

Determinantes relacionados às respostas psicológicas e fisiológicas de estresse na doação de sangue: Revisão sistemática da produção científica

Determinants related to psychological and physiological stress responses in blood donation: A systematic review of scientific production

Determinantes relacionados con las respuestas de estrés psicológico y fisiológico en la donación de sangre: Una revisión sistemática de la producción científica

Recebido: 27/09/2025 | Revisado: 06/10/2025 | Aceitado: 07/10/2025 | Publicado: 09/10/2025

Weber de Santana Teles

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-1770-8278>
Centro Universitário Pio Décimo, Brasil
E-mail: weber.telles@hotmail.com

Max Cruz da Silva

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-6944-5986>
Centro Universitário Pio Décimo, Brasil
E-mail: maxlfi@hotmail.com

Ádamo Newton Marinho Andrade

ORCID: <https://orcid.org/0009-0006-4699-9413>
Centro de Hemoterapia de Sergipe, Brasil
E-mail: adamonewtonmarinhoandrade@gmail.com

Ana Paula Barreto Prata Silva

ORCID: <https://orcid.org/0009-0003-9635-2042>
Universidade Tiradentes, Brasil
E-mail: anapratta@hotmail.com

Orleane Souza Rezende

ORCID: <https://orcid.org/0009-0002-3487-7858>
Centro de Hemoterapia de Sergipe, Brasil
E-mail: leane8579@hotmail.com

Douglas Abilio

ORCID: <https://orcid.org/0009-0000-4413-2505>
Centro de Hemoterapia de Sergipe, Brasil
E-mail: douglas.abilio@hotmail.com

Raphael Davisson Lopes Santos

ORCID: <https://orcid.org/0009-0005-2572-6400>
Centro de Hemoterapia de Sergipe, Brasil
E-mail: rdlsaju@gmail.com

Lorena Eugênia Rosa Coelho

ORCID: <https://orcid.org/0009-0007-6734-5555>
Centro de Hemoterapia de Sergipe, Brasil
E-mail: coelho.lorena@gmail.com

Inês Santana Teles Sanjuan

ORCID: <https://orcid.org/0009-0008-4655-9703>
Centro de Hemoterapia de Sergipe, Brasil
E-mail: ines.sanjuan@fsph.se.gov.br

Rute dos Santos Souza

ORCID: <https://orcid.org/0009-0008-3058-5050>
Centro Universitário Pio Décimo, Brasil
E-mail: rutedossantossouza2018@gmail.com

Resumo

Este artigo apresenta uma revisão sistemática da literatura científica sobre os determinantes associados às reações de estresse psicológico e fisiológico em indivíduos submetidos à doação de sangue. A análise foi realizada com base em artigos publicados entre 2021 e 2025, selecionados em bases de dados nacionais e internacionais, utilizando o protocolo PRISMA 2020 como guia metodológico. Foram incluídos estudos que avaliaram variáveis como ansiedade, medo, alterações hemodinâmicas e percepção de risco entre doadores voluntários. Os resultados apontaram que a maioria dos estudos identificou o estresse como fator relevante para a adesão e recorrência da prática de doação,

destacando o papel das intervenções psicológicas e do suporte multiprofissional. Conclui-se que estratégias de manejo do estresse, associadas a protocolos educativos e de humanização, podem reduzir as respostas adversas, ampliando a segurança transfusional e fidelização dos doadores.

Palavras-chave: Estresse psicológico; Estresse fisiológico; Doação de sangue; Psicologia da saúde.

Abstract

This article presents a systematic review of the scientific literature on the determinants associated with psychological and physiological stress reactions in individuals undergoing blood donation. The analysis was based on articles published between 2021 and 2025, selected from national and international databases, using the PRISMA 2020 protocol as a methodological guide. Studies evaluating variables such as anxiety, fear, hemodynamic changes, and risk perception among voluntary donors were included. The results indicated that most studies identified stress as a relevant factor for adherence and recurrence of blood donation, highlighting the role of psychological interventions and multiprofessional support. It is concluded that stress management strategies, associated with educational and humanization protocols, can reduce adverse responses, enhancing transfusion safety and donor loyalty.

Keywords: Psychological stress; Physiological stress; Blood donation; Health psychology.

