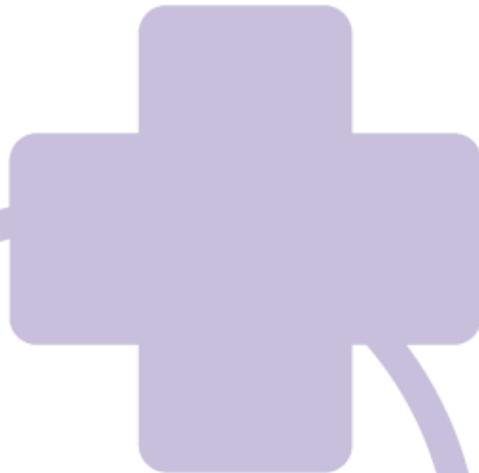


# Manual de utilização

BAYOOCARE

# App MyIUS

Data de emissão: 29-09-2023



# Índice

<b>1</b>	<b>Símbolos</b>	<b>5</b>
<b>2</b>	<b>Tabela de acrónimos e definições</b>	<b>6</b>
<b>3</b>	<b>Introdução</b>	<b>7</b>
3.1	Fabricante	7
3.2	Finalidade prevista	7
3.2.1	Declaração de finalidade prevista	7
3.2.2	Indicação de utilização	7
3.2.3	População-alvo	8
3.2.4	Ambiente de utilização e utilizadoras previstas	8
3.2.5	Contraindicações	8
<b>4</b>	<b>Benefício clínico esperado</b>	<b>9</b>
<b>5</b>	<b>Medidas preventivas/instruções de segurança</b>	<b>10</b>
<b>6</b>	<b>Instalação</b>	<b>11</b>
<b>7</b>	<b>Início rápido</b>	<b>12</b>
7.1	Ícone da app	12
7.2	Menu e barra de ferramentas	12
7.3	Navegação principal	13
7.4	Avisos gerais	13
7.5	Mensagens <i>pop-up</i>	13
<b>8</b>	<b>Primeira utilização</b>	<b>15</b>
8.1	Verificação do sistema operativo	15
8.2	Autorização	15
8.2.1	Não tenho código	16
8.3	Declaração de privacidade de dados	17
8.3.1	Aceitar a privacidade de dados e os termos e condições	18
8.4	Dados de monitorização	19
8.5	Iniciar configuração	19
8.6	Parâmetros de base	20
8.6.1	Alcunha	20
8.6.2	País	20
8.6.3	Data de nascimento	20
8.6.4	Altura	20
8.6.5	Peso	20
8.6.6	Gravidezes e partos	21
8.6.7	Método contraceutivo anterior	21

8.6.8	Consulta de <i>check-up</i> de prevenção.....	21
8.7	Data de colocação do teu SIU.....	22
<b>9</b>	<b>Exportar/importar dados da app .....</b>	<b>25</b>
9.1	Exportar.....	25
9.2	Importação de dados existentes de outro dispositivo .....	26
9.2.1	Leitor de importação .....	26
9.2.2	Leitura bem-sucedida.....	27
9.2.3	Falha de leitura.....	27
<b>10</b>	<b>Página inicial.....</b>	<b>28</b>
10.1	Separadores Monitorização e Bem-estar .....	28
10.2	Calendário semanal .....	29
10.3	Calendário mensal.....	29
10.4	Como adicionar ou editar o padrão hemorrágico e o bem-estar.....	29
10.4.1	Adicionar ou editar o padrão hemorrágico .....	29
10.4.2	Adicionar ou editar informações de bem-estar .....	31
10.4.3	Informações de padrão hemorrágico e de bem-estar antes da previsão .....	32
10.4.4	Informações de padrão hemorrágico e de bem-estar depois da previsão .....	32
10.5	Previsão .....	32
10.5.1	Condições prévias para uma previsão.....	32
10.5.2	Previsão sem dias em falta .....	33
10.5.3	Previsão com dias em falta.....	33
10.5.4	Previsão não permitida .....	34
10.5.5	Solicitar uma previsão .....	34
10.5.5.1	Gerar previsão .....	34
<b>11</b>	<b>O teu relatório .....</b>	<b>37</b>
<b>12</b>	<b>Guia.....</b>	<b>40</b>
12.1	Pesquisar na secção Guia .....	40
<b>13</b>	<b>Número de lote do SIU .....</b>	<b>42</b>
13.1	Ler via código QR.....	42
13.2	Introdução manual do número de lote .....	43
13.3	Criar cartão MyIUS .....	44
13.3.1	Visão geral do cartão MyIUS .....	44
13.3.2	Carteira digital .....	45
<b>14</b>	<b>Ecrã Perfil .....</b>	<b>46</b>
<b>15</b>	<b>Definições.....</b>	<b>47</b>
15.1	Como exportar dados.....	47
15.2	Como alterar o ícone da app .....	47
<b>16</b>	<b>Lembretes.....</b>	<b>48</b>
16.1	Como definir uma notificação .....	48
16.2	Notificações do sistema .....	49
16.3	Lembretes de consultas de <i>check-ups</i> .....	49
16.3.1	Informação adicional.....	51

<b>17</b>	<b>Manual de utilização</b>	<b>52</b>
<b>18</b>	<b>Assistência técnica</b>	<b>53</b>
18.1	E-mail	54
18.2	Linha direta	54
18.3	SMS	54
18.4	WhatsApp	54
18.5	Chat da Google/iOS para negócios	54
<b>19</b>	<b>Sobre o teu SIU</b>	<b>55</b>
19.1	Folheto informativo do SIU	55
19.2	Comunicar um efeito indesejável (farmacovigilância)	Fehler! Textmarke nicht definiert.
<b>20</b>	<b>Dar feedback</b>	<b>57</b>
<b>21</b>	<b>Editorial</b>	<b>58</b>
21.1	Editorial	58
<b>22</b>	<b>Condições de utilização</b>	<b>59</b>
<b>23</b>	<b>Privacidade de dados</b>	<b>59</b>
23.1	Monitorização de dados	59

# 1 Símbolos

---



Em conformidade com as diretivas relevantes da UE



Consulta as instruções



Fabricante

## 2 Tabela de acrónimos e definições

Sigla	Descrição
PU	Primeira utilização
SIU	Sistema intrauterino (também designado Dispositivo Intrauterino Hormonal)
SIU-LNG	Sistema Intrauterino contendo Levonorgestrel
SO	Sistema operativo
app	App MyIUS
IMC	Índice de massa corporal
cm	Centímetro
ft	Pés
lb	Libra é uma unidade de massa utilizada no sistema imperial
kg	Quilograma é uma unidade de massa utilizada no sistema métrico
in	Polegada

## 3 Introdução

---

O presente documento é o manual de utilização do *software* MyIUS e contém instruções para a sua utilização segura e eficaz de acordo com o fim a que se destina. A app destina-se a mulheres que utilizam um sistema intrauterino com levonorgestrel (SIU-LNG) produzido pela BAYER (Kyleena®, Jaydess® ou Mirena®) como método de contraceção. Estas instruções irão ainda ajudar e orientar a utilizadora quanto à utilização correta e ao conhecimento das funcionalidades da app.

### 3.1 Fabricante

BAYOOCARE GmbH

Europaplatz 5

64293 Darmstadt

Alemanha

Tel.: +49(0) 61 51 - 86 18 -0

E-mail: [info@bayoocare.com](mailto:info@bayoocare.com)

Website: bayoocare.com

### 3.2 Finalidade prevista

#### 3.2.1 Declaração de finalidade prevista

A app MyIUS é uma aplicação para mulheres com períodos menstruais regulares ou mesmo irregulares que estejam a utilizar ou pretendam utilizar como método de contraceção um sistema intrauterino com levonorgestrel (SIU-LNG). A app foi concebida para abranger o intervalo desde a prescrição do SIU, passando pela sua colocação e até aos três meses após a colocação. Fornece informações e a capacidade de obter uma previsão do padrão hemorrágico futuro após a colocação.

#### 3.2.2 Indicação de utilização

A hemorragia pode ser afetada pelo SIU-LNG. Por conseguinte, a app MyIUS é capaz de fornecer um padrão hemorrágico futuro mais provável no que diz respeito à intensidade e/ou regularidade a fim de aumentar a satisfação da utilizadora. A utilização pretendida da aplicação MyIUS começa com a prescrição do SIU e termina:

- idealmente, depois de fornecer um padrão hemorrágico futuro mais provável;
- ou se houver remoção do SIU-LNG;
- ou se a utilizadora assim o decidir.

A app em si é uma ferramenta de apoio à utilizadora, também chamada de "companhia digital", a ser utilizada pelas mulheres que usam os dispositivos Kyleena®, Jaydess® ou Mirena®.

### 3.2.3 População-alvo

A população-alvo inclui pessoas com ciclos menstruais que utilizam ou planeiam utilizar como método de contraceção um sistema intrauterino com levonorgestrel (SIU-LNG) produzido pela BAYER. Assim, apenas os medicamentos Kyleena®, Jaydess® ou Mirena® estão validados para utilização em combinação com a aplicação. O sistema destina-se a ser utilizado por pessoas sem quaisquer conhecimentos específicos ou formação em contraceção ou monitorização de dados.

Estão excluídas as pessoas cegas e com deficiências visuais, bem como homens e mulheres que não tenham uma receita médica ou que ainda não estejam a utilizar um sistema intrauterino produzido pela BAYER.

### 3.2.4 Ambiente de utilização e utilizadoras previstas

O ambiente de utilização previsto implica um ambiente de rotina diária, uma vez que não são necessárias condições específicas para utilizar a app.

Espera-se que as utilizadoras estejam familiarizadas com as funcionalidades básicas dos dispositivos e apps para *smartphones* (Android ou iOS).

Espera-se um conhecimento básico do ciclo feminino (p. ex., para determinar a duração do ciclo, o fim do ciclo) e de prevenção da gravidez.

Pressupõe-se que a utilizadora tenha capacidade para ler e compreender um dos idiomas aceites.

### 3.2.5 Contraindicações

A MyIUS é uma aplicação desenvolvida para pessoas com ciclos menstruais que utilizam ou planeiam utilizar como método contracetivo sistemas intrauterinos com levonorgestrel (SIU-LNG). Nesse sentido, a app não é adequada para:

- Pessoas que não tenham uma prescrição ou não utilizem um sistema intrauterino da BAYER
- Pessoas que sofrem de hemorragia uterina anormal

## 4 Benefício clínico esperado

---

Uma vez que as alterações do padrão hemorrágico são comuns nas utilizadoras de SIU-LNG, o desconhecimento destas possíveis alterações ao padrão hemorrágico decorrentes da utilização de um SIU pode afetar o nível de satisfação das utilizadoras e a continuidade da utilização deste método na vida real. A utilização pretendida da app tem início com a prescrição do SIU e termina, idealmente, depois de fornecer um padrão hemorrágico futuro mais provável no que diz respeito à intensidade e/ou regularidade.

