

1

2

3

4

5

6



MIG-DHL

Migrants Digital Health Literacy

Módulo 1

Qué es la alfabetización sanitaria digital y su relevancia



Socios



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



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



PROLEPSIS
ATENAS, GRECIA
www.prolepis.gr



UNIVERSIDAD DE VALENCIA
VALENCIA, ESPAÑA
www.uv.es



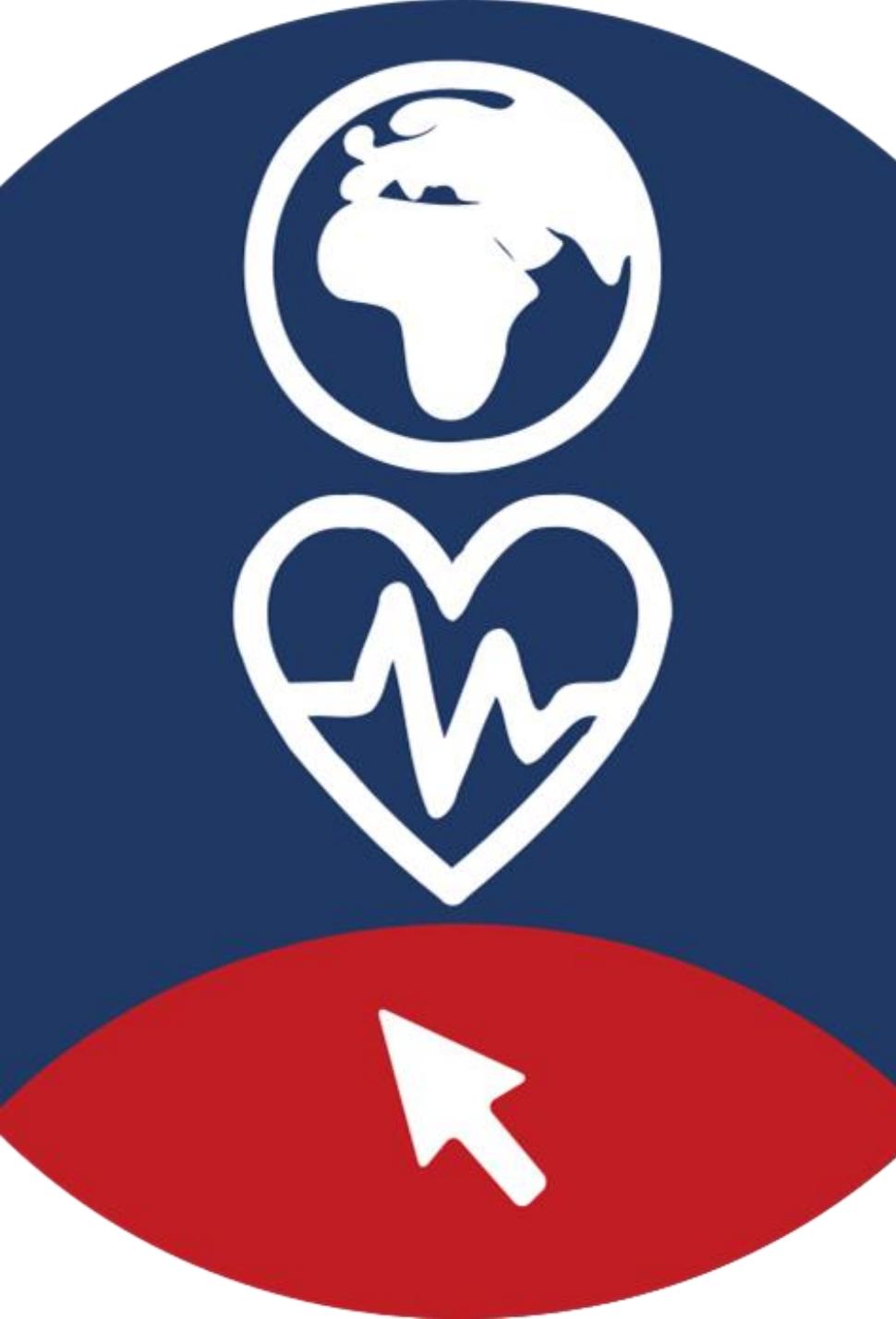
media k GmbH
Bad Mergentheim, ALEMANIA
www.media-k.eu