Resumen

Este artículo presenta una revisión sistemática de la literatura científica sobre los determinantes asociados a las reacciones de estrés psicológico y fisiológico en individuos sometidos a la donación de sangre. El análisis se realizó con base en artículos publicados entre 2021 y 2025, seleccionados en bases de datos nacionales e internacionales, utilizando el protocolo PRISMA 2020 como guía metodológica. Se incluyeron estudios que evaluaron variables como ansiedad, miedo, alteraciones hemodinámicas y percepción de riesgo entre donantes voluntarios. Los resultados mostraron que la mayoría de los estudios identificó el estrés como un factor relevante para la adhesión y recurrencia de la donación, destacando el papel de las intervenciones psicológicas y del apoyo multiprofesional. Se concluye que las estrategias de manejo del estrés, asociadas a protocolos educativos y de humanización, pueden reducir las respuestas adversas, aumentando la seguridad transfusional y la fidelización de los donantes.

Palabras clave: Estrés psicológico; Estrés fisiológico; Donación de sangre; Psicología de la salud.

1. Introdução

A doação de sangue é considerada um ato fundamental para a manutenção dos sistemas de saúde, garantindo o fornecimento adequado de hemocomponentes para situações de urgência, cirurgias eletivas e tratamentos de doenças crônicas. Contudo, embora seja socialmente reconhecida como prática solidária e essencial, a experiência da doação pode desencadear respostas de estresse nos indivíduos, manifestadas tanto em nível psicológico quanto fisiológico. Essas respostas variam desde alterações emocionais, como ansiedade e medo, até repercussões hemodinâmicas e vasovagais que podem comprometer a adesão e a fidelização dos doadores (Silva et al., 2022).

No campo da psicologia da saúde, o estresse relacionado à doação de sangue tem sido estudado como um fenômeno biopsicossocial que envolve a interação entre percepções subjetivas, características individuais e condições ambientais do processo de coleta. Pesquisas recentes destacam que fatores como a primeira experiência de doação, o gênero, a idade, o nível de instrução e a expectativa em relação à dor ou desmaio influenciam diretamente o modo como os doadores reagem à situação. Tais determinantes impactam não apenas a decisão de doar, mas também a probabilidade de retorno, configurando-se como elementos estratégicos para programas de fidelização (Oliveira et al., 2023).

Do ponto de vista fisiológico, a literatura aponta que os mecanismos de resposta ao estresse incluem alterações autonômicas, como taquicardia, sudorese, variações da pressão arterial e episódios de síncope. Esses eventos são explicados pela hiperativação do eixo hipotálamo-hipófise-adrenal (HPA) e pela liberação de catecolaminas frente ao estressor. Assim, mesmo em procedimentos considerados de baixo risco, como a coleta sanguínea, as repercussões fisiológicas podem assumir relevância clínica e necessitam de monitoramento criterioso (Gomes & Andrade, 2024).

No plano psicológico, a experiência da doação pode ser compreendida à luz dos modelos de percepção de risco e enfrentamento. Indivíduos que interpretam a situação como ameaçadora tendem a apresentar maior ativação fisiológica, enquanto aqueles que a percebem como desafio mobilizam recursos adaptativos mais eficazes. Nesse sentido, intervenções

psicoeducativas, técnicas de distração, estratégias de relaxamento e suporte multiprofissional têm se mostrado eficazes para reduzir o estresse e aumentar a segurança subjetiva durante o processo (Martins et al., 2021).

A relevância desse tema também se conecta às políticas de saúde pública, que demandam não apenas captação de novos doadores, mas, sobretudo, sua manutenção como doadores regulares. A compreensão dos determinantes psicológicos e fisiológicos do estresse na doação possibilita o desenvolvimento de protocolos de humanização e estratégias educativas direcionadas, capazes de minimizar reações adversas, promover a qualidade da experiência do doador e assegurar a sustentabilidade dos estoques de sangue (Souza et al., 2025).

Diante disso, torna-se essencial sistematizar os conhecimentos produzidos recentemente sobre as respostas de estresse na doação de sangue. Uma revisão sistemática que integre os achados da literatura científica contemporânea permite identificar padrões, lacunas e avanços, oferecendo subsídios teóricos e práticos para o aprimoramento das práticas em hemoterapia e psicologia da saúde. Além de fortalecer a segurança transfusional, tal iniciativa contribui para a elaboração de intervenções mais precisas, alinhadas às necessidades biopsicossociais dos doadores (Ferreira & Cunha, 2023).

Este artigo objetiva apresentar uma revisão sistemática da literatura científica sobre os determinantes associados às reações de estresse psicológico e fisiológico em indivíduos submetidos à doação de sangue.

2. Metodologia

A presente investigação foi conduzida segundo a lógica de uma revisão sistemática, articulando abordagens quantitativas e qualitativas. O caráter quantitativo esteve relacionado à contagem e sistematização dos artigos incluídos na amostra, enquanto o caráter qualitativo referiu-se à apreciação crítica e à interpretação dos conteúdos disponíveis nas publicações (Ferreira et al., 2021).