A app em si é uma ferramenta de apoio, também chamada de "companhia digital", a ser utilizada por pessoas que utilizam os sistemas Kyleena®, Jaydess® ou Mirena®. Os objetivos da aplicação incluem:

- Acompanhar a utilizadora desde a prescrição do SIU, passando pela sua colocação e até, pelo menos, 90 dias após a colocação, disponibilizando-lhe informações úteis;
- Recolher inicialmente os parâmetros de base e, de forma contínua, o registo diário de hemorragia durante, pelo menos, 90 dias após a colocação do SIU;
- Fornecer uma previsão do padrão hemorrágico no que diz respeito à intensidade e regularidade com base nos dados recolhidos;
- Facilitar a comunicação com o profissional de saúde fornecendo um relatório com o registo diário de hemorragia e a previsão.

A previsão baseia-se num modelo de Inteligência Artificial (IA) que apresenta o padrão hemorrágico futuro mais provável após a colocação do SIU. Sem se introduzir as informações solicitadas sobre os parâmetros de base e o padrão hemorrágico diário, não é possível disponibilizar a previsão.

## 5 Medidas preventivas/instruções de segurança

---

A app MyIUS é um dispositivo médico clinicamente validado que cumpre os requisitos essenciais do Regulamento 2017/745 ou das suas disposições nacionais.

A previsão do padrão hemorrágico só está validada para os seguintes SIU:

- Kyleena®
- Jaydess®
- Mirena®

Deverá ser sempre utilizada a versão atualizada da app MyIUS.

A app MyIUS não pode ser modificada sem permissão do fabricante.

A app MyIUS não se destina a ser utilizada como única base para efeitos de diagnóstico ou de tomada de decisões terapêuticas.



**Nota:**

Se utilizar um dispositivo com *root*, os mecanismos de segurança do Android podem ser contornados. Por conseguinte, os *smartphones* com *root* não são suportados para utilização da app, independentemente da versão do sistema operativo.

## 6 Instalação

---

A app MyIUS foi desenvolvida para dois sistemas operativos diferentes, Android e iOS. Para a app estar acessível ao maior número possível de potenciais utilizadoras, a MyIUS está disponível em duas plataformas diferentes, uma para cada sistema operativo.

- Para iOS, o sistema operativo executado em dispositivos Apple, a aplicação está disponível na Apple App Store.
- Para dispositivos Android, a aplicação pode ser transferida a partir da Google Play Store.

Ambas as plataformas estão normalmente pré-instaladas nos dispositivos. É necessário estar registada na plataforma para poder transferir aplicações.

Poderás encontrar a app MyIUS com o nome "MyIUS" na Apple App Store e na Google Play Store. A app é gratuita para todos os dispositivos.

Ao seleccionar a opção de transferência numa das plataformas, a versão mais recente da aplicação pode ser transferida e instalada no dispositivo.

Quaisquer atualizações da app MyIUS serão disponibilizadas nas referidas plataformas.

# 7 Início rápido

## 7.1 Ícone da app

Após a instalação da app, surge um ícone da app no *smartphone*. O ícone predefinido por defeito é apresentado na Figura 1.



Figura 1: Ícone da app

O procedimento para alterar o ícone da app está descrito no capítulo 14.2.

## 7.2 Menu e barra de ferramentas

A barra de ferramentas do menu na parte inferior contém os cinco elementos seguintes, que permitem navegar para as secções relacionadas:

- Página inicial
- Relatório
- Monitorizar
- Guia
- Mais

O ícone do menu Mais , apresentado do lado direito da barra de ferramentas do menu, fornece opções adicionais que permitem navegar pela app.

Ao premir , são apresentadas dez opções e cada uma delas permite navegar para uma das seguintes secções:

- Perfil
- Definições
- Lembretes
- Manual de utilização
- Assistência técnica
- Sobre o teu SIU
- Dar feedback
- Editorial
- Termos e condições
- Privacidade de dados

### 7.3 Navegação principal

É possível navegar livremente pela app após a configuração estar concluída.

A barra de ferramentas do menu e o menu Mais permitem navegar para as funcionalidades da aplicação premindo nos respetivos itens.

Além disso, a aplicação MyIUS contém botões que permitem navegar entre ecrãs sequenciais. A maioria destes ecrãs tem um botão com uma seta do lado esquerdo, conforme se mostra na Figura 2, para permitir navegar para um ecrã anteriormente apresentado.

Algumas sobreposições também podem ser fechadas com o botão "X" no canto superior esquerdo.



Figura 2: Ícone Voltar

### 7.4 Avisos gerais

As mensagens de aviso *pop-up*, como se mostra na Figura 3, informam sobre quaisquer problemas relacionados com a app ou com os dados fornecidos. É possível fechar a mensagem *pop-up* selecionando o botão apresentado.



Figura 3: Mensagem de aviso

### 7.5 Mensagens *pop-up*

As mensagens *pop-up*, como a janela apresentada na Figura 4, irão surgir em diferentes situações. As mensagens *pop-up* permitem optar entre duas ou mais opções.



**Figura 4: Mensagem pop-up**

## 8 Primeira utilização

### 8.1 Verificação do sistema operativo

Sempre que a app é iniciada, a versão do sistema operativo (SO) do telemóvel é verificada. Caso o sistema operativo do telemóvel não seja suportado pela versão da app, uma mensagem *pop-up* irá informar sobre isso.

Na maioria dos casos em que o sistema operativo não é suportado, a app pode continuar a ser utilizada por tua conta e risco após o teu consentimento. No caso de o SO estar bloqueado, por exemplo, por ser demasiado antigo, não é possível utilizar de todo a app.



**Nota:**

Se a mensagem de aviso *pop-up* for apresentada, certas funcionalidades podem não reagir com o comportamento esperado.

Os sistemas operativos que se seguem são suportados pela versão atual da MyIUS:

- Android 8.0 ou superior
- iOS 13 ou superior

### 8.2 Autorização

Uma vez concluída a instalação e depois de iniciada a app, é iniciado o assistente de "Primeira utilização" (PU).

O ecrã inicial do assistente de PU é o ecrã de Autorização (Figura 5).

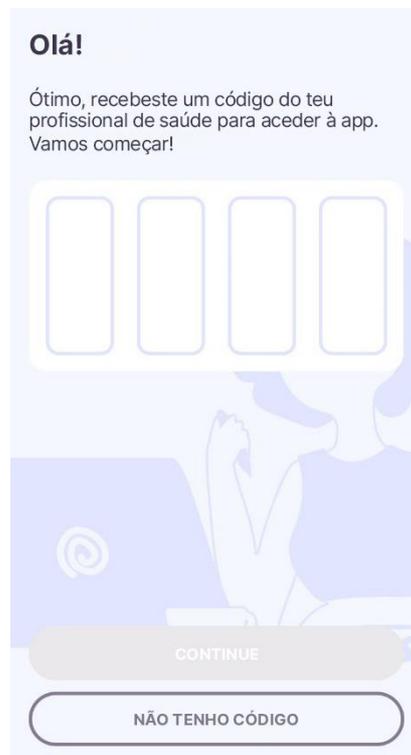


Figura 5: Ecrã de Autorização

A autorização é obrigatória. Antes de começar a utilizar a aplicação, tens de introduzir o código de autorização que recebeste do teu médico e que consiste em quatro dígitos.

Em caso de falha, aparecerá uma mensagem *pop-up* a informar que o código introduzido não está correto.



**Nota:**

Para poder utilizar a aplicação, tens de introduzir o código correto.

### 8.2.1 Não tenho código

Se não tiveres um código, toca no botão "Não tenho código". É apresentado um novo ecrã (Figura 6) com informações sobre o processo de ajuda e as opções de apoio disponíveis. Ao selecionar uma das opções, a aplicação redireciona-te para o serviço correspondente.



**Figura 6: Ecrã Não tenho código**

### 8.3 Declaração de privacidade de dados

Após a autorização bem-sucedida através do código, a Declaração de privacidade de dados deve ser aceite, depois de lida e percorrida até ao final, selecionando a caixa de verificação correspondente no ecrã da Declaração de privacidade de dados (Figura 7).

Adicionalmente, os Termos e condições também têm de ser aceites. Carrega na ligação "Termos e condições" para abrir e ler as condições de utilização.

**Política de privacidade**

Scroll down to read the privacy policy

DECLARAÇÃO DE CONSENTIMENTO EM RELAÇÃO À POLÍTICA DE PRIVACIDADE PARA A APLICAÇÃO MyIUS.

Ao consentir o tratamento dos dados relativos à saúde, dou o meu consentimento para o tratamento dos meus dados quando utilizo a aplicação MyIUS, em conformidade com a Política de privacidade e os Termos e condições de utilização aplicáveis.

Em qualquer momento, posso retirar o meu consentimento para o futuro tratamento de dados. Para exercer o meu direito de retirar o consentimento, devo simplesmente eliminar a aplicação do meu smartphone.

POLÍTICA DE PRIVACIDADE PARA UTILIZAÇÃO DA APLICAÇÃO MyIUS

Através da presente Política de privacidade, pretendemos informá-la dos fundamentos jurídicos e dos fins para os quais tratamos os seus dados pessoais, quer recolhidos por nós, quer fornecidos por si quando utiliza a aplicação MyIUS. Pretendemos também informá-la dos seus direitos ao abrigo da lei de proteção de dados.

I have read and accept the privacy policy

I have read and agree to the [terms of use](#)

Continue

**Figura 7: Ecrã Privacidade de dados**

Se a autorização for bem-sucedida, o ecrã de Autorização e o ecrã Declaração de privacidade de dados não serão apresentados da próxima vez que iniciares a aplicação e esta será considerada "desbloqueada".

### 8.3.1 Aceitar a privacidade de dados e os termos e condições

Para avançar para o ecrã seguinte, tens de ler e aceitar a Declaração de privacidade de dados e os Termos e condições selecionando a caixa de verificação.



**Nota:**

Se a Declaração de privacidade de dados e os Termos e condições não forem aceites selecionando as caixas de verificação, o botão Continuar permanece desativado.



**Conselho:**

Lê a Declaração de privacidade de dados e os Termos e condições antes de os aceitar.

## 8.4 Dados de monitorização

O ecrã que se segue informa-te sobre a recolha e envio dos dados de monitorização.

Tens a opção de ativar ou desativar a monitorização de dados analíticos selecionando a opção dedicada.

A recolha e o envio de dados de monitorização não são obrigatórios, mas ajudam-nos a melhorar a aplicação.

## 8.5 Iniciar configuração

Após a autorização bem-sucedida, o assistente de Primeira utilização apresenta o ecrã Configuração (Figura 8).

O botão "Vamos a isso!" inicia o processo de configuração e abre o ecrã "Alcunha" (8.6.1).

O botão "Importar dados existentes" permite importar dados da aplicação de outro dispositivo final (p. ex., de telemóvel utilizado anteriormente), conforme se descreve mais detalhadamente no capítulo 9.2.

