

Comunicado Instituto Português do Sangue e da Transplantação

Como habitualmente acontece durante os meses de verão, a partir do início de julho, verifica-se uma **redução significativa da afluência de doadores**, sobretudo devido ao período de férias e às elevadas temperaturas. No entanto, as necessidades dos hospitais mantêm-se inalteradas, uma vez que continuam a existir **doentes que necessitam diariamente de transfusões sanguíneas, vítimas de acidentes rodoviários, doentes oncológicos, intervenções cirúrgicas programadas e situações de emergência**.

Neste momento, as reservas de sangue do IPST encontram-se abaixo dos níveis desejáveis para vários grupos sanguíneos, sendo particularmente preocupante a situação dos grupos **A+, A -, O+ e O-**.

Assim, apelamos a todos, que antes ou durante as férias, façam uma dádiva de sangue, pois assim poderemos manter as reservas de sangue em níveis adequados e dar resposta às necessidades dos doentes que precisam de transfusões sanguíneas para viver.

Dar sangue é um gesto simples, sem contraindicações para adultos saudáveis. Basta ter mais de 18 anos, menos de 70 anos, peso igual ou superior a 50 kg e ser saudável.

No momento da dádiva é importante estar bem hidratado e alimentado.

Saiba mais em www.ipst.pt ou onde dar sangue em www.dador.pt

Pode agendar a sua dádiva em www.ipst.pt

Antes de se deslocar a um local de colheita faça o questionário de autoavaliação também disponível em [www.ipst](http://www.ipst.pt) .pt

Às segundas e sextas-feiras, até 15 de setembro, o IPST irá publicar nas suas redes sociais os grupos mais necessários, por favor esteja atento e ajude-nos a dar mais vida à Vida.

Lisboa, 14 de Julho 2026

O Conselho Diretivo do
Instituto Português do Sangue e da Transplantação