



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union



**MIG-DHL**  
Migrants Digital Health Literacy

Contratto n. 2020-1-DE02-KA204-007679



# MIG-DHL

Migrants Digital Health Literacy

## Manuale

### Modulo 2

Principali problemi di salute quando si arriva in un  
nuovo paese

#### **Autori:**

Karin Drda-Kühn, MediaK; Nikole Papaevgeniou, Prolepsis



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union

Il sostegno della Commissione europea alla realizzazione di questa pubblicazione non costituisce un'approvazione dei contenuti, che riflettono esclusivamente le opinioni degli autori. La Commissione non può essere ritenuta responsabile per l'uso che può essere fatto delle informazioni in essa contenute. Numero del progetto: 2020-1-DE02-KA204-007679.



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union



**MIG-DHL**  
Migrants Digital Health Literacy

**Contratto n. 2020-1-DE02-KA204-007679**

Questo manuale per il modulo 2 fa parte del programma MIG-DHL, che contiene 6 moduli di apprendimento in totale, sviluppati nell'ambito del partenariato strategico Erasmus+ **MIG-DHL- Migrants Digital Health Literacy**.

## I contenuti della formazione in sintesi:

---

### Programma MIG-DHL

Modulo 1: Cos'è la *Digital Health Literacy* (alfabetizzazione sanitaria digitale)?

**Modulo 2: Principali problemi di salute quando si arriva in un nuovo paese**

**Modulo 3: I servizi sanitari**

**Modulo 4: Diventare digitalmente alfabetizzati**

**Modulo 5: Esplorazione degli strumenti per la salute digitale**

**Modulo 6: Essere attivi nell'ambiente della salute digitale**

Per ulteriori informazioni, consultare la homepage: <https://mig-dhl.eu/>



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union



**MIG-DHL**  
Migrants Digital Health Literacy

**Contratto n. 2020-1-DE02-KA204-007679**

### Dichiarazione sul copyright:



Quest'opera è rilasciata con *Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International License*. Siete liberi di:

- Condividere, copiare e ridistribuire il materiale su qualsiasi supporto o formato
- Adattare, trasformare e implementare il materiale

alle seguenti condizioni:

- Attribuzione - È necessario dare il giusto credito, fornire un link alla licenza e indicare se sono state apportate modifiche. Potete farlo in qualsiasi modo ragionevole, ma non in modo da suggerire che il licenziante approvi voi o il vostro uso.
- Non commerciale - Non è consentito utilizzare il materiale per scopi commerciali.
- ShareAlike – Se adattate, trasformate o implementate il materiale, dovete distribuire i vostri contributi con la stessa licenza dell'originale.



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union



**MIG-DHL**  
Migrants Digital Health Literacy

**Contratto n. 2020-1-DE02-KA204-007679**

## **Contenuto**

2.0 Introduzione	4
2.1 Apertura	5
2.2 Fattori di rischio per la salute in base alle diverse fasi della migrazione	6
2.3 Esplorare la salute fisica e mentale dei migranti	6
2.4. Strategie di prevenzione	8
2.5 Riferimenti	9



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union



**MIG-DHL**  
Migrants Digital Health Literacy

**Contratto n. 2020-1-DE02-KA204-007679**

## 2.0 Introduzione

Il seguente manuale fa parte dell'output intellettuale 2 del progetto MIG-DHL. Questo manuale copre tutti i sei moduli:

- 1.) Che cos'è la *Digital Health Literacy* (alfabetizzazione sanitaria digitale)?
- 2.) Principali problemi di salute quando si arriva in un nuovo paese**
- 3.) I servizi sanitari
- 4.) Diventare digitalmente alfabetizzati
- 5.) Esplorare gli strumenti di salute digitale
- 6.) Essere attivi nell'ambiente della salute digitale

Il manuale è rivolto specificamente ai formatori e ai collaboratori (operatori sociali, sanitari, etc.) con l'obiettivo di poter fornire loro una conoscenza più approfondita degli argomenti trattati nelle sessioni di formazione. Inoltre il formatore è preparato a rispondere a domande più dettagliate rispetto alle informazioni fornite nel materiale formativo. Pertanto questo manuale fornisce una conoscenza più approfondita e collegamenti a risorse aggiuntive relative ai contenuti, in primo luogo per i formatori, ma naturalmente anche per tutte le altre persone che desiderano saperne di più sugli argomenti.