A configuração de Primeira utilização pode ser ignorada premindo "Ignorar configuração" na parte inferior do ecrã. A aplicação ignora o questionário de base. Podes preencher os teus dados mais tarde acedendo à secção Perfil.



Figura 8: Ecrã Iniciar configuração

## 8.6 Parâmetros de base

Para obter uma previsão exata da tua hemorragia futura, a app precisa de algumas informações sobre ti (parâmetros de base). O número de perguntas no questionário varia em função do país selecionado. Além disso, a partir do ecrã Perfil, poderás alterar os valores que definiste para estes parâmetros.

Cada ecrã relacionado com os parâmetros iniciais dá-te a possibilidade de voltar ao ecrã anterior do questionário e a opção de ignorar cada parâmetro individualmente para navegar para a secção seguinte do questionário. Podes premir a seta "Voltar" no canto superior esquerdo para voltar à pergunta anterior. Para saltar uma pergunta, tens de selecionar a opção "Responder mais tarde" na parte inferior de cada ecrã. Poderás completar as informações em falta mais tarde no ecrã Perfil.

### 8.6.1 Alcunha

O ecrã "Alcunha" permite-te introduzir um nome de utilizadora com, no máximo, 15 caracteres. O botão "Continuar" abre o ecrã País.

### 8.6.2 País

Para prever o padrão hemorrágico futuro, também é preciso conhecer o país onde vives atualmente. Se a região definida no teu telemóvel for suportada pela app, o país aparecerá automaticamente como pré-selecionado.

Podes obter informações pormenorizadas sobre a forma como o parâmetro do país afeta a previsão da tua futura hemorragia, premindo o ícone de informação.

Para ativar o botão "Continuar" e avançar para o ecrã seguinte, terás de selecionar um país nas opções.

### 8.6.3 Data de nascimento

Deves introduzir a tua data de nascimento neste ecrã. A app MyIUS suporta idades inferiores a 60 anos. A data predefinida é 01.01.2000.

### 8.6.4 Altura

Deves introduzir a tua altura, em cm ou ft, neste ecrã. Por predefinição, está selecionada a altura de 160 cm. Seleciona os teus valores pessoais para que a previsão futura seja personalizada para o teu corpo. Podes aumentar ou diminuir o número apresentado selecionando os botões "+" e "-" ou tocar no meio do campo e introduzir o valor diretamente.

Além disso, podes mudar a unidade selecionando o botão "cm" ou "ft/in".

### 8.6.5 Peso

Deves introduzir o teu peso, em kg ou lbs, neste ecrã. Por predefinição, está selecionado o peso 60 kg. Seleciona os teus valores pessoais para que a previsão futura seja personalizada para o teu corpo.

Podes aumentar ou diminuir o número apresentado selecionando os botões "+" e "-" ou tocar no meio do campo e introduzir o valor diretamente.

Além disso, podes mudar a unidade selecionando o botão "kg" ou "lbs".

### 8.6.6 Gravidezes e partos

Este ecrã é sobre o número de gestações e o número de partos. Podes aumentar ou diminuir o número apresentado selecionando os botões "+" e "-" ou tocar no meio do campo e introduzir o valor diretamente.



**Nota:**

Os valores das duas opções são interdependentes e o número de gravidezes só pode ser superior ou igual ao número de partos.

### 8.6.7 Método contraceptivo anterior

A aplicação também precisa de saber qual o método contraceptivo que utilizaste anteriormente. Deve ser selecionada pelo menos uma opção para ativar o botão "Continuar" e passar ao ecrã seguinte. Neste ecrã, pode ser selecionada mais do que uma opção, exceto se for selecionada a opção "Nenhum contraceptivo".



**Nota:**

A opção "Nenhum contraceptivo" não pode ser utilizada em combinação com outras opções.

Se seleccionares "Nenhum contraceptivo", quaisquer opções previamente selecionadas serão desmarcadas.

### 8.6.8 Consulta de *check-up* de prevenção

Se estiveres a utilizar a aplicação num país em que são normalmente realizadas consultas de *check-up*, ser-te-á pedida a data da tua última consulta no último ecrã do questionário.



**Nota:**

Não podes introduzir consultas de rastreio futuras.

Dependendo do país, o número de ecrãs varia entre sete e oito no total, conforme indicado no topo de cada um dos ecrãs iniciais.

## 8.7 Data de colocação do teu SIU

O ecrã seguinte, após o questionário de parâmetros de base, é o ecrã da Data de colocação (Figura 9).

Para obter uma previsão do padrão hemorrágico futuro, a app precisa de saber a data exata de colocação do teu SIU. Também poderás definir uma data no passado. Se a data de colocação tiver sido há mais de 90 dias, a previsão de padrões hemorrágicos é desativada. Neste caso, serás avisada por uma mensagem *pop-up*.



**Nota:**

Podes introduzir uma data de colocação do passado, mas tem em atenção que a previsão do teu padrão hemorrágico futuro só pode ser criada se a data de colocação não for anterior aos últimos 90 dias. Se a tua data de colocação for anterior aos últimos 90 dias, introduz a data correta para utilizar a app para monitorizar o teu padrão hemorrágico por ti mesma.

Por predefinição, a data atual será pré-selecionada ao abrir o calendário de seleção.



Figura 9: Ecrã Data de colocação

A definição da data de colocação também pode ser ignorada e novamente acedida ou editada através da secção Perfil do menu Mais☰.

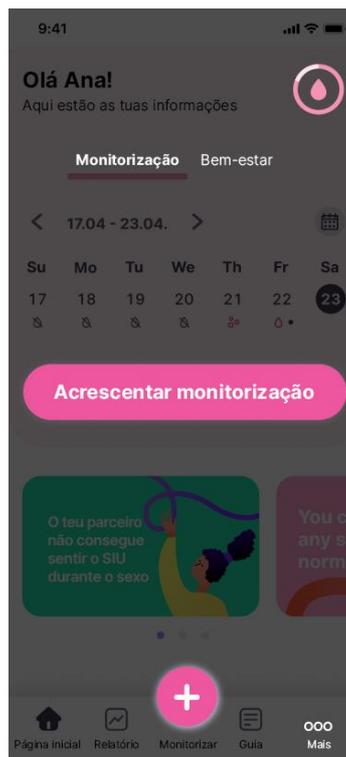
Se a data de colocação for superior a 90 dias, a app informar-te-á desse facto e pedir-te-á que confirmes a data de inserção. Se aceites a data de inserção, verás que, no ecrã Página inicial, todos os elementos já estão preenchidos. Isto deve-se ao facto de a previsão de um padrão hemorrágico só estar disponível para datas de inserção que tenham ocorrido nos últimos 90 dias. Apesar disso, podes utilizar a app para seguir o teu padrão hemorrágico.

No entanto, se a tua data de inserção estiver no passado ou for hoje e premires o botão "Continuar", as entradas dos parâmetros de base estão concluídas. Ao premir o botão "Começar" no último ecrã, serás reencaminhada para o ecrã Página inicial.

A app irá mostrar uma breve introdução às seis principais funcionalidades do ecrã Página inicial:

- Opção Monitorizar/Bem-estar: alterna entre os teus conhecimentos sobre eventos de hemorragia/spotting/sem hemorragia e os teus dados de bem-estar monitorizados.
- Círculo de progresso: acede ao teu progresso desde o dia da colocação do SIU e vê quando será desbloqueada a tua previsão para os meses seguintes.
- Adicionar monitorização: comece a registar eventos diários de hemorragia/spotting e ausência de hemorragia e, opcionalmente, informações sobre o bem-estar.

- Menu inferior: Alterna entre o ecrã Página inicial, o relatório exportável das tuas informações, artigos úteis e ainda outros itens do menu em "Mais".
- Secção Sabias que: recebe informações úteis e artigos em função do teu progresso desde o dia da inserção. Estes também podem ser acedidos a qualquer momento na secção "Guia".
- +: utiliza o botão + para iniciar a monitorização sempre que estiveres na app MyIUS.



**Figura 10: Ecrã Data de colocação**

Esta introdução só é apresentada uma vez. Podes navegar entre os itens selecionando o botão "Seguinte". Se seleccionares o botão "Ignorar", a introdução é fechada.

## 9 Exportar/importar dados da aplicação

A aplicação permite-te transferir dados da aplicação de um dispositivo final para outro dispositivo final. Ambos os dispositivos finais têm de ter a aplicação MyIUS instalada. Os dados da app consistem em todos os dados introduzidos, como as informações básicas ou as entradas de bem-estar e padrão hemorrágico introduzidas. Se pretenderes utilizar outro dispositivo final, a função de exportação pode ser utilizada para transferir os teus dados.

### 9.1 Exportar

1. Acede ao ecrã Exportar através do ecrã Definições (Figura 27).
2. Prime o botão para exportar os teus dados para outro dispositivo. Ao premir o botão "Exportar dados", o processo de exportação é iniciado.
3. A app MyIUS gera e apresenta um código QR único.
4. Lê o código QR apresentado (Figura 11) com outro dispositivo final para importar todos os dados relevantes da utilizadora. Deves ajustar a luminosidade do dispositivo final de visualização para garantir uma melhor visibilidade do código QR. A app MyIUS irá encriptar automaticamente todos os dados acima mencionados e transferi-los para um servidor.



Figura 11: Ecrã Exportar



**Nota:** Os teus dados carregados serão eliminados após a transmissão bem-sucedida ou decorridas 24 horas. Se os dados da mesma app forem transmitidos após mais de 24 horas, ou se for executada outra transmissão dos mesmos dados, é necessário iniciar um novo processo de exportação.

É necessário gerar um novo código QR se não tiveres utilizado o anterior em 24 horas.

É obrigatória uma ligação ativa à Internet para que a funcionalidade de exportação funcione.

## 9.2 Importar dados existentes de outro dispositivo

Para aplicar os dados da tua app ao dispositivo final atual, a app tem de estar instalada. Depois de a aplicação ser iniciada, e antes de te ser pedido que introduzas informações sobre os parâmetros de base, a aplicação oferece a opção de importar os teus dados (Figura 8). Prime o botão "Importar" para iniciar o processo de importação, descrito na secção 8.2.1.

A funcionalidade de importação de dados só pode ser selecionada antes de a utilizadora introduzir quaisquer informações básicas. Para importar dados de novo, a aplicação tem de ser desinstalada e depois instalada novamente para ser selecionada a funcionalidade de importação após o primeiro arranque da aplicação.

### 9.2.1 Leitor de importação

Quando o processo de importação é iniciado e concedes o direito de acesso à câmara do teu dispositivo, a aplicação abre automaticamente a câmara e utiliza-a como leitor de código QR. Podes alterar o direito de acesso nas definições do sistema do teu dispositivo se o tiveres recusado anteriormente.

1. Ajusta a imagem da câmara até o código QR ficar totalmente visível no ecrã. Para que o código seja legível, é necessária uma visibilidade total do código QR e luminosidade suficiente do dispositivo final de visualização.
2. A leitura é executada automaticamente quando a câmara deteta um código QR.
3. Quando a leitura é bem-sucedida ou falha, a aplicação dá-te feedback sobre o estado da leitura.
4. Se não houver qualquer feedback enquanto a câmara estiver aberta, o código QR deve ser alinhado com a imagem da câmara ou a luminosidade do dispositivo final de visualização deve ser aumentada.