COORDINA ORGANIZACIÓN DE EMPRESAS Y
RECURSOS HUMANOS, S.L.
VALENCIA, ESPAÑA
coordinar-oerh.com



AKADIMAIKO DIADIKTYO (GUNet)
ATENAS, GRECIA
www.gunet.gr



Módulos

1. Qué es la alfabetización sanitaria digital y su relevancia 

2. Principales cuestiones sanitarias al aterrizar en un nuevo país

3. Servicios de salud

4. Convertirse en una persona digitalmente alfabetizada

5. Exploración de las herramientas de salud digital

6. Ser activo en el entorno de la salud digital

I Qué es la alfabetización sanitaria digital y su relevancia

Objetivos



Presentar el contenido del curso de formación



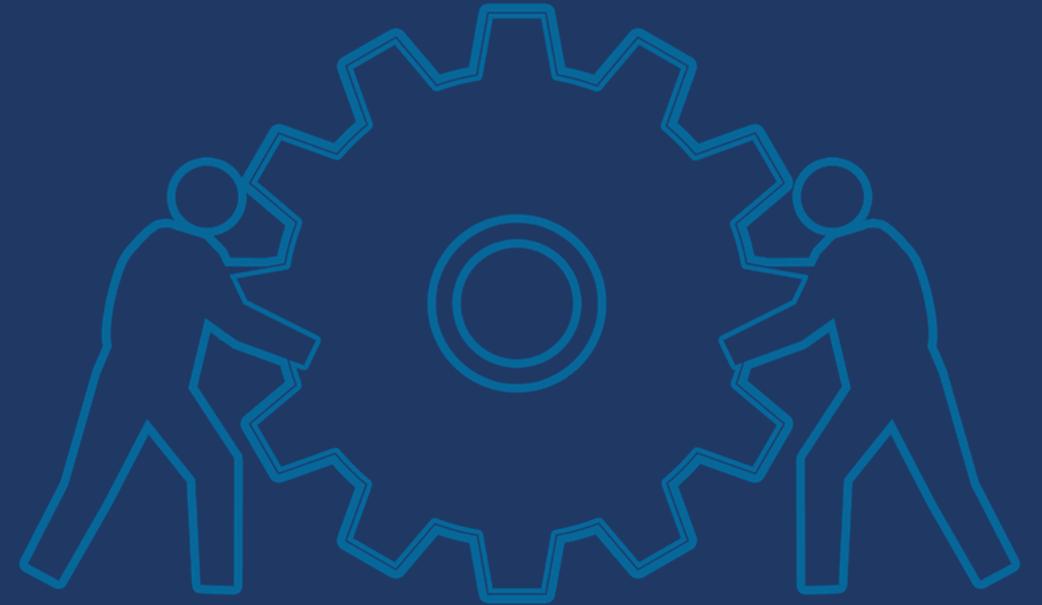
Introducir los principales conceptos de la alfabetización sanitaria digital



I Qué es la alfabetización sanitaria digital y su relevancia

Competencias

- ✓ Conocimiento sobre la alfabetización sanitaria digital (para migrantes, pares migrantes y profesionales de la salud)
- ✓ Sensibilización sobre la importancia de la alfabetización sanitaria digital para la salud de los inmigrantes (para inmigrantes, pares inmigrantes y profesionales sanitarios)



Introducción al curso de formación

Objetivos

- Conocerás la estructura y el contenido del programa Erasmus+ MIG-DHL y te harás una primera idea del concepto de **Alfabetización Sanitaria Digital**.