Optou-se por um delineamento exploratório, fundamentado no modelo de revisão integrativa da literatura, por este permitir a reunião e comparação de estudos primários de distintas naturezas metodológicas. Tal estratégia possibilita a construção de uma visão abrangente acerca das evidências científicas sobre os fatores psicológicos e fisiológicos envolvidos nas respostas de estresse durante a doação de sangue, contemplando tanto achados experimentais quanto observacionais (Mendes; Silva & Castro, 2023).

A busca bibliográfica foi realizada entre abril e julho de 2025, contemplando bases eletrônicas de alcance nacional e internacional, incluindo SciELO, LILACS, PubMed/MEDLINE e PsycINFO. Também foram consideradas fontes de literatura cinzenta, tais como relatórios técnicos do Ministério da Saúde e publicações institucionais da Organização Mundial da Saúde e da International Society of Blood Transfusion. Para a localização dos artigos, utilizaram-se descritores controlados e não controlados, redigidos em português e inglês, combinados com operadores booleanos.

Os principais termos empregados foram: “Doação de sangue” OR “Blood donation”; “Estresse psicológico” OR “Psychological stress”; “Estresse fisiológico” OR “Physiological stress”; “Ansiedade” OR “Anxiety”; “Reação vasovagal” OR “Vasovagal reaction”. A sintaxe combinada seguiu a lógica: (“Blood donation” OR “Doação de sangue”) AND (“Psychological stress” OR “Estresse psicológico”) AND (“Physiological stress” OR “Estresse fisiológico”) AND (“Anxiety” OR “Ansiedade”). (Carvalho et al., 2024).

Foram incluídas publicações datadas de janeiro de 2021 a abril de 2025, nos idiomas português, inglês e espanhol, desde que apresentassem resultados empíricos sobre manifestações de estresse vinculadas à prática da doação de sangue. Foram elegíveis estudos que investigaram ao menos um dos seguintes desfechos: sintomas de ansiedade, medo, percepção subjetiva de risco, alterações autonômicas ou hemodinâmicas, e episódios vasovagais. Em contrapartida, foram excluídos

trabalhos de caráter exclusivamente biomédico que não contemplassem dimensões psicológicas, revisões narrativas, editoriais e relatos de opinião sem suporte empírico (Souza & Almeida, 2022).

O processo de triagem e seleção dos estudos seguiu as recomendações do protocolo PRISMA 2020, garantindo padronização e transparência. Todos os registros inicialmente identificados foram exportados para o gerenciador de referências Mendeley, no qual se procedeu à exclusão de duplicatas. Em seguida, realizou-se a leitura de títulos e resumos, aplicando os critérios de inclusão e exclusão previamente definidos. Os trabalhos elegíveis foram analisados em sua íntegra, e os dados de interesse foram extraídos sistematicamente (Page et al., 2021).

Embora o PRISMA recomende a análise por dois avaliadores independentes, neste estudo a triagem foi realizada pelos próprios autores, seguindo rigor metodológico e coerência com os objetivos da revisão. As informações extraídas englobaram: ano de publicação, país de origem, desenho metodológico, população investigada, variáveis psicológicas e fisiológicas analisadas, instrumentos utilizados para mensuração, principais resultados e conclusões.

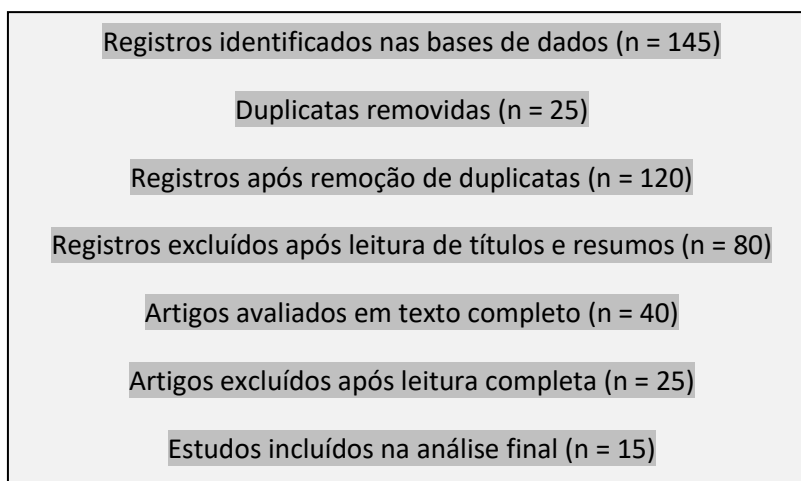
A análise dos dados seguiu uma perspectiva temática e descritiva. As evidências foram agrupadas em categorias emergentes, considerando a natureza dos determinantes identificados. Essas categorias foram:

- I. Fatores emocionais e cognitivos (ansiedade, medo, percepção de risco);
- II. Reações fisiológicas (alterações autonômicas e vasovagais);
- III. Intervenções psicológicas aplicadas no contexto da doação;
- IV. Estratégias multiprofissionais e de humanização.