### 9.2.2 Leitura bem-sucedida

Quando o código QR for lido com êxito pela aplicação MyIUS, todos os teus dados serão automaticamente descarregados e aplicados à app local. Em seguida, serás redirecionada para o ecrã principal da aplicação e será apresentada uma mensagem *pop-up* a informar sobre a importação bem-sucedida. Não é necessário reiniciar a app.

### 9.2.3 Falha de leitura

É possível que a leitura ou a transferência de dados falhe. Isto pode ter várias razões, por exemplo, uma ligação à Internet inativa, a impossibilidade de encontrar os dados (p. ex., foram apagados após 24 horas) ou um código QR com um formato inválido. Nestes casos, a app irá informar-te do erro.

# 10 Ecrã Página inicial

O ecrã Página inicial é o ecrã principal da app. Este ecrã será apresentado quando iniciares a app depois de teres respondido às perguntas de base.

O ecrã Página inicial (Figura 12) inclui as secções seguintes:

- dois separadores para alternar entre a monitorização e o bem-estar
- um extrato do calendário semanal
- uma secção informativa

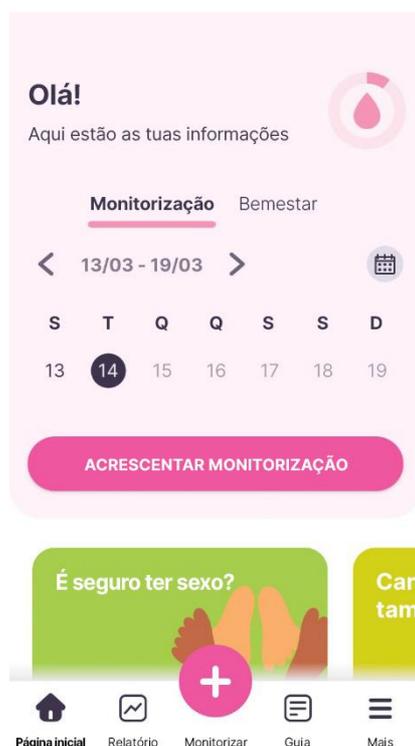


Figura 12: Ecrã Página inicial

## 10.1 Separadores Monitorização e Bem-estar

Para alternar entre as hemorragias monitorizadas e o bem-estar, podes seleccionar um dos separadores.

Podes adicionar directamente o padrão hemorrágico no separador Monitorização, seleccionando o botão "Adicionar monitorização", ou o teu bem-estar no separador Bem-estar, seleccionando o botão "Adicionar bem-estar". Poderás encontrar mais informações sobre como adicionar o padrão hemorrágico e o bem-estar no capítulo 10.4 Como adicionar ou editar o padrão hemorrágico e o bem-estar.

Quando seleccionas um dia que já tem uma entrada de hemorragia ou de bem-estar, o botão muda de "Adicionar" para "Editar".

## 10.2 Calendário semanal

O extrato do calendário semanal é apresentado no topo do ecrã Página inicial. Mostra a semana inteira no topo e o dia atual está realçado. Cada um dos dias apresentados pode mostrar informações relacionadas com os padrões hemorrágicos já introduzidos ou informações adicionais sobre o teu humor e bem-estar que tenhas introduzido anteriormente.

Podes navegar pelo extrato do calendário premindo as setas à esquerda ou à direita. Os dias anteriores à data de colocação e os dias futuros estão a cinzento.

Depois de teres selecionado um dia do extrato de calendário semanal, podes definir o padrão hemorrágico para esse dia.

## 10.3 Calendário mensal

Podes alargar o calendário semanal ao calendário mensal, premindo o ícone "Calendário" no canto superior direito do ecrã Página inicial. Quando premido, o calendário abre-se para apresentar o mês atual. Cada dia mostra informações relacionadas com entradas de hemorragias já fornecidas ou informações adicionais sobre o teu bem-estar que tenhas introduzido anteriormente.

Para navegar pelos meses no ecrã do calendário mensal, basta navegar pelo calendário utilizando as setas no topo do calendário.

A seleção de um dia no calendário permite-te definir o padrão hemorrágico para esse dia.

Os dias no futuro e os dias anteriores à data de colocação não são selecionáveis e são apresentados a cinzento.

## 10.4 Como adicionar ou editar o padrão hemorrágico e o bem-estar

### 10.4.1 Adicionar ou editar o padrão hemorrágico

Podes adicionar uma nova entrada de hemorragia ou editar uma entrada de hemorragia existente selecionando um dia no calendário semanal e premindo o botão "Adicionar hemorragia" ou "Editar hemorragia". O ecrã de monitorização abre-se e podes selecionar um ou mais dias e um ícone de hemorragia para o período de tempo selecionado.

Se forem selecionados vários dias, será definido o mesmo padrão hemorrágico para todos os dias selecionados. Podes escolher entre três padrões hemorrágicos:

- Com hemorragia
- *Spotting*
- Sem hemorragia

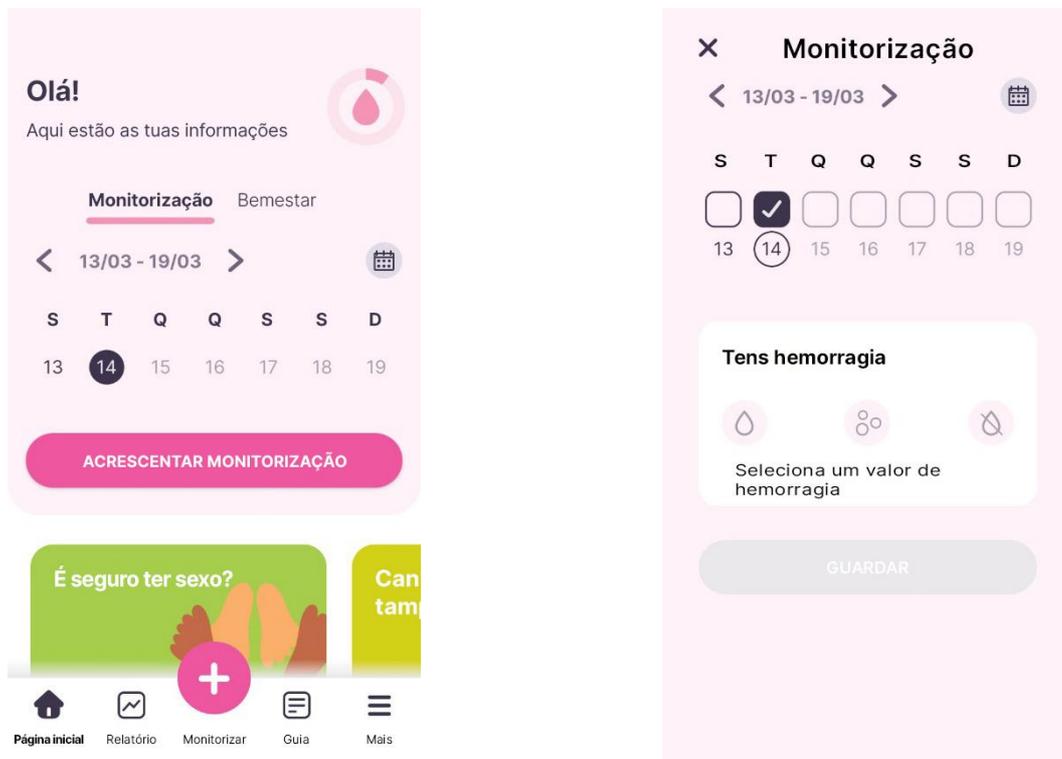


Figura 13: Monitorização do padrão hemorrágico



**Nota:**

Ao adicionar dados para mais de um dia, deves ser o mais exata possível, uma vez que isso pode afetar a tua previsão futura.



**Nota:**

Ao editar dados existentes ou adicionar dados para vários dias, incluindo dias com entradas, a app pedir-te-á para confirmar as alterações se substituíres entradas existentes. A substituição acidental de entradas existentes pode afetar a tua previsão futura.

## 10.4.2 Adicionar ou editar informações de bem-estar

Além disso, podes documentar o teu bem-estar, sentimentos e humor. Por conseguinte, tens de alternar para o separador "Bem-estar", selecionar um dia e premir o botão "Adicionar bem-estar" ou o botão "Editar bem-estar", se já existir uma informação de bem-estar para o dia selecionado. Depois de adicionar um padrão hemorrágico, a app também te perguntará se pretendes adicionar mais informações sobre o bem-estar.

É apresentado um novo ecrã com a opção de adicionar ou editar:

- Humores
- Bem-estar
- Notas

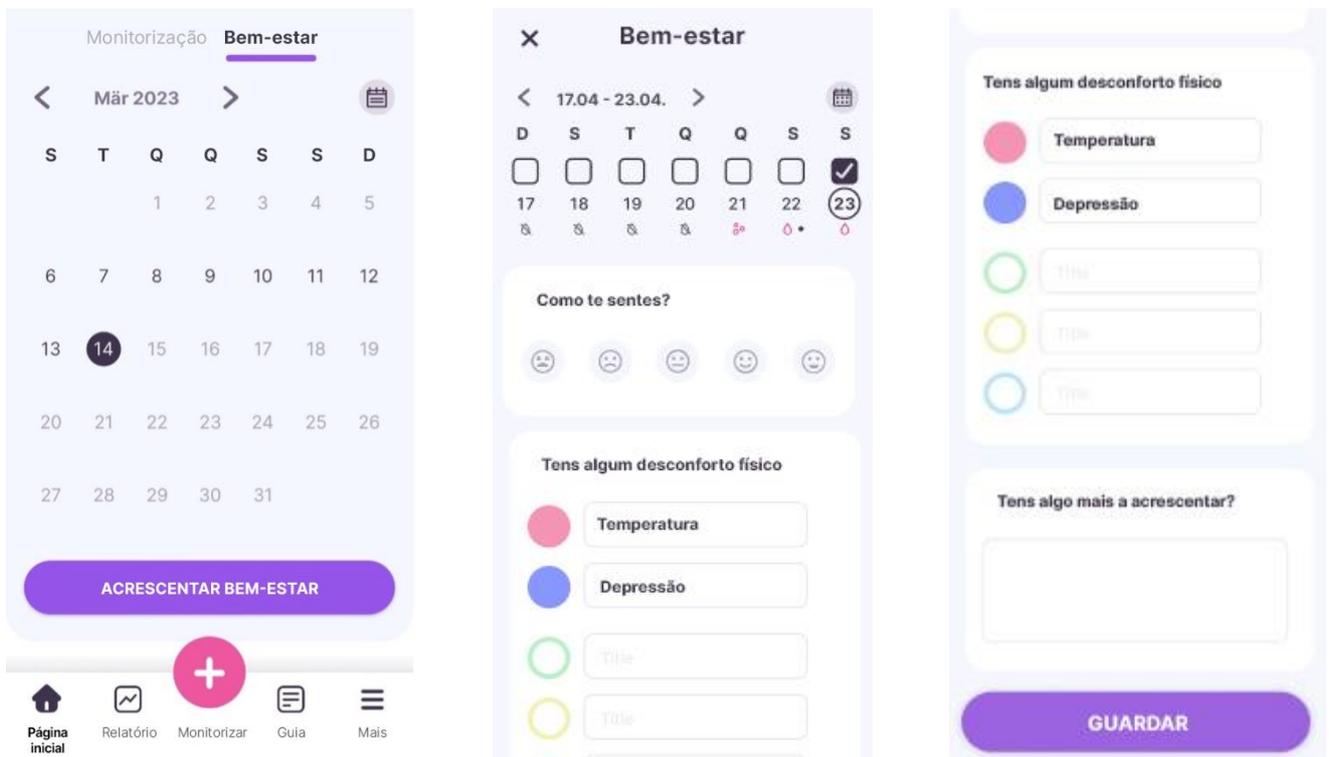


Figura 14: Monitorização do bem-estar e humor

Podes selecionar um de cinco ícones para indicar o humor de hoje.