Acción 1.1.1 Apertura

Objetivos

- Conocer la estructura y el contenido del programa Erasmus+ MIG-DHL.

Empecemos

...

1.1

1.1.1

1.1.2

1.1.3

1.1.4

1.1.5

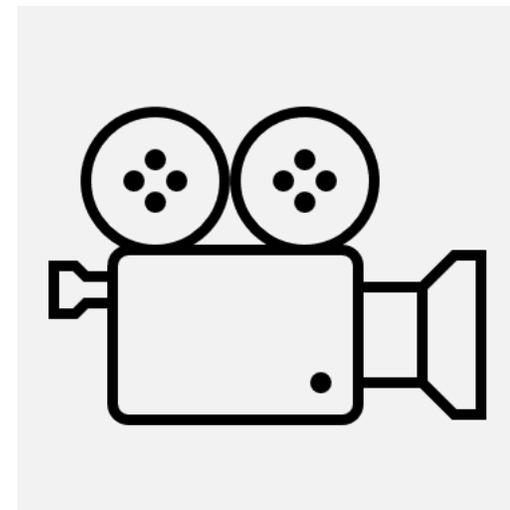


El programa Erasmus+

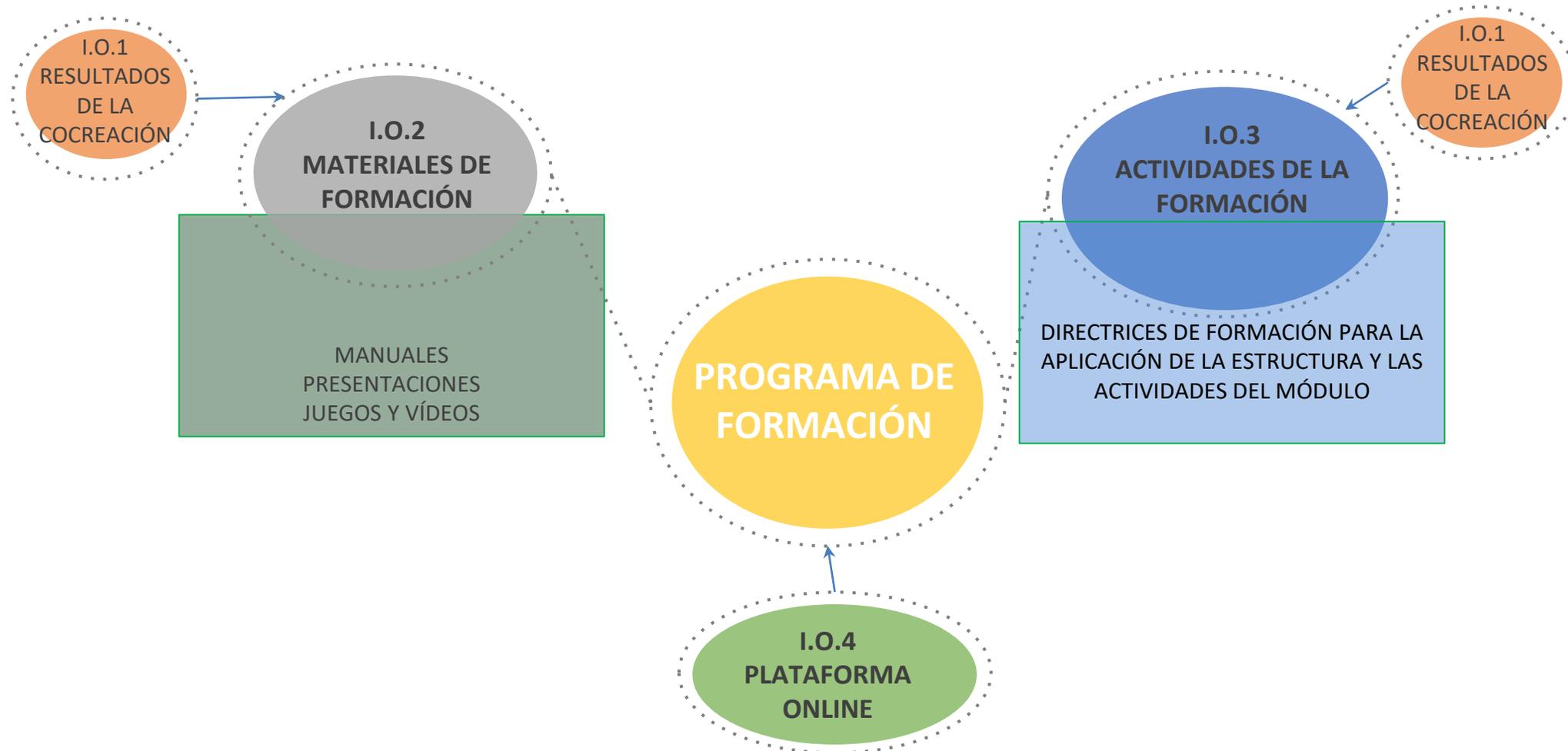


Erasmus+

- El siguiente vídeo ofrece una buena visión general sobre el programa Erasmus:
<https://www.youtube.com/watch?v=ap2guv2PFco>



Visión general del proyecto - los materiales



Resumen del proyecto - contenido

1. Qué es la alfabetización sanitaria digital y su relevancia

2. Principales cuestiones sanitarias al aterrizar en un nuevo país

3. Servicios de salud

4. Convertirse en una persona digitalmente alfabetizada

5. Exploración de las herramientas de salud digital

6. Ser activo en el entorno de la salud digital



1 Qué es la alfabetización digital sanitaria y su relevancia

Visión general del proyecto - estructura organizativa de los módulos

- Cada módulo tiene una duración de entre 4,5 horas (módulo más corto) y 9 (módulo más largo)
- Cada módulo consta de sesiones presenciales y sesiones en línea.
 - Las **sesiones presenciales** consisten en una breve presentación, actividades dinámicas de grupo y actividades prácticas.
 - Las **sesiones en línea** son tareas individuales que se pueden realizar con independencia del lugar y la hora de las sesiones presenciales.



1 Qué es la alfabetización digital sanitaria y su relevancia

Presentación

- ¿Cómo me llamo?
- De qué país vengo