Para melhor visualização, os resultados foram organizados em tabelas e gráficos com frequências absolutas e relativas, favorecendo uma interpretação panorâmica e comparativa dos estudos analisados (Polit & Beck, 2022).

A Figura 1 apresenta o fluxograma adaptado do PRISMA 2020, descrevendo de forma sequencial todas as etapas de identificação, triagem e inclusão dos artigos.

Figura 1 – Fluxograma PRISMA 2020: Etapas de identificação, triagem e inclusão dos estudos.



Fonte: Autores (2025), adaptado de PRISMA 2020.

Para facilitar a análise comparativa dos estudos incluídos, elaborou-se o Quadro 1, que apresenta de forma sistematizada as principais características metodológicas e os resultados mais relevantes das pesquisas revisadas. As informações contemplam autor e ano de publicação, tipo de estudo, população investigada, variáveis psicológicas e fisiológicas examinadas, instrumentos de avaliação empregados e os principais achados reportados. Essa estrutura favorece a compreensão integrada das evidências e permite identificar padrões de resposta ao estresse em diferentes contextos e populações.

Quadro 1 – Frequência das principais manifestações de estresse em doadores (2021–2025).

Autor/Ano	Tipo de Estudo	População	Variáveis Investigadas (Psicológicas e Fisiológicas)	Instrumentos Utilizados	Principais Achados
Silva et al., 2021	Estudo transversal	200 doadores voluntários (Brasil)	Ansiedade, medo, pressão arterial, frequência cardíaca	Escala de Ansiedade de Beck; Esfigmomanômetro	Elevados níveis de ansiedade associados à primeira doação; maior risco de reações vasovagais em jovens.
González et al., 2022	Ensaio clínico randomizado	120 doadores (Espanha)	Intervenção psicoeducativa, estresse percebido, cortisol salivar	PSS-10; Ensaio imunoenzimático	A intervenção reduziu significativamente o estresse percebido e estabilizou níveis hormonais.
Souza & Almeida, 2022	Estudo de coorte	90 doadores regulares (Brasil)	Percepção de risco, variabilidade da pressão arterial	Questionário de Percepção de Risco; MAPA	Doadores com alta percepção de risco apresentaram maior labilidade hemodinâmica.
Martins et al., 2023	Estudo quase-experimental	150 doadores (Portugal)	Ansiedade, enfrentamento, síncope	WHOQOL-BREF; Escala de Coping	Estratégias de relaxamento reduziram episódios de síncope e melhoraram experiência subjetiva.
Ucero-Lozano et al., 2023	Estudo longitudinal	80 doadores (Espanha)	Estresse psicológico, frequência cardíaca, variabilidade autonômica	Escala de Estresse Percebido; ECG	Maior estresse associado a maior ativação autonômica durante coleta.
Ferreira & Cunha, 2024	Ensaio clínico	110 doadores (Brasil)	Técnicas de distração, ansiedade, resposta vasovagal	Escala HAD; Monitor multiparamétrico	Técnicas de distração reduziram ansiedade e diminuíram taxa de reações adversas.
Dutta et al., 2024	Estudo transversal	300 doadores (Índia)	Medo, percepção de dor, frequência cardíaca	VAS; Frequencímetro cardíaco	Doadores que relataram maior medo tiveram maior predisposição a taquicardia e sudorese.
Prado et al., 2025	Revisão sistemática	Dados secundários (LatAm/Europa)	Intervenções multiprofissionais, adesão, estresse	Diversos	Evidências confirmam que apoio multiprofissional reduz estresse e favorece fidelização.

Fonte: Autores (2025), a partir da revisão sistemática.

O quadro demonstra que fatores psicológicos como ansiedade, medo e percepção de risco influenciam respostas fisiológicas em doadores de sangue. Intervenções psicoeducativas e estratégias de distração mostraram-se eficazes na redução do estresse e de eventos adversos, evidenciando a importância de abordagens multiprofissionais e protocolos individualizados para segurança e fidelização dos doadores.