Para introduzir um desconforto, tens de selecionar uma cor e introduzir uma descrição do teu desconforto pessoal no campo de introdução. Depois de adicionar o nome de um desconforto, podes tocar no item a selecionar para o dia e colocá-lo no topo. O novo desconforto estará disponível para seleção ao adicionar ou editar uma entrada de bem-estar. Quando editares a descrição do

desconforto, esta será editada no dia selecionado, os dias em que a adicionaste anteriormente permanecerão como os configuraste antes.

Adicionalmente, também podes introduzir até 200 caracteres para descrever qualquer uma das tuas notas de bem-estar e de humor na parte inferior do ecrã de bem-estar (Figura 14).

Tens de premir o botão "Guardar" para guardar a entrada de bem-estar para o dia selecionado.

Assim que forneceres informações sobre o teu bem-estar para um dia, ou introduzires uma nota, o extrato do calendário ou o calendário mensal marcará esse dia com um ponto por baixo da data.

### 10.4.3 Informações de padrão hemorrágico e de bem-estar antes da previsão

Após a introdução da data de colocação, podes adicionar ou editar o padrão hemorrágico e o bem-estar até receberes a previsão de hemorragia futura. Os dias selecionados devem ser entre a data de colocação e o dia atual.

### 10.4.4 Informações de padrão hemorrágico e de bem-estar depois da previsão

Depois de receberes a previsão da hemorragia futura, é possível adicionar ou editar o padrão hemorrágico e o bem-estar entre o dia da previsão e o dia atual.

## 10.5 Previsão

O pedido de uma previsão de hemorragia futura depende de vários fatores, incluindo o número de dias em que descreveste o padrão hemorrágico, tal como se explica mais detalhadamente nos capítulos seguintes.

### 10.5.1 Condições prévias para uma previsão

Além da condição do número de padrões hemorrágicos introduzidos, podes solicitar a tua previsão quando estiverem reunidas as seguintes condições prévias:

- Todos os parâmetros de base estão definidos
- Ao adicionar entradas de hemorragias, a data de inserção não for superior a 90 dias no passado
- Não foi recebida ainda qualquer previsão
- Decorreram pelo menos 90 dias desde o dia da colocação

Quando se atinge o 90.º dia após a data de colocação confirmada e o padrão hemorrágico para esse dia estiver definido, o ícone "Previsão" no canto superior direito do ecrã inicial (Figura 12) altera-se para um botão (Figura 15) e permite-te abrir ou solicitar uma previsão.

### 10.5.2 Previsão sem dias em falta

Podes solicitar uma previsão de hemorragias futuras se as condições prévias estabelecidas no ponto 10.5.1 estiverem reunidas e se estiver definida uma entrada de hemorragia para cada um dos 90 dias após o dia da colocação.



**Nota:**

Esta previsão apresentar-te-á o resultado mais exato.



Figura 15: Botão Previsão disponível

### 10.5.3 Previsão com dias em falta

Também é possível solicitar uma previsão se faltarem algumas informações de hemorragia diárias, desde que estejam reunidas as condições prévias indicadas no ponto 10.5.1 e faltem apenas duas entradas de hemorragia, no total nos 30 dias e não falem entradas de hemorragia consecutivas no total dos 90 dias.

A aplicação irá notificar-te através da apresentação de um ecrã quando estiverem reunidas as condições anteriores.

Podes introduzir os dias em falta depois de premir o botão "Introduzir manualmente" ou deixar que a aplicação defina todos os dias em falta como "sem hemorragia" ao selecionar "Preenchimento automático". A seguir, podes voltar a solicitar uma previsão premindo o botão "Previsão" no ecrã inicial (Figura 15). Ao premir o botão "Introduzir manualmente", o calendário mensal será aberto no mês que contém os primeiros dados de hemorragia em falta.



**Nota:**

Neste caso, a tua previsão não será tão exata como no caso de haver um conjunto de dados completo e não poderás editar ou adicionar entradas de hemorragia depois de teres recebido a tua previsão.

#### 10.5.4 Previsão não permitida

Quando faltarem mais de dois padrões de hemorragia por cada 30 dias, ou quando faltarem mais de duas entradas consecutivas no total de 90 dias, é apresentada uma janela *pop-up* com uma opção para navegares para o calendário mensal para adicionar as entradas em falta e outra para ignorares por enquanto a introdução das entradas de hemorragia em falta.



##### Nota:

Neste caso, nem sequer é possível gerar uma previsão inexata. Terás de introduzir as entradas de hemorragia em falta para poder receber uma previsão.

#### 10.5.5 Solicitar uma previsão

Se estiverem reunidas as condições para uma previsão, podes receber a previsão após a 90.<sup>a</sup> entrada ou solicitar a previsão premindo o botão "Previsão" no ecrã inicial (Figura 15).

##### 10.5.5.1 Gerar previsão

Este ecrã informa-te de que atingiste o teu objetivo (Figura 16). Podes premir o botão "Gerar previsão" para receber a tua previsão individual. A previsão será gerada e apresentada. Certifica-te de que tens uma ligação à Internet ativa.

Depois de receberes a previsão, as entradas de hemorragia utilizadas para o cálculo não podem ser alteradas.

O botão "Previsão" apresenta sempre a previsão recebida quando o seleccionas.



Figura 16: Exemplo de previsão

# 11 O teu relatório

Podes gerar o relatório a qualquer momento. Ao aceder ao item "Relatório" a partir da barra de ferramentas do menu, é apresentado o ecrã Relatório (Figura 17).

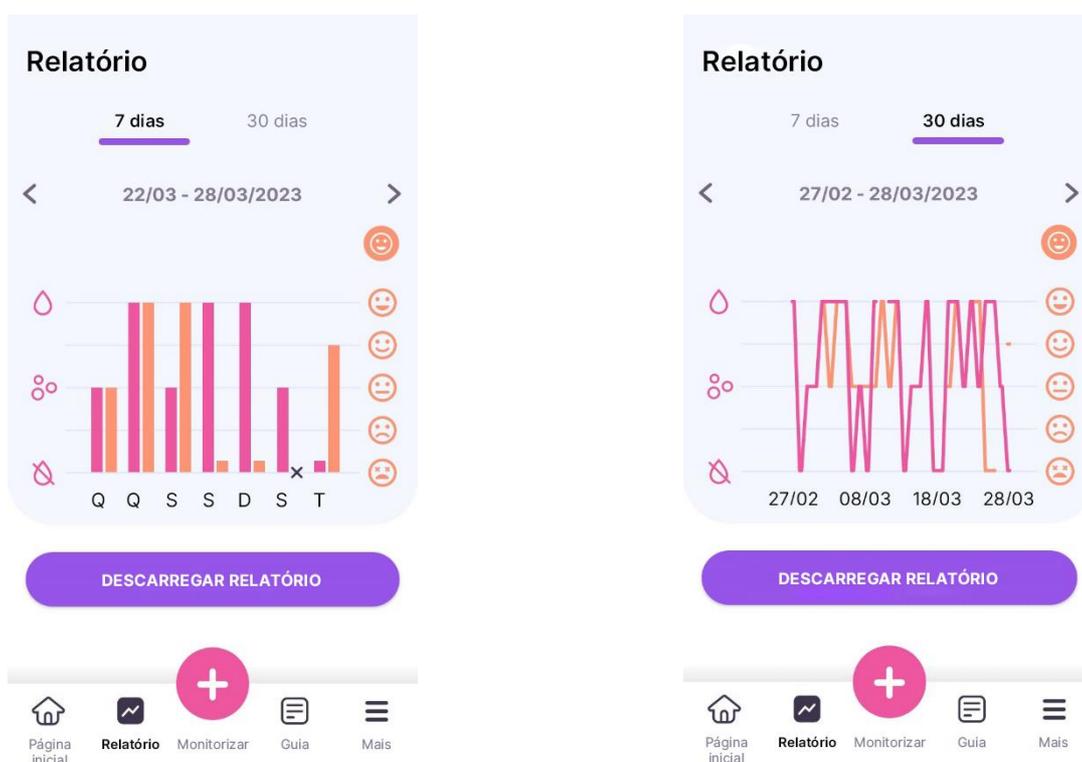


Figura 17: Ecrã Relatório

Este ecrã apresenta em dois gráficos de barras os dados que introduziste.

O gráfico da esquerda mostra, a cor-de-rosa, as tuas entradas de hemorragia para cada dia e o da direita mostra a laranja as tuas entradas de humor.

Podes visualizar ou ocultar as entradas de humor que introduziste premindo o ícone de humor colorido no topo dos cinco ícones de humor, como podes ver na Figura 17.

Podes escolher o intervalo de tempo dos gráficos premindo um dos separadores na parte superior do ecrã. Podes alternar entre 7 ou 30 dias. Ao seleccionar o intervalo de tempo "30 dias", as barras transformam-se em gráficos de linhas, mas a legenda das cores mantém-se igual à anterior.

Para ver um relatório global, incluindo as tuas entradas de base e todas as entradas de hemorragias, podes premir o botão "Transferir relatório" na parte inferior do ecrã. Antes de ser gerado um

relatório em PDF, ser-te-á perguntado se pretendes incluir as entradas de bem-estar no relatório. Depois de o relatório ser gerado, o ficheiro será transferido.