- Por qué vine a este país
- Cuáles son mis aficiones
- ¿Cuáles son mis motivaciones y objetivos para este curso?



Acción 1.1.2

Dinámica de grupo - Concepto de alfabetización sanitaria digital

Objetivos

Conocer el concepto de la alfabetización sanitaria digital y las competencias relacionadas:

- Habilidades operativas
- Habilidades de navegación
- Búsqueda de información
- Evaluar la fiabilidad, determinar la pertinencia
- Añadir contenido
- Proteger la privacidad.



1.1 1.1.1

1.2 **1.1.2**

1.1.3

1.1.4

1.1.5



El concepto de alfabetización sanitaria digital

Alfabetización sanitaria digital (DHL) es la capacidad de buscar, encontrar, comprender y valorar la información sanitaria procedente de fuentes electrónicas y aplicar los conocimientos adquiridos para abordar o resolver un problema de salud.



1 Qué es la alfabetización digital sanitaria y su relevancia

Habilidades operativas

¿Cómo de fácil o difícil es para ti?

1. Utilizar un ordenador y su navegador web
2. Mostrar/enseñar esto a otros/guiar a alguien para que lo haga



1 Qué es la alfabetización digital sanitaria y su relevancia

Habilidades de navegación

¿Le resulta fácil o difícil orientarse en Internet?



1 Qué es la alfabetización digital sanitaria y su relevancia

Búsqueda de información

- ¿Le resulta fácil o difícil encontrar información en Internet? (En relación con temas de salud, enfermedades específicas, etc.)
- ¿Diría que sabe buscar información en Internet?



