

Autor: Ana Rita Ribeiro, António Correia, Diogo Azenha, Francisca Silva, Filipa Correia, Inês Sousa, Inês Pato, Joana Câmara, Livia Diniz, Maria Silva, Miguel Taveira, Rui Barbosa, Sara Pinto e Sofia Moutinho

Última atualização: 2020/01/08

Palavras-chave: medula óssea, transplante de medula óssea, dador, doenças do sangue

Resumo

A medula óssea é um tecido gelatinoso que preenche a cavidade interna de vários ossos e é responsável pela produção dos glóbulos vermelhos, glóbulos brancos e plaquetas (componentes do sangue). O transplante de medula óssea consiste na substituição de medula óssea doente ou deficitária por uma outra sadia e completamente funcional. É indicado principalmente em doenças que afetam as células sanguíneas. Portugal é o 2º país europeu com maior número de dadores de medula óssea inscritos. No entanto, 80 pessoas em 2018 e 110 em 2017 recusaram fazer uma doação de medula quando chamadas por serem compatíveis com um doente em risco de vida. Há ainda que somar as recusas de familiares que não são contabilizadas e que poderiam multiplicar o número de recusas.

Doar medula óssea não incomoda muito mais do que uma colheita de sangue para análises e **pode salvar uma vida.**

Doação de Medula Óssea: informar e desmistificar

A medula óssea é um tecido gelatinoso que preenche o interior dos ossos. Os ossos mais ricos em medula óssea são o ilíaco e o esterno.

O transplante de medula óssea é uma opção de tratamento contra mais de 200 doenças diferentes, como o mieloma múltiplo, leucemias, linfomas e anemias muito graves, em relação com defeitos na produção ou no amadurecimento das células do sangue. Estas doenças podem ser fatais e o transplante ajuda a salvar a vida dos doentes.

Quem pode ser dador?

Qualquer pessoa que aceite **pode ser dador de medula óssea**, desde que:

- Idade entre 18 e 45 anos;
- Peso mínimo de 50kg;
- Altura superior a 1,5m;
- Seja saudável.

São condições de exclusão:

- Idade superior a 55 anos;
- Obesidade Mórbida, mesmo nos casos de colocação de Banda ou Bypass Gástrico;
- Patologia Cardíaca;
- Hepatite B ou C, alguma vez na vida;
- Doença Oncológica;
- Ter feito uma transfusão de sangue depois de 1980;
- Doenças Autoimune (Artrite Reumatoide, Lúpus);
- Doenças infectocontagiosas;
- Insuficiência renal;
- Patologia da Tireoide;
- Diabetes;
- Anemia Crónica;
- Hérnia Discal;
- Fibromialgia;
- Glaucoma;
- Não compreender a língua portuguesa tanto na sua forma oral como escrita;
- Não ter residência estabelecida em Portugal.

Como se tornar dador?

Registar-se como potencial Dador de Medula óssea implica apenas preencher um impresso e tirar uma pequena amostra de sangue, que é posteriormente analisada (caso reúna as condições necessárias para ser dador).

O potencial dador pode, em qualquer momento, desistir do processo.

A decisão de se registar como dador deve ser uma decisão totalmente voluntária, ponderada e consciente para não causar falsas expectativas em doentes necessitados.

Os potenciais dadores ficam registados até aos 55 anos, sem ser necessário nenhuma renovação da inscrição.

Como se inscrever? Dirija-se a um dos locais fixos de colheita em todo o país ou consulte a localização das brigadas móveis atualizada diariamente.

Leve consigo o Bilhete de identidade e Cartão de Utente ou Cartão de Cidadão. No caso dos cidadãos estrangeiros, deverão levar o Visto de Residência.

Ser-lhe-á pedido o preenchimento de um questionário disponível nos diversos centros de recolha ou diretamente na internet. É colhida uma pequena amostra de sangue para análise, não sendo necessário estar em jejum.

A partir deste momento passa a integrar a Base Nacional de Dadores de Medula Óssea, gerida pelo Ministério da Saúde (CEDACE - Centro Nacional de Dadores de Células de Medula Óssea, Estaminais ou de Sangue do Cordão), integrada na Base de Dados Mundial: BMDW, Bone Marrow Donors Worldwide.

Em qualquer altura poderá ser contactado pelo CEDACE para teste adicionais, caso seja compatível com algum doente que necessite de transplante, em Portugal ou no estrangeiro.

Mitos

- **Há risco de contrair SIDA e cancro devido às injeções prévias ao transplante?**

Não, não há qualquer fundamento científico para se poder afirmar isso.

- **É possível conhecer o doente a que se doa a medula?**

Não. As pessoas nunca saberão a quem estão a doar medula. A verdade é que, por vezes, os dadores ficam reticentes por doarem a alguém desconhecido.

- **A anestesia dada para retirar células da medula pode levar a paralisia?**

Não. É um mito que tem origem na ideia de que para doar medula óssea é necessário intervir na coluna. As pessoas têm tendência a confundir punção lombar com punção do osso ilíaco.

- **É um procedimento muito doloroso?**

Não. Pode sentir dor ligeira ou desconforto, no entanto será sempre acompanhado por uma equipa de saúde.

- **Pode-se desenvolver leucemia depois da doação?**

Não. Esta questão é muitas vezes colocada face à necessidade de administração de fatores de crescimento para estimular a medula óssea antes da doação. Trata-se de mais um mito sem fundamentação científica.

- **O dador pode ficar com anemia?**

Há tendência para que os valores das células sanguíneas desçam. Contudo, a recuperação total dá-se em cerca de 15 dias e é garantida por vigilância médica.

Conclusão

A doação de medula óssea é um procedimento seguro e essencial para o tratamento de doenças possivelmente fatais.

A sua medula óssea pode salvar uma vida!

Referências recomendadas:

- [Associação Portuguesa contra a leucemia: seja dador](#)

Doação_de_medula_óssea

- Instituto Português do Sangue e Transplantação: CEDACE ? Medula óssea
- World Marrow Donor Association

Voltar à página inicial **Tem alguma dúvida? Fale connosco** *****