O relatório gerado é um ficheiro PDF, que inclui o seguinte:

- o teu nome, data de exportação, data de colocação, data da previsão e tipo de SIU (Figura 18)

Nome:	Data de exportação:	Data de colocação:	Data da previsão:	Medicamento:
	29/10/2020	31/07/2020	28/10/2020	Kyleena

Figura 18: Cabeçalho do relatório

- os parâmetros de base e o IMC (Figura 19)

Your basic entries:

<b>Data de Nascimento:</b>	07/04/1998	<b>Peso:</b>	165 cm	<b>Gravidezes anteriores:</b>	0
<b>País:</b>	Portugal	<b>IMC:</b>	22.8	<b>Partos:</b>	0
<b>Peso:</b>	62 kg	<b>Método contraceptivo anterior:</b>	Combinado — pílula, anel, preservativo		

Figura 19: Parâmetros de base do relatório

- conjunto de padrões hemorrágicos diários para os 90 dias anteriores e 180 dias posteriores à previsão, apresentados numa coluna para cada mês. Cada coluna é dividida em data e valor do padrão hemorrágico (Figura 20). Se incluíres entradas de humor no relatório, cada coluna mensal é dividida entre entradas de hemorragia e entradas de humor.

Sem hemorragia		Spotting		Com hemorragia		+ Excelente		O Bem		- Mal	
Jul	Ago	Sep	Out	Nov	Dec	Jan	Fev	Mar			
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6
7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7
8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8
9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9
10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10
11	11	11	11	11	11	11	11	11	11	11	11
12	12	12	12	12	12	12	12	12	12	12	12
13	13	13	13	13	13	13	13	13	13	13	13
14	14	14	14	14	14	14	14	14	14	14	14
15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15
16	16	16	16	16	16	16	16	16	16	16	16
17	17	17	17	17	17	17	17	17	17	17	17
18	18	18	18	18	18	18	18	18	18	18	18
19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19
20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20
21	21	21	21	21	21	21	21	21	21	21	21
22	22	22	22	22	22	22	22	22	22	22	22
23	23	23	23	23	23	23	23	23	23	23	23
24	24	24	24	24	24	24	24	24	24	24	24
25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25
26	26	26	26	26	26	26	26	26	26	26	26
27	27	27	27	27	27	27	27	27	27	27	27
28	28	28	28	28	28	28	28	28	28	28	28
29	29	29	29	29	29	29	29	29	29	29	29
30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31

Figura 20: Padrão diário do relatório



**Nota:**

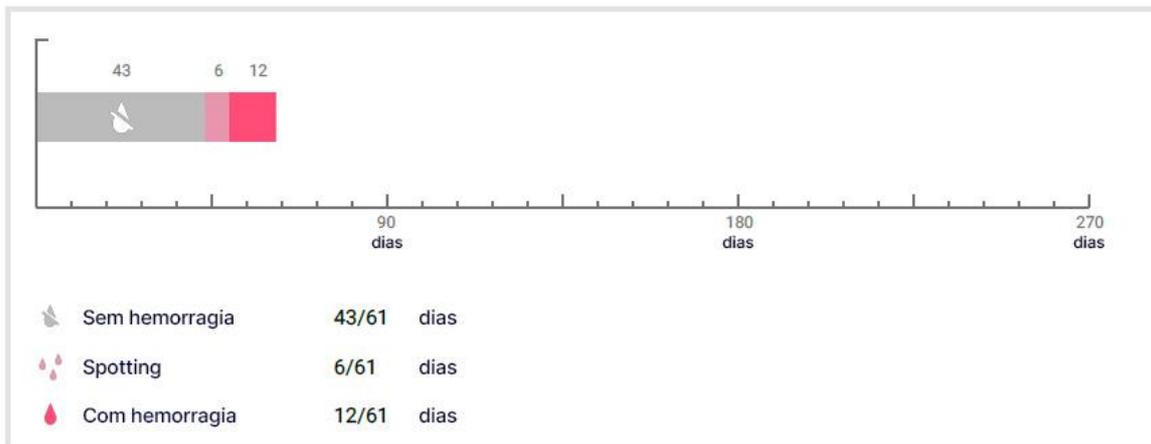
Se não estiver disponível qualquer entrada de hemorragia para um dia, o campo para esse dia fica vazio.



**Nota:**

Se não forem introduzidos quaisquer dados, continua a ser possível gerar o relatório, mas este irá conter secções vazias.

- Gráfico de barras de 270 dias de cada um dos valores possíveis dos dados introduzidos para os 90 dias anteriores e 180 dias posteriores à previsão (Figura 21)



**Figura 21: Gráfico do relatório**

- resumo de todas as entradas de hemorragia até à data atual (quantos dias sem hemorragia, quantos dias com spotting e quantos dias com hemorragia)
- previsão de hemorragias futuras
- espaço reservado para comentários
- as notas que introduziste

O relatório pode ser transferido como um ficheiro PDF premindo o botão "Abrir".

# 12 Guia

A secção Guia (Figura 22) pode ser acedida através da barra de ferramentas do menu, premindo o item "Guia", ou a partir do ecrã Página inicial, premindo um dos botões correspondentes a elementos do Guia na parte inferior do ecrã.

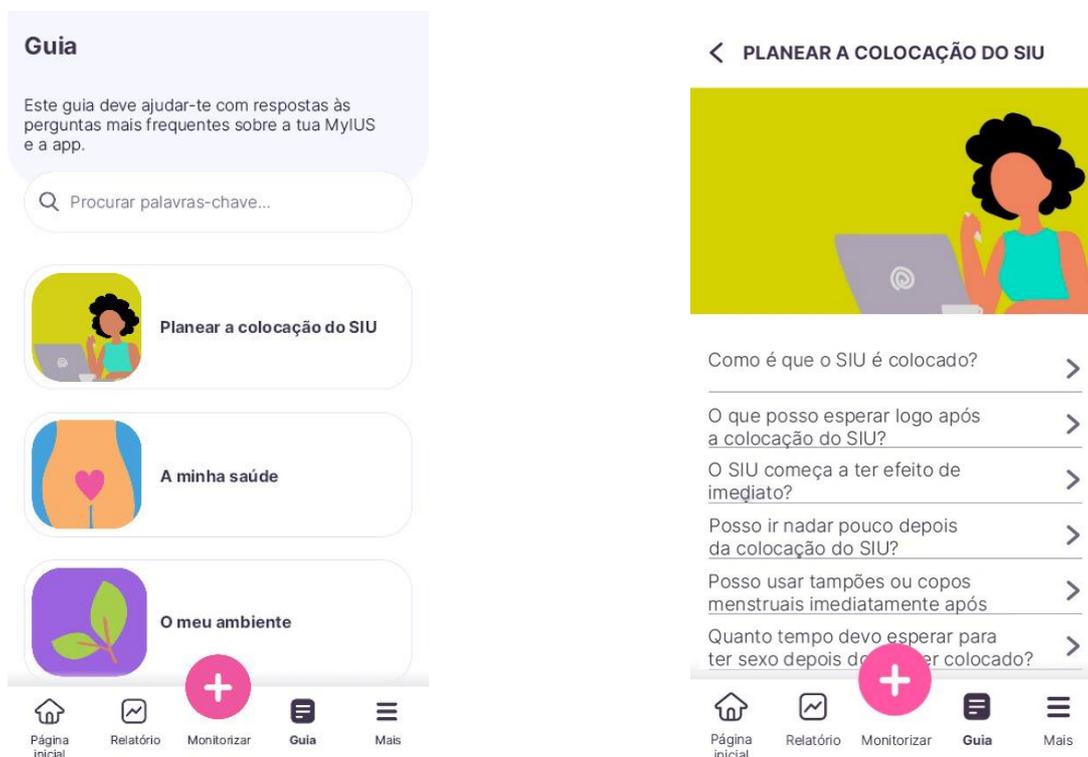


Figura 22: Secção Guia

Podes abrir uma categoria premindo o botão relacionado. Cada categoria mostra uma lista de perguntas sobre o tópico selecionado. Podes ver o texto completo da resposta associada a cada pergunta premindo o botão com a seta junto à pergunta. Além disso, algumas respostas incluem vídeos e ligações para informações adicionais. Esses vídeos ou hiperligações encaminham-te para fora da app. Por conseguinte, tens de confirmar a abertura do vídeo ou da ligação.

## 12.1 Pesquisar na secção Guia

No topo das categorias do guia, podes encontrar uma barra de pesquisa. Podes introduzir termos para encontrar a informação facilmente.

Assim que tocares na barra de pesquisa, podes introduzir o termo de pesquisa pretendido e os resultados serão apresentados imediatamente por baixo, desde que tenham sido introduzidos pelo menos três caracteres (Figura 23).

Caso não sejam encontrados resultados para o termo de pesquisa introduzido, serás também informada. Podes reiniciar uma pesquisa a qualquer altura utilizando um novo termo. Para voltar à listagem inicial dos tópicos do guia, basta tocar no pequeno "x" na barra de pesquisa ou, no caso de não terem sido encontrados resultados, tocar na ligação de texto.

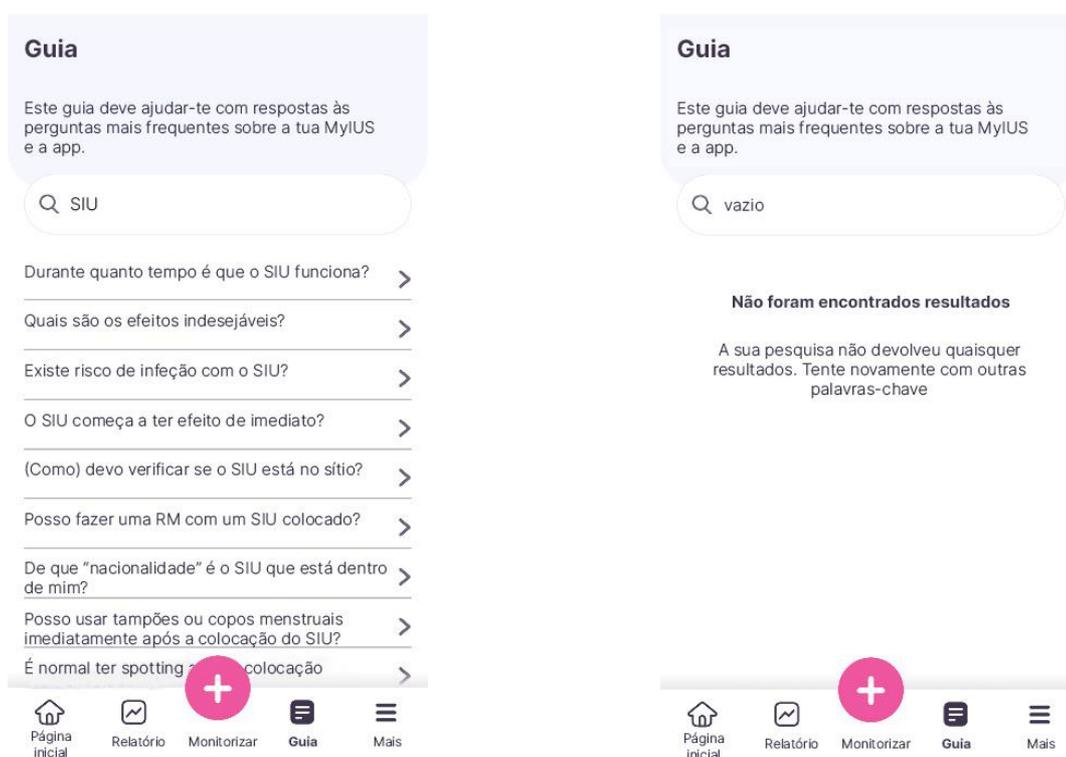


Figura 23: Resultados da pesquisa

## 13 Número de lote do SIU

Depois de premir na caixa de texto "Número de lote" no ecrã Perfil, entrarás automaticamente no processo de fornecimento do número de lote da embalagem do teu SIU. Existem duas opções para indicar o número do lote:

- Ler via código QR
- Introduzir manualmente o número

Os subcapítulos seguintes guiar-te-ão em ambos os processos. Depois de indicares o teu número de lote, podes sempre editá-lo executando qualquer um dos processos através do ecrã Perfil, tal como se descreve acima.