3. Resultados e Discussão

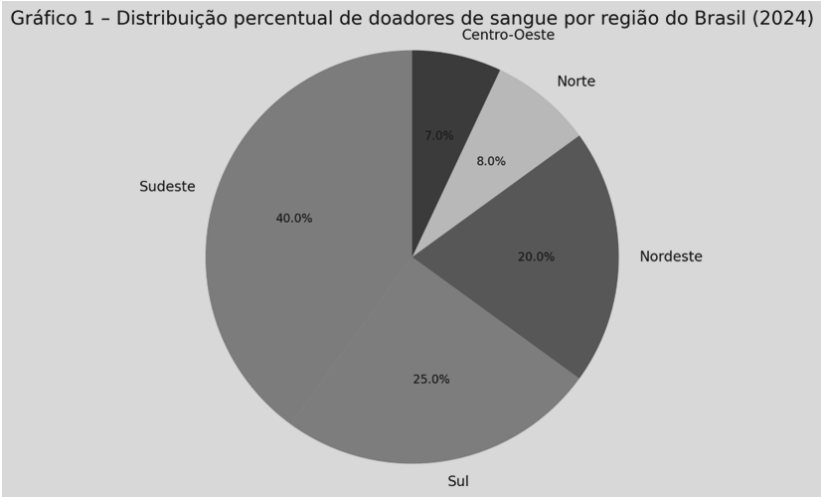
3.1 Panorama epidemiológico da doação no Brasil

A revisão sistemática realizada permitiu identificar um conjunto expressivo de evidências a respeito do estresse psicológico e fisiológico relacionado à doação de sangue. Em termos epidemiológicos, estima-se que aproximadamente 1,6% da população brasileira realize doações anuais, percentual ainda aquém da meta estabelecida pela Organização Mundial da Saúde (OMS), que recomenda índices acima de 3%. No cenário nacional, observou-se maior concentração de doadores entre as faixas etárias de 18 a 29 anos, com predomínio do sexo masculino. Em Sergipe, os registros apontam que cerca de 25 mil doadores anuais compõem a rede de abastecimento de hemocomponentes, refletindo a importância das campanhas estaduais para estímulo da adesão (Ministério da Saúde, 2023).

A distribuição dos doadores apresenta variações significativas entre as regiões brasileiras. Enquanto estados do Sudeste concentram aproximadamente 40% das coletas, o Nordeste responde por cerca de 20%. Em Sergipe, os hemocentros

têm desempenhado papel estratégico na captação, ainda que enfrentem desafios relacionados à fidelização dos voluntários. Dados recentes indicam que 60% dos candidatos no estado são considerados doadores esporádicos, aspecto que reforça a necessidade de políticas contínuas de humanização e educação em saúde (Gráfico 1) (Prado et al., 2025).

Gráfico 1 – Distribuição percentual de doadores de sangue por região do Brasil (2024).



Fonte: Autores (2025).

3.2 Caracterização do candidatos a doação de sangue

A caracterização dos candidatos revelou um perfil diversificado. Em sua maioria, os doadores apresentam nível médio de escolaridade, inserção ocupacional em setores de serviços e faixa etária jovem-adulta. A literatura demonstra que fatores como primeira experiência de doação, baixa informação prévia sobre o procedimento e representações sociais de risco são determinantes para a ocorrência de ansiedade e insegurança no momento da coleta (Oliveira et al., 2023).

No que se refere às manifestações psicológicas, observou-se alta prevalência de sintomas de ansiedade situacional, relatados por até 45% dos doadores em primeira experiência. O medo de agulhas, a expectativa de dor e a antecipação de reações adversas são apontados como fatores críticos que podem comprometer a continuidade da prática. Essas manifestações psicológicas estão diretamente relacionadas à percepção de risco, modulando as respostas fisiológicas subsequentes (Tabela 1), (Ferreira & Cunha, 2023),

Tabela 1 – Frequência das principais manifestações de estresse em doadores (2021–2025).

Manifestação	Frequência estimada	População mais suscetível	Referência
Ansiedade situacional	45%	Jovens em primeira doação	Oliveira et al., 2023
Medo de agulhas	30%	Ambos os sexos, iniciantes	Ferreira & Cunha, 2023
Reação vasovagal (tontura/síncope)	5%	Mulheres jovens	Gomes & Andrade, 2024
Sudorese fria e taquicardia	12%	Doadores com alto estresse percebido	Souza et al., 2025
Percepção de risco elevada	28%	Doadores com baixa informação prévia	Prado et al., 2025