Fuente | Licencia Pixabay

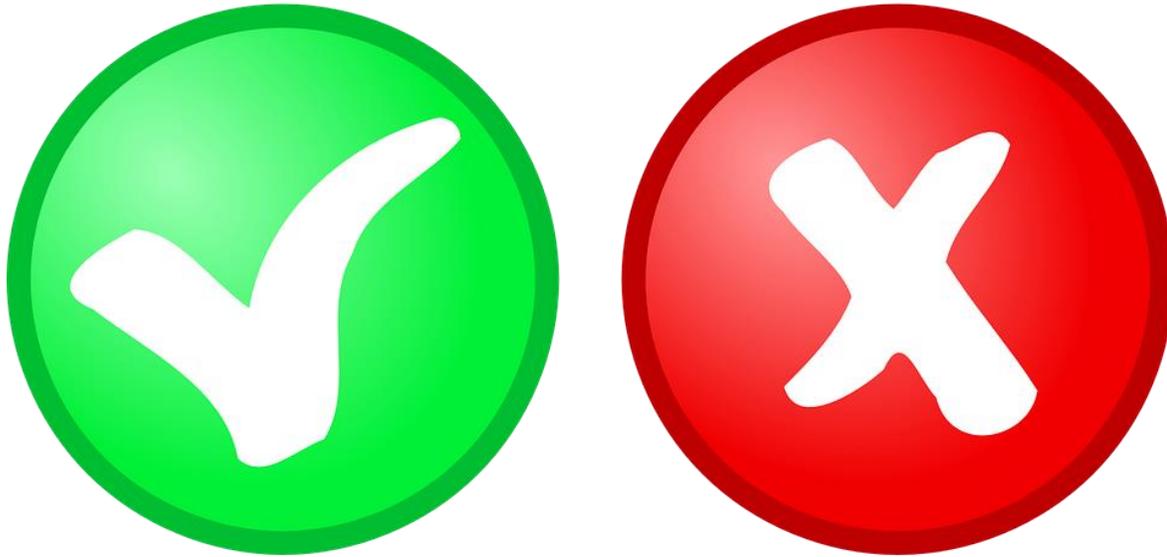


Fuente | Licencia Pixabay



1 Qué es la alfabetización digital sanitaria y su relevancia

Evaluación de la fiabilidad



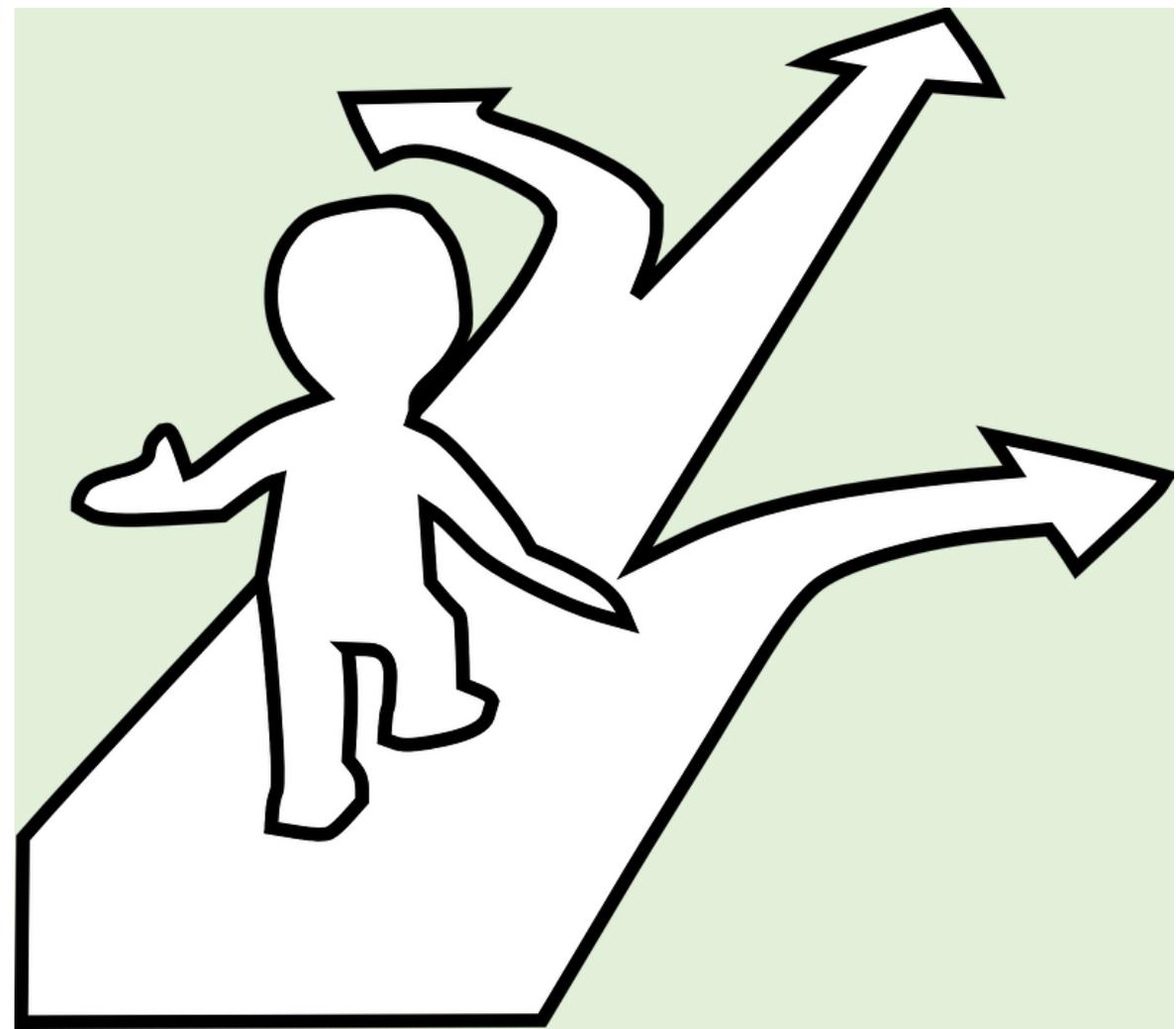
Cuando busca información sobre salud en Internet, ¿le resulta fácil o difícil decidir si la información es fiable o no?



1 Qué es la alfabetización digital sanitaria y su relevancia

Determinar la relevancia

- Cuando busca información sobre salud en Internet, ¿le resulta fácil o difícil elegir entre toda la información que encuentra? ¿le resulta fácil o difícil elegir la información más útil?



Añadir contenido



¿Alguna vez ha...

- (1) ¿publicado una revisión médica?
- (2) ¿publicado un mensaje en un foro o en una red social?



1 Qué es la alfabetización digital sanitaria y su relevancia

Proteger la privacidad

¿Alguna vez ha...

- (1) ¿compartido información sanitaria personal (suya o de otros) con otras personas en Internet?
- (2) ¿accedido a su propia historia clínica electrónica?



Acción 1.1.3

Dinámica de grupo - Ejemplo práctico

Objetivos

Se le presentará un ejemplo sobre tener los siguientes síntomas: **Fiebre y tos seca:**

- *¿Tengo COVID? ¿Dónde puedo buscar información?*
- *¿Qué debo hacer si tengo COVID?*
- *¿Cómo puedo buscar información en Internet?*
- *¿En qué página web debo buscar la información?*
- *¿Cómo puedo saber los siguientes pasos?*



1.1 1.1.1

1.2 1.1.2

1.1.3

1.1.4

1.1.5



Acción 1.1.4

Encuesta sobre conocimientos previos

Objetivos

Completar un cuestionario para recoger información sobre tus habilidades en alfabetización sanitaria digital.