### Nota:

Recomendamos que introduzas o número de lote. Pode ajudar-te se tiveres algum efeito indesejável durante a utilização do SIU.

### 13.1 Ler via código QR

Por predefinição, a aplicação MyIUS inicia o processo "Ler código QR". A aplicação abre um ecrã, onde podes iniciar a leitura premindo o botão "Ler código". A app precisa de aceder à câmara do teu telemóvel para ler o código QR.



### Nota:

Podes negar o acesso à tua câmara para a app MyIUS quando acederes pela primeira vez ao processo de configuração do cartão MyIUS ou nas definições do teu telemóvel.

Se permitires o acesso à câmara do teu telemóvel, poderás ver a imagem da câmara do ecrã de configuração do cartão MyIUS para ler o código QR na embalagem exterior do teu SIU (Figura 24).



**Figura 24: Código QR na embalagem exterior**

Caso a app MyIUS não consiga identificar corretamente o código QR lido, a app irá informar-te disso apresentando uma mensagem *pop-up* de aviso. Podes tentar ler o código QR as vezes que quiseres.

Caso a app MyIUS seja bem-sucedida a ler e identificar o código QR, a app irá informar-te disso apresentando uma mensagem *pop-up* de confirmação. Depois de premires "OK", a app encaminha-te para o ecrã Perfil. Verás que o teu número de lote foi automaticamente introduzido na caixa de texto correta.

## 13.2 Introdução manual do número de lote

Se não pretenderes utilizar a câmara e introduzir o número do lote através do código QR ou se a leitura falhar, podes configurar o cartão MyIUS introduzindo manualmente o número de lote.

1. Ao premir "Introduzir manualmente o número de lote" na parte inferior do ecrã de configuração do cartão MyIUS, a aplicação irá encaminhar-te para o ecrã manual do cartão MyIUS.
2. No topo do ecrã, poderás introduzir o número de lote na caixa de texto "Número de lote". Podes encontrar o número de lote como se mostra na Figura 25.
3. Podes voltar a navegar para o ecrã de configuração do cartão MyIUS através da leitura do código QR ao premir na ligação "Ler código para introduzir o número de lote" na parte inferior do ecrã do manual do cartão MyIUS.
4. Depois de introduzires o código, podes voltar ao ecrã Perfil premindo o botão Voltar no topo do ecrã do manual do cartão MyIUS.



Figura 25: Pop-up do número de lote na embalagem

## 13.3 Criar cartão MyIUS

Se premires o botão "Cartão MyIUS" na parte superior do ecrã do menu Mais , a aplicação reencaminha-te para o Cartão MyIUS. Aqui podes ver os detalhes do teu cartão e adicionar o teu cartão MyIUS à tua Apple Wallet (iOS) ou à tua aplicação Wallet (carteira) instalada (Android).

### 13.3.1 Visão geral do cartão MyIUS

Podes aceder à visão geral através do ecrã Perfil premindo o botão "Cartão MyIUS". A aplicação apresenta o ecrã Cartão MyIUS (Figura 26). O teu Cartão MyIUS mostra o teu SIU, o número de lote e as datas de colocação e remoção.

O teu SIU é apresentado de acordo com o código introduzido durante a autenticação após o primeiro arranque da aplicação.

Quando seleccionas a opção de edição no cartão MyIUS, a app direciona-te para o ecrã Perfil, onde podes editar o número de lote. O último dia de remoção é indicado automaticamente de acordo com o teu SIU e a tua data de colocação, e não pode ser ajustado manualmente.



Figura 26: Ecrã Cartão MyIUS

### 13.3.2 Carteira digital

O Cartão MyIUS pode ser adicionado à tua aplicação de carteira no teu *smartphone*. Se tocares no botão na parte inferior do ecrã Cartão MyIUS (Figura 26), ser-te-á pedido para "Adicionar" o cartão ou para "Cancelar" o processo. Se aceitares, o teu Cartão MyIUS será automaticamente adicionado à carteira do teu *smartphone*. Se cancelares o processo, voltarás ao ecrã Cartão MyIUS.

## 14 Ecrã Perfil

---

Podes aceder ao ecrã Perfil a partir do menu Mais  premindo o item "Perfil".

O ecrã Perfil contém as seguintes informações e opções:

- Nome da utilizadora
- Data de colocação do SIU
- Número de lote
- Data de nascimento
- Peso
- Altura
- País
- Método contraceptivo anterior
- Gravidezes
- Partos

Podes definir ou modificar as informações do teu perfil selecionando um campo do perfil. As definições serão automaticamente guardadas quando tocares fora do campo.

O número do lote é mostrado no caso já o teres fornecido. Podes aceder ao processo para indicar o número de lote do teu SIU premindo a caixa de texto "Número de lote". Consulta o capítulo 13 para obter mais informações sobre os processos.



### Nota:

Também podes editar a data de colocação no ecrã Perfil. Se pretenderes alterar a data de colocação, tens de confirmar a alteração. Quando confirmares a definição de uma nova data de colocação, todos os teus dados anteriormente definidos serão eliminados.

# 15 Definições

Podes aceder ao ecrã Definições (Figura 27) a partir do menu Mais ☰ premindo o item "Definições".



Figura 27: Ecrã Definições

## 15.1 Como exportar dados

Para obter mais informações sobre como exportar os teus dados, consulta o capítulo Exportar/importar dados da aplicação.

## 15.2 Como alterar o ícone da app

A aplicação MyIUS permite-te alterar o ícone da app MyIUS. Podes seleccionar um ícone da app discreto em vez do ícone da app predefinido (Figura 1). Podes tocar em qualquer um dos ícones fornecidos para alterar o ícone da aplicação MyIUS. Só podes seleccionar um ícone de cada vez.



### Nota:

Tem em atenção que a alteração do ícone não ocorrerá imediatamente e que poderá ser necessário reiniciar a aplicação para que a alteração do ícone da aplicação seja aplicada.

# 16 Lembretes

As notificações podem ser lembretes ou avisos apresentados pela app. A app pode apresentar notificações do sistema e notificações internas.

A app permite-te definir a hora do lembrete diário para os registos de hemorragias no ecrã "Lembrete", que pode ser acedido através do menu Mais☰.

## 16.1 Como configurar uma notificação

Podes alterar o lembrete predefinido para o padrão hemorrágico diário (definido para as 9:00 PM ou 21:00 por predefinição) percorrendo as opções de hora no ecrã de lembrete no separador diário (Figura 28). Este lembrete não pode ser desativado e a notificação aparecerá no teu telemóvel todos os dias à hora definida neste ecrã, a partir da data de colocação.

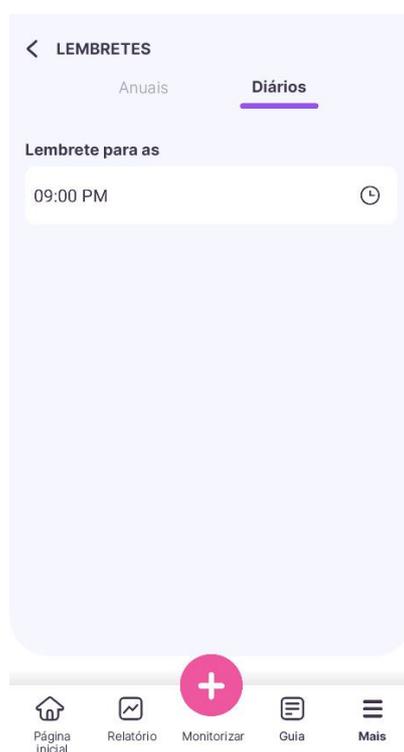


Figura 28: Ecrã Lembretes – Lembretes diários



### Nota:

Dependendo das definições do teu *smartphone*, a definição da hora do lembrete é apresentada no formato 24 h ou 12 h. Se o teu telemóvel utilizar o formato 12 h, podes seleccionar entre am e pm para a hora escolhida.

## 16.2 Notificações do sistema

As notificações do sistema são lembretes para:

- Consulta de seguimento: surge às 20:00 após 30 dias a contar do dia de colocação confirmado
- Colocação planeada do SIU: surge às 20:30 do dia anterior ao dia planeado para a colocação
- Padrão hemorrágico diário: podes configurar o lembrete para uma hora específica



### Nota:

Poderás não conseguir ver as notificações do sistema. Isto pode ter diferentes causas, dependendo do sistema operativo do teu *smartphone*.

Se estiveres a utilizar um *smartphone* Android, as notificações podem não ser apresentadas após uma reinicialização. Para ativar novamente as notificações, é necessário criar uma entrada na app. As notificações serão então apresentadas como anteriormente.

Se estiveres a utilizar um *smartphone* com iOS, tens de permitir que a app apresente notificações nas definições do teu dispositivo. A menos que o permitas, não verás as notificações do sistema fora da app.

## 16.3 Lembretes de consultas de *check-ups*

A aplicação oferece-te a possibilidade de te lembrar das várias consultas médicas de *check-up*.

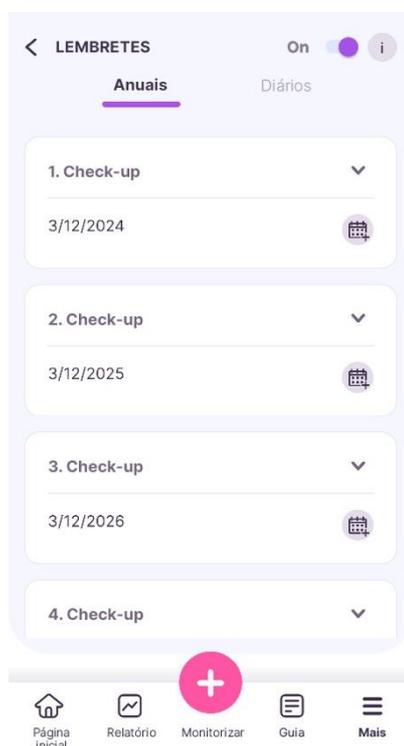
Se for aplicável no teu país, a aplicação mostra-te os seguintes lembretes:

- Consulta de *check-up* para contraceção hormonal
- Exame de controlo e remoção do SIU

Se estiveres a utilizar a aplicação num país onde é comum realizarem-se consultas de *check-up*, também te foi pedida a data da tua última consulta médica quando utilizaste a app pela primeira vez. Com base nesta informação, a app fornece-te lembretes adicionais para estas consultas:

- Rastreio de cancro ginecológico
- Rastreio de cancro da mama

Poderás encontrar uma visão geral destes lembretes de consultas de *check-up* no ecrã Lembrete (Figura 29).