La struttura del manuale è orientata alla struttura del programma di formazione. Ogni modulo ha un capitolo di circa 6-8 pagine.

Questa particolare parte del manuale contiene informazioni relative al **Modulo 2: Principali problemi di salute quando si arriva in un nuovo Paese**. Qui troverete le informazioni teoriche necessarie per supportare i contenuti e le attività del **DPTA\_2**.

Il **Modulo 2 "Principali problemi di salute quando si arriva in un nuovo Paese"** è incentrato alla sensibilizzazione sui principali problemi di salute cui i migranti possono essere particolarmente soggetti al momento dell'arrivo in un nuovo Paese. Il materiale formativo si concentra sui fattori che influenzano la salute prima, durante e dopo l'arrivo dei migranti nel Paese ospitante. Ognuna di queste fasi ha un impatto sulla salute fisica e mentale dei migranti e, in alcuni casi, sono interconnesse e reciprocamente dipendenti.



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union



**MIG-DHL**  
Migrants Digital Health Literacy

**Contratto n. 2020-1-DE02-KA204-007679**

I problemi di salute non si manifestano solo con i sintomi delle malattie, ma possono essere affrontati anche portando attenzione ad elementi culturali quali il linguaggio, i termini usati e le diverse modalità di affrontare la malattia. Spesso dietro ai sintomi e alla loro descrizione agiscono narrazioni specifiche di elementi culturali: riteniamo molto importante una sensibilizzazione su questi aspetti per le persone coinvolte nella presa in carico dei percorsi terapeutici delle persone migranti.

Il modulo descrive le malattie più comuni e le relative terapie che un migrante può incontrare nel Paese ospitante e come queste possono essere affrontate utilizzando i mezzi digitali. Un altro obiettivo del modulo è quello di esplorare i principali comportamenti determinanti per la salute, la loro correlazione e possibile influenza sui risultati sanitari. Inoltre il modulo mira a descrivere le strategie di prevenzione di prima linea che i migranti dovrebbero conoscere quando arrivano nel Paese ospitante.

## **2.1 Apertura del modulo**

Durante l'apertura il formatore deve spiegare gli obiettivi della sessione, la durata, la struttura e le attività che saranno svolte. Tenete presente che i partecipanti potrebbero provenire da contesti educativi molto diversi e potrebbero non essere necessariamente abituati a un ambiente di apprendimento formale. Per questo motivo potrebbe essere consigliabile aprire la sessione con un momento di presentazione informale, chiedendo ai partecipanti informazioni sul loro background e sui loro interessi. Cercate di scoprire di più sul loro livello di istruzione, se questo non è noto prima della formazione.

Per seguire questo modulo si presuppone che gli studenti siano alfabetizzati e sufficientemente abili nella scrittura, nella lettura e che abbiano seguito un percorso scolastico che abbia fornito loro delle competenze di base. Si presume inoltre che abbiano familiarità con l'uso di dispositivi digitali mobili. Chiedete al vostro gruppo di studenti di poter conoscere questi aspetti, in modo da poter valutare meglio eventuali problematiche e adattare la formazione di conseguenza.

Ai fini della formazione è necessario che gli studenti abbiano accesso a uno strumento digitale, che può essere un telefono cellulare, un tablet o un PC.



