

Decidir ser Dador Renal em Vida



Traduzido e adaptado
com a autorização da



O transplante renal pode melhorar a vida de uma pessoa com insuficiência renal e a sua saúde. Permite-lhe ter uma vida mais ativa, sem necessidade de diálise.

Se está a considerar a doação renal em vida, talvez tenha um familiar ou

amigo com insuficiência renal. Para algumas pessoas, a decisão de doar um rim em vida torna-se fácil de tomar, enquanto que, para outras, será mais difícil.

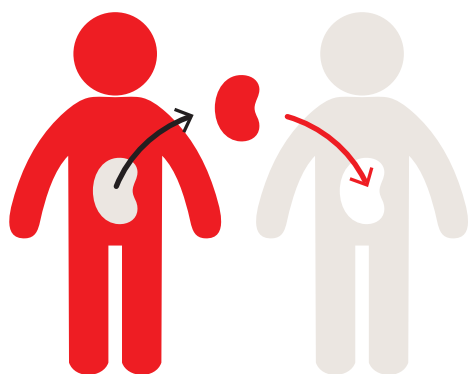
Qualquer que seja a sua decisão, a opção é só sua. A informação

constante neste folheto tem como objetivo ajudá-lo a tomar essa decisão.

Para mais informações, leia também o folheto *Doação Renal em Vida*, que explica o processo de doação renal em vida com mais pormenor.

Está emocionalmente seguro?

Poderá estar entusiasmado por doar um rim em vida ou preocupado com o facto de lhe pedirem para doar um rim. Qualquer que seja a sua situação, deverá ter em consideração as seguintes questões:



- O que pensa da doação de órgãos em geral?
- Qual o impacto que a doação terá na sua relação com o recetor, seja ele familiar ou amigo?
- Está à espera de algum tipo de compensação ou “recompensa” emocional por doar um rim?
- Qual será a sua reação se o recetor expressar o seu agradecimento de uma forma inesperada?
- Qual será a sua reação se o recetor não “cuidar” do rim transplantado da forma como esperaria - por exemplo, se fumar, se não cumprir adequadamente a medicação ou se beber álcool em excesso?
- Porque quer ou não quer doar um rim?
- Sente-se em condições de tomar uma decisão informada em relação a ser um dador vivo? Precisa de mais tempo ou de mais informação?
- Qual será a sua reação se o transplante não correr bem?
- Existem outros potenciais dadores? Se sim, como será feita a seleção?
- Tem um grupo de apoio – família e amigos – que o ajude a passar pela experiência de doação?
- A sua situação profissional e pessoal permite-lhe dispensar o tempo necessário para os exames médicos, para a cirurgia e para a convalescença?
- Qual será a sua reação se os exames médicos determinarem que não pode doar um rim? Será que a sua saúde lhe permite doar um rim?

Até ao momento da cirurgia, pode sempre mudar de ideias e alterar a sua decisão. No entanto, é importante que tenha em consideração todas estas preocupações antes de se oferecer para doar um rim, pois uma mudança de ideias mais tarde poderá causar-lhe ansiedade.

Está fisicamente em forma?

Deverá ter tempo suficiente para se pôr em forma antes da cirurgia. Poderá fortalecer o seu sistema cardiovascular, estimular o seu sistema imunitário e reduzir o tempo de recuperação se seguir os seguintes conselhos:



- Mantenha um regime alimentar equilibrado e saudável, rico em vegetais e frutos, e com um consumo reduzido de sal, de gorduras saturadas e de açúcar



- Mantenha-se em forma, com um mínimo de 30 minutos de atividade física diária



- Mantenha um peso saudável



- Beba bastante água



- Não fume



- Beba álcool com moderação

Está espiritualmente preparado?

A maior parte das religiões não se opõe à doação de órgãos e defende que é uma decisão pessoal. No entanto, poderá consultar um conselheiro espiritual antes de tomar a sua decisão.

Sente-se confortável com a sua decisão?

