

I Jornada sobre salud femenina

23 DE SEPTIEMBRE - DE 16:00 A 18:00 - SALÓN DE ACTOS
DIRIGIDO A MUJERES DE ORIGEN RUMANO
HOSPITAL UNIVERSITARIO DEL HENARES



Programa

Esta jornada está diseñada para ofrecer información relevante y práctica sobre la salud femenina a la comunidad rumana. La jornada tendrá una duración de 2 horas y se llevará a cabo en un ambiente acogedor y accesible para todas las participantes.

Introducción

- **Bienvenida y presentación del evento**
 - Breve introducción sobre la importancia de la salud femenina.
 - Presentación de los facilitadores y del programa de la jornada.

Primera Sesión: Prevención e higiene íntima

- **La importancia de la prevención**
 - Explicación de conceptos básicos sobre genitales femeninos
- **Higiene íntima y cuidados**
 - Consejos sobre los cuidados diarios e higiene íntima
 - Cómo realizar autoexámenes de mamas y la importancia de las revisiones ginecológicas regulares.
 - Importancia de las vacunas y de las pruebas ginecológicas regulares

Segunda Sesión: Prevención de las ITS

- **VPH**
- **Otras enfermedades de transmisión sexual**

Tercera Sesión: Salud Reproductiva

- **Reconociendo la importancia de la salud sexual**
 - Métodos anticonceptivos
- **Recursos y apoyo**

- Información sobre dónde encontrar apoyo psicológico y grupos de ayuda.
- Importancia de la comunidad y el apoyo social.

Clausura y Preguntas

- **Sesión de preguntas y respuestas**

- Espacio para que las participantes planteen sus dudas y consultas.
- Mitos y leyendas

- **Cierre del evento**

- Agradecimientos a las participantes y facilitadores.
- Entrega de material informativo y contactos para seguimiento.

Este programa busca empoderar a las mujeres rumanas con información esencial sobre su salud, fomentando el bienestar integral y la prevención.