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union



**MIG-DHL**  
Migrants Digital Health Literacy

**Contratto n. 2020-1-DE02-KA204-007679**

E' importante incoraggiare la partecipazione attiva di tutti e prestare particolare attenzione a coloro che potrebbero non partecipare attivamente alla sessione: le ragioni potrebbero essere diverse, come la timidezza o la mancanza di competenze linguistiche.

Presentate le attività pratiche e formulate chiaramente le vostre aspettative di partecipazione attiva all'inizio, poiché questa formazione non si concentra solo sull'ascolto, ma sull'esercizio e sull'apprendimento attraverso il coinvolgimento attivo. Siate consapevoli che i vostri studenti potrebbero non avere familiarità con questo concetto didattico.

## **2.2 Fattori di rischio per la salute in base alle diverse fasi della migrazione**

I rischi per la salute dei migranti si presentano in ogni fase del processo migratorio, a partire dal momento della partenza dal Paese di origine (soprattutto se si proviene da situazioni di instabilità politica/sociale o conflitti). Vari rischi possono emergere anche durante il viaggio e nel Paese di destinazione o di transito, ma anche in eventuali fasi di "ricollocazione". Pertanto chiedete ai partecipanti di riflettere sui vari rischi per la salute che possono derivare dal processo migratorio, senza necessariamente definire le fasi a priori. Nel materiale formativo si chiede ai partecipanti di annotare le loro esperienze in base alle diverse fasi del percorso migratorio. Lasciate che utilizzino lavagne a fogli mobili o bacheche per annotare tutto ciò che potrebbero trovare interessante. Si suggerisce di mostrare il video introduttivo incluso, seguito da una spiegazione dettagliata dei rischi per la salute in base alle fasi descritte.

Le esercitazioni in ambito digitale sono direttamente collegate a questa parte della formazione e gli studenti sono invitati a creare la propria guida tascabile sui temi della salute, in base alle loro esigenze e ai loro interessi. Attraverso la piattaforma di formazione potrete controllare i compiti svolti e rimanere in contatto con i partecipanti.

## **2.3 Esplorare la salute fisica e mentale dei migranti**

Le persone migranti possono incorrere in specifici problemi di salute fisica e mentale. Durante la formazione i partecipanti saranno introdotti ai sintomi dei problemi di salute e di salute mentale che



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union



**MIG-DHL**  
Migrants Digital Health Literacy

**Contratto n. 2020-1-DE02-KA204-007679**

sono più diffusi nelle comunità di persone migranti. In seguito faciliterete una discussione di gruppo, esplorando le narrazioni sulla malattia da parte dei partecipanti, con l'obiettivo di superare le barriere culturali che possono influenzare l'alfabetizzazione sanitaria.

La percezione della malattia e il modo in cui viene affrontata possono essere molto diversi a seconda del background culturale. I sintomi delle malattie sono interpretati in modo diverso e anche la percezione del momento in cui è necessario un aiuto medico può variare in base a queste interpretazioni. La valutazione di quando i “rimedi casalinghi” sono sufficienti e quando è necessario consultare un medico può essere diversa a seconda di fattori culturali.

La comunicazione delle malattie varia: ci sono malattie che vengono condivise con gli amici e altre che vengono trattate come tabù. Anche il processo di recupero è soggetto a caratteristiche diverse: ad esempio, una persona malata si ritira dalla vita familiare o la famiglia svolge un ruolo nel percorso terapeutico? Che ruolo hanno le informazioni ricercate in ambito digitale e come vengono utilizzate? Per la vostra preparazione vi suggeriamo di cercare un confronto con colleghi o persone che già lavorano in ambito di supporto alle persone immigrate.

