessoas a corresponderem às nossas campanhas de promoção e sensibilização". "Alargamos o nosso

## Devido à pandemia da Covid-19, em que locais tem sido feita a recolha?

Este ano, e devido à Covid-19, as recolhas de sangue têm sido realizadas como normalmente na sede da Associação e nos edifícios habituais nas freguesias, porque as recolhas de sangue programadas para o Parque da Cidade e praia estão canceladas para este ano de 2020.

Depois de um mês sem recolhas de sangue no concelho, devido à Covid-19, a Associação retomou de novo o seu trabalho.

No entanto, há vários procedimentos a cumprir: É retirada a temperatura ao dador, sendo que "se tiver temperatura é aconselhável ligar para a Saúde 24. Enquanto não é atendido pela Saúde 24, será monitorizado pelo

enfermeiro", explica Vítor Correia, que sublinha que "todas as pessoas envolvidas nas recolhas de sangue, estão devidamente equipadas, com proteção individual".

Relativamente, ainda, ao Covid-19, "se a pessoa tiver febre, tosse, dores musculares, dores de cabeça, fraqueza, dificuldade em respirar, se teve contacto com algum próximo com caso suspeito ou positivo, se viajou ou reside, trabalha em zonas de focos de transmissão ativa, deve contactar a Saúde 24".

Sobre o importante contributo durante esta fase de pandemia, Vítor Correia diz que "só um por cento dos milhões de portugueses faz com regularidade a doação de sangue" e faz um apelo à dádiva, dado que: "neste momento há falta de sangue a nível nacional".



espaço territorial e agora contamos também com mais de 300 dadores do concelho de Vila de Conde, Barcelos, Famalicão, e Espoende, por que algumas freguesias da Póvoa de Varzim, confrontam com estes municípios vizinhos".

O presidente da Associação de Dadores de Sangue da Póvoa de Varzim destaca também que "as pessoas cada vez mais estão motivadas para esta prática, ajudar os outros e ajudar o próximo", sublin-



Vítor Correia

hando que "as dádivas são benéficas e não remuneradas".

Vítor Correia salienta, ainda, que "também constato que o dador habitual, geralmente trás sempre alguém consigo para fazer a sua 1ª dádiva", e acrescenta que "existe uma grande percentagem de dadores inscritos que deram sangue este ano pela 1ª vez".

## Associação promove 70 recolhas de sangue anuais

Recordando que a associação iniciou as primeiras recolhas de sangue no ano de 2005, em três freguesias, (Estela-Navais-Agucadoura), Vítor Correia explica que atualmente "temos cerca de 70 recolhas de sangue anuais divididas pela cidade e freguesias". O presidente da Associação frisa que a ajuda de cada um é fundamental, por isso "dê sangue e seja solidário para com os outros", e sente uma enorme satisfação porque a "associação tem cativado cada vez mais jovens para as colheitas de sangue, sendo que o objetivo é continuar a reforçar os números de dádivas".



Associação Humanitária dos Dadores de Sangue Póvoa de Varzim

## Associação Humanitária Dadores de Sangue da Povoia de Varzim

Sede: Rua Almirante Reis nº2, 1.Dto. Póvoa de Varzim  
Contactos direção:  
966 724 257  
969 059 906  
963 155 272  
ahdspv@gmail.com

Responsáveis pela gestão de conteúdos:  
Site - Ricardo Teixeira:  
ahdspvz.pt  
Facebook - Cristina Flores:  
@dadoresdesanguepovoadevarzim  
Plataforma do município - Sara Vieira:  
associativismo.cm-pvarzim.pt

## Para ser dador de sangue, é necessário:

- Ter idade compreendida entre os 18 anos e os 65 anos (60 anos se for a primeira dádiva, e ter hábitos de vida saudáveis).
- O sangue é obtido através das dádivas voluntárias e não remuneradas, efetuadas por pessoas em excelentes condições de saúde.
- O doente tem o direito de receber o sangue de um dador, com segurança.
- Uma dádiva de sangue, consiste na colheita de cerca de 450ml de sangue.
- É uma quantidade que pode ser doada com segurança por pessoas com mais de 50 kg de peso.

## Recolhas no mês de junho

As próximas recolhas de sangue no concelho serão em junho na sede da Associação, na Póvoa de Varzim, na Rua Almirante Reis, nº 2 - 1º dtº, das 14 horas às 19 horas.  
Dia 07 de junho em Agucadoura, no Pavilhão Multiútilos, das 09 horas às 12h30.  
Dia 10 de junho na Estela, na Escola E B 2.3 do Teso, das 09h às 12h30.