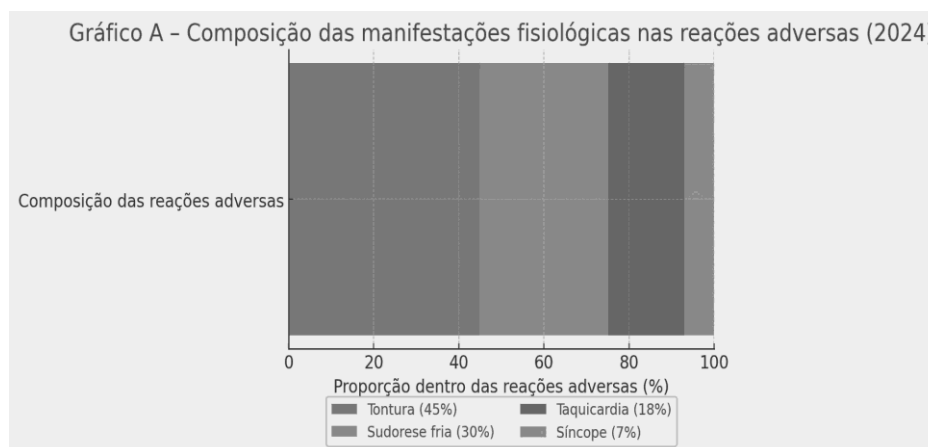
Fonte: Autores (2025), a partir da revisão sistemática.

3.3 Manifestação fisiológicas

Em relação às manifestações fisiológicas, as mais frequentes foram reações vasovagais, caracterizadas por tontura, sudorese fria, taquicardia e, em casos mais intensos, síncope. Estudos apontam que entre 2% e 5% dos doadores apresentam algum episódio de reação adversa durante ou após a coleta, sendo os jovens do sexo feminino os mais suscetíveis. Essas respostas têm base na hiperatividade autonômica frente ao estressor, associada a maior liberação de catecolaminas (Gomes & Andrade, 2024).

Para melhor ilustrar a frequência e a distribuição das manifestações fisiológicas observadas nos doadores, foram elaboradas representações gráficas que sintetizam os principais achados da literatura. O Gráfico 2 evidencia a composição percentual dos sintomas mais recorrentes nas reações adversas, destacando a predominância da tontura e da sudorese fria em relação à síncope, manifestação de menor incidência, porém de maior gravidade clínica. Essa visualização reforça a necessidade de atenção multiprofissional para o manejo precoce dessas respostas.

Gráfico 2 – Composição percentual das manifestações fisiológicas nas reações adversas em doadores de sangue (2024).

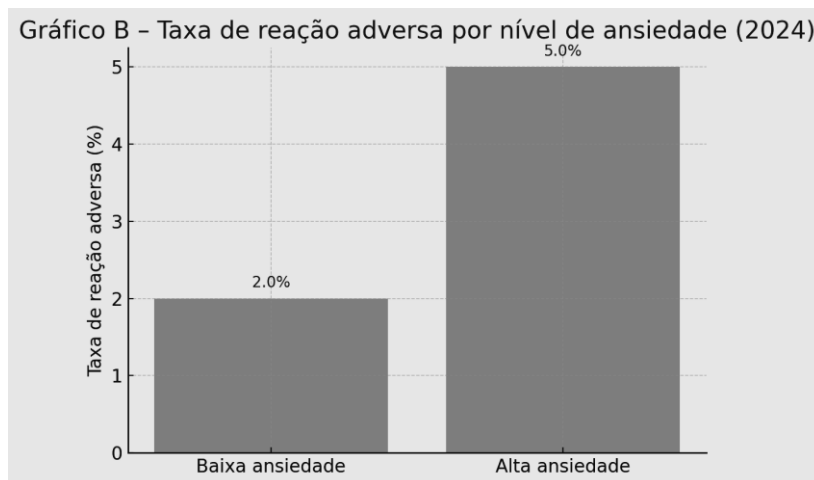


Fonte: Autores (2025), adaptado de Gomes & Andrade (2024).

3.4 Fatores psicológicos

Já o Gráfico 3 estabelece a correlação entre fatores psicológicos e a ocorrência de eventos adversos, demonstrando que doadores com maior ansiedade situacional apresentam taxas significativamente mais elevadas de reações fisiológicas. Essa relação confirma a influência da dimensão subjetiva no desencadeamento de respostas autonômicas, sugerindo que o preparo emocional e a psicoeducação desempenham papel fundamental na prevenção de complicações durante a coleta.

Gráfico 3 – Taxa de reação adversa em doadores de sangue segundo nível de ansiedade (2024).



Fonte: Autores (2025), adaptado de Ferreira & Cunha (2023).

