

1

7

2

8

3

9

4

10

5

11

6



MIG-HEALTH APPS

Mobile Health Apps for Migrants

<https://apps4health.eu/>

**Modulo 7 - Sessione di
autoapprendimento (7.3)**

Salute della donna e relative app



Cofinanziato
dall'Unione europea

Finanziato dall'Unione europea. Le opinioni espresse appartengono, tuttavia, al solo o ai soli autori e non riflettono necessariamente le opinioni dell'Unione europea o dell'Agenzia esecutiva europea per l'istruzione e la cultura (EACEA). Né l'Unione europea né l'EACEA possono esserne ritenute responsabili.





Partners

POLIBIENESTAR
UNIVERSITAT DE VALÈNCIA

UNIVERSITAT DE VALÈNCIA
VALENCIA, SPAIN
www.uv.es



OXFAM ITALIA INTERCULTURA
AREZZO, ITALY
www.oxfamitalia.org/

PROLEPSIS
INSTITUTE

PROLEPSIS
ATHENS, GREECE
www.prolepis.gr

IAT
Institute for Work and Technology

WESTFALISCHE HOCHSCHULE GELSENKIRCHEN,
BOCHOLT, RECKLINGHAUSEN
GELSENKIRCHEN, GERMANY
www.w-hs.de



connexions
ICT for Education and Social Impact

CONNEXIONS
ATHENS, GREECE
www.connexions.gr



RESET
CYPRUS
www.resetcy.com



media k GmbH
Bad Mergentheim, GERMANY
www.media-k.eu

coördina
Strategy and Sustainable Results

COORDINA ORGANIZACIÓN DE EMPRESAS Y
RECURSOS HUMANOS, S.L.
VALENCIA, SPAIN
coordin-a-oerh.com



AMSED
STRASBOURG, FRANCE
www.amsed.fr





Sessione di autoapprendimento: Contenuti

1. Quiz e autovalutazione



Le donne hanno sempre avuto un ruolo importante nella scienza medica.

Vero

Falso



Quale dei seguenti fattori ostacola l'accesso delle donne all'assistenza sanitaria?

Due risposte sono corrette!

A. Stigma sociale

B. Lavoro domestico

C. Mezzi di trasporto

D. Conoscenza limitata della salute delle donne



Le donne migranti sperimentano maggiori disuguaglianze rispetto ai nativi nel settore sanitario.

Vero

Falso



L'auto cura si concentra sugli strumenti e sull'affidamento delle persone affinché assumano un ruolo centrale nella propria salute.

Vero

Falso



Il concetto di auto-cura comprende:

Due risposte sono corrette!

A. Autotest

B. Praticare sport

C. Autogestione dei farmaci

D. Cucinare ogni pasto



Perché utilizzare le app per il monitoraggio del ciclo?

Solo una risposta è corretta!

A. Smettere di vedere il ginecologo

B. Cercare di avere o evitare di avere un bambino

C. Per tenere traccia delle dimensioni del tuo bambino

D. Nessuna delle precedenti



Contracezione...

Solo una risposta è corretta!

A. E' pericolosa.

B. Crea opportunità per le donne di partecipare più pienamente alla società.

C. Significa avere rapporti sessuali non protetti.

D. È di un solo tipo.



Le app per il monitoraggio del ciclo sono metodi contraccettivi sicuri

Vero

Falso



Abbinare le colonne.

Abbinare le colonne!

A. Una gravidanza a termine

A. Salute della donna durante la gravidanza, il parto e il periodo postnatale

B. Tirare fuori

B. dura tra 39 settimane, 0 giorni e 40 settimane, 6 giorni

C. Salute materna

C. È quattro volte più comune nelle donne che negli uomini

D. Osteoporosi

D. È tra i metodi contraccettivi meno efficaci



Differenze di genere nella salute...

Due risposte sono corrette!

A. Non esistono

B. Compaiono dalla nascita

C. Sono associati all'aspettativa di vita e all'invecchiamento in buona salute di uomini e donne

D. Dimostrare che le donne sono generalmente più sane degli uomini



Le donne vivono più a lungo degli uomini ma soffrono di malattie e disabilità.

Vero

Falso



Malattie cardiovascolari...

Solo una risposta è corretta!

A. Hanno lo stesso meccanismo, manifestazione, prognosi e trattamento negli uomini e nelle donne.

B. Non colpiscono le donne.

C. Sono la principale causa di morte dopo la menopausa per le donne.

D. Sono più comuni tra gli uomini.



Di tutti i tumori ginecologici, solo il cancro cervicale dispone di test di screening efficaci nelle fasi iniziali.

Vero

Falso



La menopausa avviene in più fasi. Quale delle seguenti è la fase che può durare dai 4 agli 8 anni, è caratterizzata da cambiamenti nell'andamento dei periodi mestruali e porta all'ultimo periodo mestruale?

Solo una risposta è corretta!

A. Perimenopausa

B. Menarca

C. Postmenopausa

D. Menopausa prematura



È fondamentale che le donne controllino regolarmente il loro seno per eventuali cambiamenti e facciano sempre esaminare eventuali cambiamenti da un medico di famiglia.

Vero

Falso



Abbinare le colonne

Abbinare le colonne!

A. Know Your Lemons

A. App di supporto alla menopausa

B. WomanLog

B. App di monitoraggio del ciclo

C. Health & Her

C. App per il monitoraggio della gravidanza

D. What to Expect

D. App focalizzata sullo Screening e sulla Prevenzione



I sintomi della menopausa sono gli stessi per ogni donna.

Vero

Falso



Una delle migliori funzionalità di alcune app per la menopausa è un tracker che consente agli utenti di prendere nota dei propri sintomi, della frequenza con cui si verificano e della loro gravità.

Vero

Falso



Le app per la salute delle donne possono sostituire un medico.

Vero

Falso





MIG-HEALTH APPS

Mobile Health Apps for Migrants

Congratulazioni!

Hai completato
l'autoapprendimento di questo
modulo!



Cofinanziato
dall'Unione europea

Finanziato dall'Unione europea. Le opinioni espresse appartengono, tuttavia, al solo o ai soli autori e non riflettono necessariamente le opinioni dell'Unione europea o dell'Agenzia esecutiva europea per l'istruzione e la cultura (EACEA). Né l'Unione europea né l'EACEA possono esserne ritenute responsabili.