Secondo l'Organizzazione Mondiale della Sanità alcune malattie infettive come la tubercolosi, l'infezione da HIV, l'epatite virale, le malattie respiratorie possono essere più comuni nelle comunità di migranti. Le seguenti malattie sono osservate invece in modo sproporzionato: malattie cardiovascolari, diabete, cancro e malattie polmonari croniche; molte di queste richiedono un'assistenza continua per un lungo periodo, spesso per tutta la vita. Probabilmente i vostri studenti sono a conoscenza delle malattie che si manifestano più frequentemente, ma non sempre è chiaro come affrontarle per massimizzare le possibilità di guarigione. Inoltre, spesso non è chiaro quando l'assistenza medica e i farmaci sono assolutamente necessari per alleviare i sintomi ed evitare rischi per la salute. Anche la sensibilizzazione su questo aspetto è un obiettivo della vostra formazione.

Suggerire azioni specifiche per la salute è sempre compito di un medico, ma è necessario sottolineare come le cure mediche possano essere fornite in diversi contesti: in farmacia, in uno studio medico, da un medico che visita una persona malata a casa, in un pronto soccorso ospedaliero e infine anche nell'ambiente digitale. Gli studenti devono sapere che sempre più medici offrono anche consulti digitali, la cosiddetta telemedicina, soprattutto in caso di pandemia. Tuttavia ci sono dei prerequisiti per farlo e di norma il medico deve aver potuto registrare precedentemente lo stato di salute del



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union



**MIG-DHL**  
Migrants Digital Health Literacy

**Contratto n. 2020-1-DE02-KA204-007679**

paziente. Per i vostri studenti il consulto in telemedicina potrebbe presentare alcuni vantaggi, in quanto può essere ricevuto tramite un telefono cellulare e il migrante non deve recarsi presso uno studio medico. Ugualmente va sottolineato che potrebbero presentarsi anche elementi problematici, quali ad esempio una maggiore difficoltà di comprensione reciproca.

Parlare di salute mentale può essere una questione molto delicata e per alcuni gruppi (ad esempio le persone richiedenti asilo e rifugiate) l'accesso a consulenze (faccia a faccia o online), trattamenti e terapie non è sempre possibile in tempi brevi. I rifugiati con stress post-traumatico sono un gruppo vulnerabile per il quale sono disponibili poche misure preventive e terapeutiche. Gli approcci integrativi e culturalmente sensibili al trattamento dei rifugiati devono affrontare sfide complesse, come le barriere culturali e linguistiche, che richiedono una specializzazione da parte degli esperti medici. Tuttavia, nel frattempo, è noto che alcuni elementi di disagio psichico possono essere rilevati in persone migranti, proprio in virtù dell'esposizione a violenza o a fattori traumatici vissuti durante la fase migratoria: laddove possibile questo tema può essere discusso nella vostra formazione, eventualmente richiedendo il sostegno con figure esperte in casi di etno-clinica o antropologia medica. Il materiale formativo comprende diversi esercizi e raccomandazioni per le fasi di attuazione.

In ogni caso, per quanto dalla riflessione possa emergere un invito ad una maggior consapevolezza e presa in carico personale del proprio stato di salute, è necessario sottolineare che gli studenti devono sempre consultare il proprio medico per la diagnosi e il trattamento.

## **2.4. Strategie di prevenzione**

Questa parte della formazione si concentra sull'apprendimento della prevenzione delle malattie, sull'esplorazione delle strategie di prevenzione più comuni e sulla comprensione dell'importanza dell'adozione di tali strategie. Il vostro ruolo di formatori è quello di comunicare le rispettive informazioni su argomenti importanti come le vaccinazioni, le malattie prevenibili con i vaccini, l'alimentazione (compresi il trattamento e la prevenzione della malnutrizione), l'impatto negativo dell'alcol e del fumo, l'importanza di svolgere attività fisica nelle varie fasi della vita e gli screening



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union



**MIG-DHL**  
Migrants Digital Health Literacy

**Contratto n. 2020-1-DE02-KA204-007679**

raccomandati per le malattie croniche e altre malattie. L'osservanza delle norme igieniche è un'importante strategia di prevenzione primaria, facile da seguire, che verrà discussa.