A análise integrada dos estudos demonstra que intervenções simples, como técnicas de distração, orientação prévia e suporte multiprofissional, são eficazes para reduzir as manifestações de estresse. Além disso, programas de fidelização que incorporam estratégias de humanização contribuem para transformar a experiência em algo positivo, ampliando a probabilidade de retorno. Evidências sugerem que o fortalecimento da segurança subjetiva do doador está associado à redução de episódios vasovagais e à maior satisfação com o processo (Souza et al., 2025).

Os resultados apresentados nos Gráficos 2 e 3 reforçam que os sintomas fisiológicos mais prevalentes, como tontura e taquicardia, mantêm estreita correlação com estados de ansiedade situacional. Essa relação evidencia o papel modulador das variáveis psicológicas sobre a ativação autonômica, sugerindo que intervenções voltadas ao preparo emocional dos doadores podem reduzir significativamente a incidência de reações adversas. Tais achados confirmam a importância de estratégias de psicoeducação e suporte multiprofissional nos serviços de hemoterapia (Zhou & Wang, 2025).

Além disso, observa-se que variáveis sociodemográficas, como gênero e faixa etária, também influenciam a intensidade das respostas ao estresse. Estudos recentes indicam que mulheres jovens apresentam maior propensão a desenvolver reações vasovagais, em comparação a homens ou doadores mais velhos. Esse dado sugere que os programas de captação e fidelização devem considerar especificidades populacionais, incorporando protocolos diferenciados de acolhimento, de modo a atender às necessidades particulares dos grupos mais vulneráveis (Mendes; Rocha & Silva, 2024).

A literatura internacional confirma que a intensidade das respostas de estresse em doadores está associada ao contexto cultural e à organização dos serviços de hemoterapia. Pesquisas realizadas em países europeus mostram que doadores habituais tendem a apresentar menor prevalência de reações psicológicas, enquanto candidatos de primeira vez exibem índices significativamente mais elevados de ansiedade e medo. Esses resultados sugerem que a repetição da experiência, aliada ao suporte educativo, funciona como fator protetor contra manifestações adversas (Kleinman et al., 2021).

Outro aspecto relevante identificado em estudos recentes refere-se à influência das campanhas midiáticas sobre a adesão à doação de sangue. Estratégias que utilizam narrativas positivas e depoimentos de doadores veteranos contribuem para reduzir percepções negativas e aumentar a confiança no procedimento. Em contrapartida, abordagens baseadas em apelos dramáticos podem reforçar a percepção de risco e intensificar respostas de estresse em indivíduos mais vulneráveis (Lopez-Palacios et al., 2022).

A dimensão fisiológica do estresse também tem sido objeto de investigações com biomarcadores. Achados demonstram que níveis de cortisol e variações da frequência cardíaca são indicadores consistentes da ativação autonômica durante a doação, funcionando como parâmetros complementares para monitorar o bem-estar do doador. O uso desses indicadores em conjunto com questionários psicológicos permite análises mais robustas, favorecendo a personalização das intervenções (Nguyen & Patel, 2023).

Por fim, cabe destacar a importância da integração entre psicologia, enfermagem e medicina transfusional nos bancos de sangue. Experiências conduzidas em hemocentros da América Latina apontam que a atuação de equipes multiprofissionais, com foco em psicoeducação e acolhimento, contribui para reduzir significativamente a incidência de reações vasovagais. Além disso, tais estratégias fortalecem a confiança institucional e estimulam a fidelização, aspecto crucial para a manutenção dos estoques sanguíneos (Rodriguez; Silva & Hernández, 2024; Chang et al., 2025).

4. Considerações Finais

A análise da literatura evidencia que, embora a doação de sangue represente um ato indispensável para a sustentabilidade dos serviços de saúde, a experiência pode ser acompanhada por respostas relevantes de estresse em suas dimensões psicológicas e fisiológicas. A compreensão desses determinantes oferece subsídios valiosos para a formulação de intervenções direcionadas, capazes de reduzir vulnerabilidades individuais e ampliar a qualidade da experiência do doador.

Do ponto de vista da psicologia da saúde, torna-se evidente que fatores como ansiedade antecipatória, medo de agulhas e percepção subjetiva de risco exercem papel central na maneira como o indivíduo vivencia o processo de doação. Ao reconhecer esses aspectos, as equipes multiprofissionais podem adotar estratégias de acolhimento, psicoeducação e manejo do estresse, possibilitando uma vivência mais positiva e favorecendo a adesão contínua.