Poderá sentir-se pressionado se for considerado o único dador possível para o seu familiar ou amigo, sobretudo se houver uma necessidade urgente de se fazer o transplante. É muito importante que se sinta confortável com a decisão de doar um órgão. Poderá ser útil falar com alguém fora do seu círculo familiar ou de amigos, como, por exemplo, um psicólogo ou um assistente social da unidade de transplante renal.

Haverá algum custo relacionado com a doação?

Todas as despesas associadas a um transplante de dador vivo estão cobertas pelo Sistema Nacional de Saúde. Deverá verificar se a doação de um rim altera as suas condições relativamente a seguros de saúde, planos de reforma, etc. É ilegal receber qualquer contrapartida financeira pelo seu rim.

Quais são os direitos do dador vivo?

O dador tem uma série de direitos, incluindo:

- O direito a obter informação médica sobre o procedimento de doação e os seus riscos a curto prazo, bem como possíveis riscos a longo prazo
- O direito a obter informação sobre

as perspetivas de sucesso do transplante para o recetor, a curto e longo prazo

- O direito a receber aconselhamento médico independente
- O direito a receber aconselhamento relativo às possíveis consequências

psicológicas e sociais que decorrem da decisão de doar, bem como a dispor do tempo que for necessário para processar esta informação

- O direito a decidir não doar

Tem a informação suficiente?

Antes de tomar uma decisão, poderá procurar obter as respostas às seguintes questões:

- Sabe quais são os efeitos positivos que o transplante terá na vida do recetor?
- Qual é a probabilidade de sucesso de um transplante?
- Compreende os passos que são necessários para a doação em vida, incluindo os exames prévios, a cirurgia e o período de convalescença?

- Conhece os riscos relacionados com a doação em vida, tanto a nível físico como emocional?

Poderá encontrar informação sobre a doação em vida em diversos locais. A equipa de transplante dar-lhe-á muitas respostas, mas pode também fazer a sua própria pesquisa. Poderá, também, querer falar com alguém que já passou pela experiência de doar ou receber um rim, ou ler sobre o assunto.

Poderá, ainda, obter mais informações nos nossos folhetos *Doação Renal em Vida* e *Viver com um Rim Único*.

Outros recursos úteis:

- Se quiser obter mais informação sobre a doação nacional de órgãos e tecidos, consulte o site do Instituto Português do Sangue e Transplantação em www.ipst.pt.



NÃO SE ESQUEÇA:

- Garanta que possui toda a informação necessária para tomar uma decisão.
- Sente-se confortável com a sua decisão?
- Qualquer que seja a sua decisão, lembre-se de que ela será inteiramente sua.

Glossário

Diálise – Modalidade de tratamento para a insuficiência renal que elimina os resíduos tóxicos e os líquidos em excesso, filtrando o sangue através de uma membrana especial.

Doença Renal Crónica Terminal – Estádio da doença renal que ocorre

quando os rins deixam de funcionar e é necessário assegurar um tratamento que garanta a sobrevivência, seja através da diálise ou através de um transplante.

Doação renal em vida – Quando uma pessoa doa um dos seus rins para ser

transplantado noutra pessoa, geralmente um familiar ou amigo próximo.

Transplante – Quando um órgão ou tecido é retirado do corpo de uma pessoa (dador) e é colocado no corpo de outra pessoa (recetor).

Para mais informações sobre a saúde dos rins ou do sistema urinário, consulte o nosso site em apir.org.pt, onde poderá aceder a materiais informativos gratuitos. Este folheto pretende ser uma

introdução geral a este tópico e não deverá substituir os conselhos do seu médico ou profissional de saúde. A APIR reconhece que cada experiência é individual e que existem variantes

no tratamento devido a circunstâncias pessoais ou outras. Se necessitar de informações adicionais, consulte sempre o seu médico ou profissional de saúde.

A APIR expressa um sincero agradecimento à **Kidney Health Australia** pela disponibilização dos seus recursos de informação e formação e ao **Dr. Miguel Leal** pela revisão dos conteúdos traduzidos.

Novembro 2016

Tradução: Marta Campos | Revisão: Dr. Miguel Leal | Design gráfico: Sónia Cartaxeiro