Siete incoraggiati a iniziare una discussione di gruppo sull'auto-percezione delle corrette abitudini nutrizionali, ad approfondire tali abitudini e capire se vengono utilizzati i mezzi digitali per ottenere informazioni, consigli salutari, ricette e consulenze dietetiche.

Si consiglia inoltre di avviare una conversazione sulla conoscenza da parte dei partecipanti delle vaccinazioni raccomandate sia nel Paese d'origine che in quello ospitante e sul livello di fiducia con cui ci si approccia nel ricercare il programma nazionale di vaccinazione sia per i bambini/adolescenti che per gli adulti.

Nel caso in cui il vostro gruppo di studenti sia composto principalmente da donne, considerate la possibilità di concentrarvi su argomenti speciali come la prevenzione della salute delle donne, la gravidanza, la cura dei bambini e dei neonati che si possono trovare negli allegati del modulo.

Nel caso in cui il vostro gruppo di studenti abbia un interesse particolare per la salute mentale, la formazione include del materiale sull'identificazione dei problemi di salute mentale e sulla costruzione della resilienza della salute mentale, che si trova anche negli allegati.

## **2.5 Riferimenti**

Per ulteriori letture, si raccomanda la seguente letteratura:

Bryce, E., Mullany, L.C., Khatri, S.K. et al. 2020. Coverage of the WHO's four essential elements of newborn care and their association with neonatal survival in southern Nepal. BMC Pregnancy Childbirth 20, 540 <https://doi.org/10.1186/s12884-020-03239-6>

Carr T.P et al. 2016. Advanced Nutrition and Human Metabolism. Cengage Learning.

Center for Disease Control and Prevention (CDC)

n.d. <https://www.cdc.gov/ncbddd/birthdefects/prevention.html>



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union



**MIG-DHL**  
Migrants Digital Health Literacy

**Contratto n. 2020-1-DE02-KA204-007679**

European Commission. 2020. The health benefits of vaccination. [https://ec.europa.eu/commission/presscorner/detail/en/fs\\_20\\_2364](https://ec.europa.eu/commission/presscorner/detail/en/fs_20_2364).

European Parliament, Directorate General for Internal Policy. 2017. Research for CULT–Committee. Why Cultural Work with Refugees. Retrieved from:

[http://www.europarl.europa.eu/RegData/etudes/IDAN/2017/602004/IPOL\\_IDA\(2017\)602004\\_EN.pdf](http://www.europarl.europa.eu/RegData/etudes/IDAN/2017/602004/IPOL_IDA(2017)602004_EN.pdf)

European Centre for Disease Prevention and Control. 2020. Guidance on infection prevention and control of coronavirus disease (COVID-19) in migrant and refugee reception and detention centres in the EU/EEA and the United Kingdom

International Scientific Forum on Home Hygiene. 2018. Containing the burden of infectious diseases is everyone's responsibility: A call for an integrated strategy for developing and promoting hygiene behaviour change in home and everyday life [White Paper]. <https://www.ifh-homehygiene.org/sites/default/files/publications/IFH%20White%20Paper-10-18.pdf>.

John Hopkins Medicine. n.d. <https://www.hopkinsmedicine.org/health/treatment-tests-and-therapies/screening-tests-for-common-diseases>

Johns Hopkins Medicine. n.d. - <https://www.hopkinsmedicine.org/health/wellness-and-prevention/abcs-of-eating-smart-for-a-healthy-heart>

John Hopkins Medicine .n.d. Malnutrition. <https://www.hopkinsmedicine.org/health/conditions-and-diseases/malnutrition>

Matlin, S.A., Depoux, A., Schütte, S. *et al.* 2018. Migrants' and refugees' health: towards an agenda of solutions. *Public Health Rev* 39, 27. <https://doi.org/10.1186/s40985-018-0104-9>

National Institute on Alcohol Abuse and Alcoholism. 2007. - Alcohol and Tobacco <https://pubs.niaaa.nih.gov/publications/aa71/aa71.htm>.