1.1 1.1.1

1.2 1.1.2

1.1.3

1.1.4

1.1.5



**¡ES HORA
DE LA
ENCUESTA!**



Acción 1.1.5

Cierre

Objetivos

Se le proporcionará un resumen y explicaciones de las actividades que tiene que realizar fuera del aula.

1.1 1.1.1

1.2 1.1.2

1.1.3

1.1.4

1.1.5



Resumen

Explicaciones
sobre las
actividades



Acción 1.2.1

Apertura - Introducción a la sesión

Objetivos

Se le informará sobre: **¿qué vamos a hacer hoy?**

- Puesta en común de los deberes
- Cómo gestionar la propia salud



1.1 1.2.1

1.2 1.2.2

1.2.3

1.2.4

1.2.5



Acción 1.2.2

Puesta en común de los deberes

Objetivos

Se debatirá sobre las reflexiones realizadas durante la semana sobre:

- El contenido del curso
- Autoevaluación de la salud

1.1 1.2.1

1.2 **1.2.2**

1.2.3

1.2.4

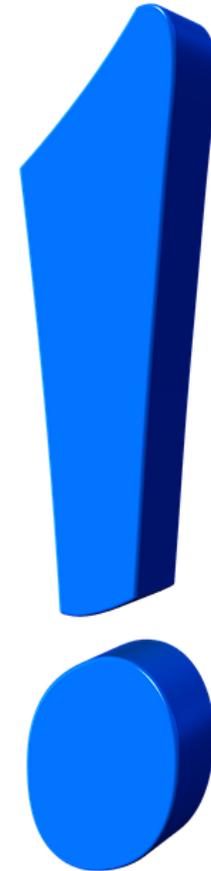


Dinámica de grupo - Puesta en común de los deberes

¿Qué le pareció más importante en la sesión anterior?

¿Cuál es la dimensión más importante de alfabetización digital sanitaria para usted?

¿Cuáles son las cuestiones de salud más relevantes/problemáticas para usted?



Acción 1.2.3

Cómo gestionar la propia salud

Objetivos

Aprender a gestionar tu salud en base a los ejemplos de otras personas.

1.1 1.2.1

1.2 1.2.2

1.2.3

1.2.4



1 Qué es la alfabetización digital sanitaria y su relevancia

Ejemplo 1

Necesito pedir una cita por Internet para que me vea mi médico. Voy a entrar en la página web de mi centro de salud para buscar el nombre de mi médico en la lista de profesionales sanitarios.



Ejemplo 2



Quiero pedir una cita con mi médico por Internet, pero mi centro de salud no tiene página web propia. No puedo pedir cita con mi médico para que me atienda en la clínica. El buscador no encuentra lo que busco, sólo aparece "Conselleria de Sanitat" en los resultados. Voy a buscar en internet el centro de salud más cercano para ir a preguntar si puedo ver a un médico.



Ejemplo 3

Me duele mucho la cabeza. Voy a buscar en internet a qué puede deberse el dolor y qué pastilla debo tomar. Estoy seguro de que encontraré mucha información profesional. Encuentro muchos foros donde la gente comparte sus experiencias de enfermedades y tratamientos que han tomado. Hay una persona que dice que tomó "Diazepam" durante 20 días y le fue muy bien. Creo que voy a hacer lo mismo. Estoy segura de que el dolor desaparecerá y podré seguir con mis actividades habituales.



Ejemplo 4



Mi hija se ha levantado hoy con un poco de tos y dolor de garganta, pero sin fiebre. Ahora mismo la llevo al hospital que está cerca de mi casa para que un médico la atienda.

Acción 1.2.4

Clausura

Objetivos

Se le proporcionará un resumen de la sesión de hoy y aclaraciones sobre posibles dudas y preguntas.

1.1 1.2.1

1.2 1.2.2

1.2.3

1.2.4



Resumen

Aclaraciones





MIG-DHL

Migrants Digital Health Literacy

¡Enhorabuena!
Ha completado este módulo.