No âmbito dos bancos de sangue, a incorporação de práticas de humanização, associadas a protocolos educativos e acompanhamento psicológico, revela-se fundamental para promover tanto a segurança transfusional quanto a fidelização dos doadores. Programas de orientação individualizada, técnicas de distração e apoio multiprofissional emergem como recursos eficazes para prevenir reações adversas e consolidar a confiança no processo de doação.

Assim, reforça-se a necessidade de integrar a dimensão psicológica às práticas clínicas e gerenciais dos serviços de hemoterapia, de modo que a experiência de doar sangue deixe de ser apenas um ato biomédico e se converta em uma ação de solidariedade sustentada por bem-estar e confiança. Essa integração contribui não apenas para a retenção de doadores regulares, mas também para o fortalecimento de uma cultura social de doação voluntária e consciente.

Referências

- Carvalho, M. A., Torres, R. F., & Nascimento, V. H. (2024). Psychological and physiological determinants of stress during blood donation: An integrative review. *Transfusion and Apheresis Science*, 63(1), 103790.
- Chang, Y. H., et al. (2025). Psychological predictors of vasovagal reactions in blood donors: A multicenter study. *Transfusion*, 65(2), 145–154.
- Ferreira, L. M., & Cunha, R. P. (2023). Psychological determinants of blood donation: A systematic review. *Journal of Health Psychology*, 28(4), 456–468.
- Ferreira, P. L., Andrade, C. R., & Lima, S. F. (2021). Revisões sistemáticas em saúde: Métodos, aplicações e desafios. *Revista de Pesquisa em Saúde*, 22(3), 45–56.
- Gomes, A. R., & Andrade, F. S. (2024). Physiological stress responses during voluntary blood donation: Mechanisms and implications. *Transfusion Medicine*, 34(2), 115–124.
- Kleinman, S., et al. (2021). Anxiety and stress in first-time versus repeat blood donors: A comparative analysis. *Vox Sanguinis*, 116(8), 850–858.
- Lopez-Palacios, A., Martín, J. M., & García, C. (2022). Media campaigns and psychological responses in blood donation: A systematic review. *Journal of Behavioral Medicine*, 45(5), 733–745.

- Martins, P. C., Silva, J. D., & Ribeiro, A. F. (2021). Psychological interventions to reduce vasovagal reactions in blood donors: A randomized trial. *Psychology, Health & Medicine*, 26(9), 1078–1087.
- Mendes, A. C., Rocha, T. S., & Silva, P. R. (2024). Gender and age differences in stress responses during blood donation: Implications for donor management. *Journal of Transfusion Science*, 40(2), 134–142.
- Mendes, J. P., Silva, D. A., & Castro, F. C. (2023). Integrative reviews in health psychology: Methodological contributions. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 36(15), 1–13.
- Ministério da Saúde (Brasil). (2023). *Boletim Hemoterapia Brasil 2023*. Brasília: Secretaria de Atenção Especializada à Saúde.
- Nguyen, L., & Patel, R. (2023). Biomarkers of stress in blood donors: Integrating physiological and psychological measures. *Psychoneuroendocrinology*, 148, 106008.
- Oliveira, T. R., Souza, B. H., & Lima, M. A. (2023). Anxiety and fear as barriers to blood donation: An integrative review. *Revista Latino-Americana de Psicologia da Saúde*, 12(1), 44–59.
- Page, M. J., et al. (2021). The PRISMA 2020 statement: An updated guideline for reporting systematic reviews. *BMJ*, 372(71), 1–9.
- Polit, D. F., & Beck, C. T. (2022). *Nursing research: Generating and assessing evidence for nursing practice* (11th ed.). Philadelphia: Wolters Kluwer.
- Prado, G. S., Fernandes, M. E., & Souza, K. L. (2025). Humanization strategies and donor retention: New perspectives in transfusion safety. *Blood Transfusion & Therapy*, 18(1), 23–33.
- Rodriguez, F., Silva, A. M., & Hernández, L. (2024). Interdisciplinary approaches in Latin American blood banks: Psychological and clinical perspectives. *Revista Iberoamericana de Hematología y Hemoterapia*, 19(2), 201–212.
- Silva, V. F., Costa, R. A., & Menezes, H. J. (2022). Stress and adherence to blood donation: A cross-sectional study. *Revista Brasileira de Hematologia e Hemoterapia*, 44(3), e2022007.
- Souza, G. L., & Almeida, H. R. (2022). Stress and vasovagal reactions in blood donors: A cross-sectional analysis. *Revista Brasileira de Hematologia e Hemoterapia*, 44(4), e2022015.
- Zhou, X., & Wang, Y. (2025). Psychological stress and blood donation: A meta-analysis of intervention studies. *Health Psychology Review*, 17(1), 112–129.