NSW Refugee Health Service and STARTTS (NSW Service for the Treatment and Rehabilitation of Torture and Trauma Survivors). 2014. *Working with refugees: a guide for social workers*. Retrieved from: <https://www.startts.org.au/media/Resource-Working-with-Refugees-Social-Worker-Guide.pdf>



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union



**MIG-DHL**  
Migrants Digital Health Literacy

**Contratto n. 2020-1-DE02-KA204-007679**

P.J. Shannon, E. Wieling, J.Simmelink-McCleary, E. Becher. 2014. *Beyond Stigma: Barriers to Discussing Mental Health in Refugee Populations*, Journal of Loss and Trauma International Perspectives on Stress & Coping, Taylor and Francis Online.

Saunders J, Smith T. 2010, Malnutrition: causes and consequences. Clin Med. 2010;10(6):624-627. doi:10.7861/clinmedicine.10-6-624

WHO. n.d. Chapter 8 - Personal, domestic and community hygiene.

[https://www.who.int/water\\_sanitation\\_health/hygiene/settings/hvchap8.pdf](https://www.who.int/water_sanitation_health/hygiene/settings/hvchap8.pdf)

WHO. n.d. Migration and Health: Key Issues.

[https://www.euro.who.int/\\_data/assets/pdf\\_file/0005/293270/Migration-Health-Key-Issues-.pdf](https://www.euro.who.int/_data/assets/pdf_file/0005/293270/Migration-Health-Key-Issues-.pdf)

WHO. 2013. Vaccine Safety Basics: Learning Manual. SAFETY.

[https://www.who.int/vaccine\\_safety/initiative/tech\\_support/Vaccine-safety-E-course-manual.pdf](https://www.who.int/vaccine_safety/initiative/tech_support/Vaccine-safety-E-course-manual.pdf)

WHO. 2018. Nutrition. <https://www.who.int/news-room/facts-in-pictures/detail/nutrition>

WHO. 2018. Report on the health of refugees and migrants in the WHO European Region: no public health without refugee and migrant health. ISBN 978 92 890 5384 6.

<https://www.euro.who.int/en/health-topics/health-determinants/migration-and-health/publications/2018/report-on-the-health-of-refugees-and-migrants-in-the-who-european-region-no-public-health-without-refugee-and-migrant-health-2018>

WHO. 2019. <https://www.who.int/news-room/facts-in-pictures/detail/immunization>

WHO. 2019. Vaccines and immunizations. [https://www.who.int/health-topics/vaccines-and-immunization#tab=tab\\_1](https://www.who.int/health-topics/vaccines-and-immunization#tab=tab_1)

WHO. 2021. Vaccines and immunization: What is vaccination? <https://www.who.int/news-room/questions-and-answers/item/vaccines-and-immunization-what-is-vaccination>.

UNICEF. 2020. Immunization. <https://www.unicef.org/eca/health/immunization>.

UNHCR. 2015. *Culture, Context and the Mental Health and Psychosocial Wellbeing of Syrians. A Review for Mental Health and Psychosocial Support staff Working with Syrians Affected by Armed Conflict*.

Retrieved from: <https://www.unhcr.org/55f6b90f9.pdf>



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union



**MIG-DHL**  
Migrants Digital Health Literacy

**Contratto n. 2020-1-DE02-KA204-007679**

UNHCR, IOM, MHPSS. 2015. *Mental Health and Psychosocial Support for Refugees, Asylum Seekers and Migrants on the Move in Europe. A multi-agency guidance note*. Retrieved from:  
<http://www.euro.who.int/en/health-topics/health-determinants/migration-and-health/publications/2016/mental-health-and-psychosocial-support-for-refugees,-asylum-seekers-and-migrants-on-the-move-in-europe.-a-multi-agency-guidance-note-2015>