**Figura 29: Lembretes para consultas de *check-ups***

Estes lembretes são apresentados como notificações do sistema em determinados intervalos que dependem da tua idade.

Poderás encontrar mais informações sobre os lembretes tocando no lembrete correspondente ou tocando no ícone de informação.

Também podes exportar estes lembretes como eventos para o calendário do teu dispositivo.

- Para exportar um lembrete, prima o botão de exportação para o respetivo lembrete na lista.
- Se a exportação for bem-sucedida, verás uma janela *pop-up* e poderás encontrar o lembrete no calendário do teu dispositivo.
- Se a exportação não for bem-sucedida, receberás uma notificação de que a exportação falhou.

Por predefinição, todos os lembretes estão ativados. Contudo, podes desativar os lembretes desativando a opção.

### 16.3.1 Informação adicional

A secção de lembretes de consultas de *check-up* inclui um ícone de informação (Figura 30) apresentado no canto superior direito.



Figura 30: Ícone de informação

Ao premir o ícone de informação, é apresentada uma nova mensagem *pop-up* com informações detalhadas sobre os lembretes.

Podes fechar estas mensagens *pop-up* premindo o botão "X".

## 17 Manual de utilização

---

O manual de utilização da app pode ser lido e transferido como um ficheiro PDF, premindo o item "Manual de utilização" no menu Mais.

O manual de utilização será fornecido no idioma definido no *smartphone*, se suportado.

## 18 Assistência técnica

Podes aceder ao ecrã Assistência (Figura 31) a partir do menu Mais  premindo o item “Assistência técnica”. Este ecrã mostra as informações de contacto da assistência técnica.

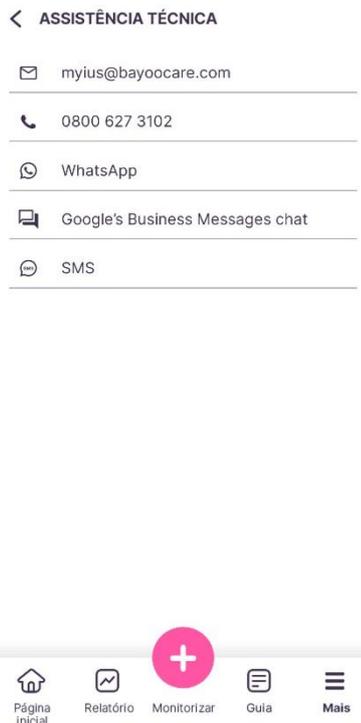


Figura 31: Ecrã Assistência técnica



### Nota:

Não receberás qualquer apoio médico através da utilização de qualquer um destes métodos de informações de contacto (e-mail ou telefone). Estes contactos fornecem assistência técnica relacionada com a aplicação.

Em caso de efeitos indesejáveis durante a utilização de um SIU, contacta diretamente o fornecedor dedicado responsável no teu país premindo a ligação "Comunicar efeito indesejável" no ecrã Sobre o teu SIU.

## 18.1 E-mail

Se premires o endereço de e-mail fornecido, a aplicação de e-mail predefinida do teu *smartphone* abre-se, com o endereço do destinatário já configurado.

## 18.2 Linha direta

Se premires o número indicado, abre-se a funcionalidade de chamadas do teu *smartphone* já com o referido número de telefone.

## 18.3 SMS

Se premires a ligação SMS, abre-se uma janela *pop-up* que te pede para introduzir o número de telefone para o qual gostarias de ser contactada. Depois de introduzir e confirmar o teu número de telefone, serás contactada por SMS.

## 18.4 WhatsApp

Se pressionares a ligação do WhatsApp, o teu *browser* encaminha-te para o WhatsApp, abrindo uma nova janela de conversação com a assistência técnica técnico da MyIUS. Terás de ter o WhatsApp instalado para que esta ligação funcione.

## 18.5 Chat da Google/iOS para negócios

Se carregares na ligação para as mensagens empresariais da tua plataforma, o teu *browser* reencaminha-te para as Mensagens empresariais da Google ou para o Chat empresarial do iOS, respetivamente. Será então aberta uma nova janela de conversação com a assistência técnica da MyIUS.

## 19 Sobre o teu SIU

Podes aceder ao ecrã Sobre o teu SIU (Figura 32) a partir do menu Mais ≡ premindo o item "Sobre o teu SIU". Este ecrã mostra o Folheto informativo do teu SIU, a brochura para utilizadoras, se disponível no teu país, e a opção de comunicar um efeito indesejável do SIU.



Figura 32: Ecrã Sobre o teu SIU

### 19.1 Folheto informativo do SIU

Para aceder ao Folheto informativo do SIU, basta carregar na ligação "Mostrar folheto informativo". O Folheto informativo do SIU será disponibilizado no idioma definido no *smartphone*, se suportado.

### 19.2 Comunicar um efeito indesejável (farmacovigilância)

Se detetares um efeito indesejável durante a utilização de um SIU, utiliza a funcionalidade de contacto fornecida pelo fornecedor oficial dedicado responsável no teu país.

Podes aceder à funcionalidade de contacto clicando na ligação no ecrã Definições "Comunicar efeito indesejável". A app fornecerá mais informações sobre o processo de comunicação no ecrã seguinte. Ao premir o botão "Iniciar", o formulário de contacto dedicado será aberto no teu navegador Web

nativo, fora da aplicação MyIUS. Caso não exista um fornecedor dedicado para o teu país, a tua aplicação de e-mail irá abrir-se com um endereço de e-mail predefinido e um texto que podes usar para comunicar os teus efeitos indesejáveis.

## 20 Dar feedback

Podes aceder ao ecrã Feedback (Figura 33) a partir do menu Mais ☰ premindo o item "Feedback".

The image displays two screenshots of the feedback questionnaire in the MyIUS app. The left screenshot shows the 'FEEDBACK' screen with three questions: 'Quão útil consideras esta app?', 'Tens confiança na tua previsão?', and 'De que gostas mais sobre o teu SIU?'. The right screenshot shows the response options for the third question, including a text input field for additional feedback.

Figura 33: Questionário de feedback

Podes responder a quatro perguntas no ecrã Feedback, cada uma com diferentes opções de resposta, apresentadas sob a forma de *smileys*, botões de escolha múltipla ou um campo de texto livre.

Podes adicionar 60 caracteres, no máximo, no campo de feedback, sendo que a aplicação mostra-te o n.º de caracteres restantes enquanto escreves.

Podes igualmente cancelar o processo de feedback, premindo o botão "Voltar" no canto superior esquerdo do ecrã. Esta ação fecha o ecrã sem enviar feedback.

Se premires o botão "Enviar", as tuas respostas serão carregadas para a nuvem. Se algo correr mal durante o carregamento, abrir-se-á uma janela *pop-up* que te informa da falha.

# 21 Editorial

Podes aceder ao ecrã Editorial (Figura 34) a partir do menu Mais ≡ premindo o item "Editorial". Podes aceder ao Editorial sobre o fabricante.

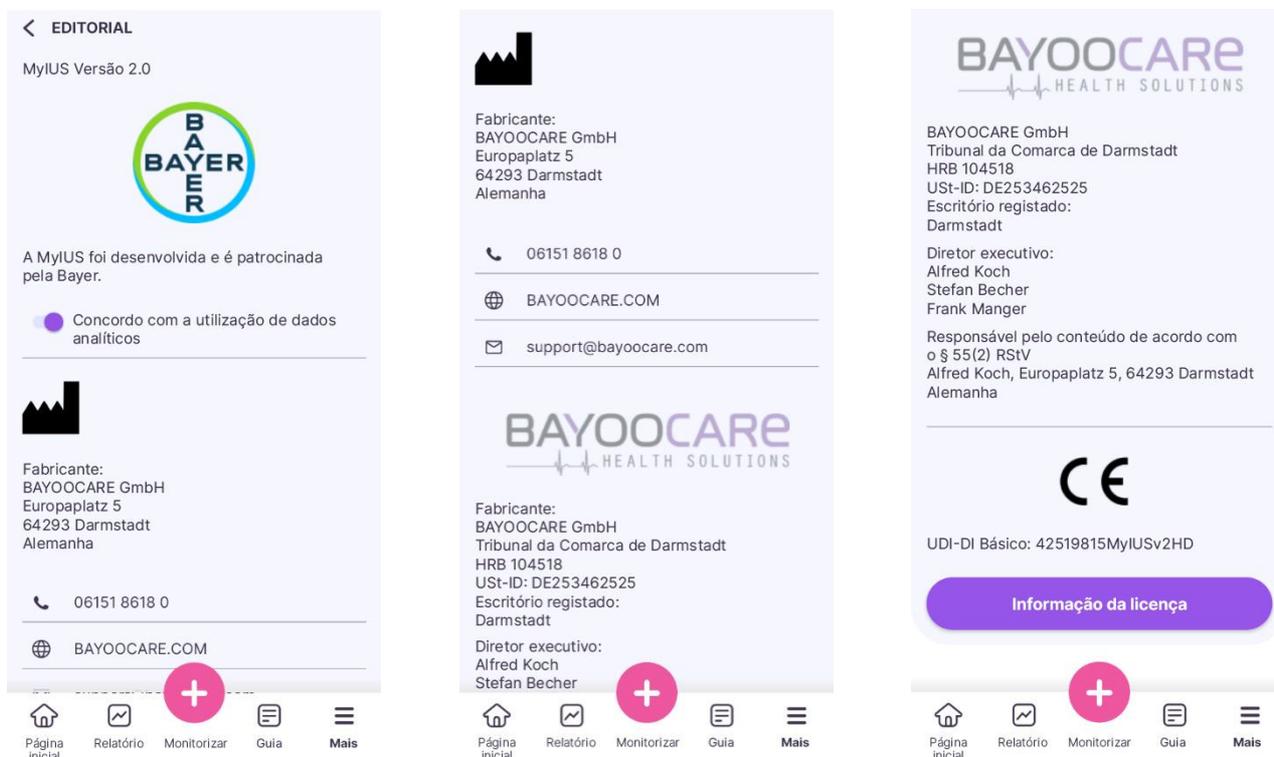


Figura 34: Ecrã Editorial

## 21.1 Editorial

A secção Editorial apresenta as informações seguintes:

- Versão da aplicação
- Logótipo e informação do promotor da aplicação
- Logótipo e informação do fabricante
- Números de aprovação
- Marca CE da MyIUS
- Número UDI
- Informações sobre a licença das bibliotecas utilizadas conforme aplicável

O Editorial é fornecido para a região configurada no teu *smartphone*. Se a região não for suportada pela app, o Editorial será apresentado em inglês.

## 22 Condições de utilização

---

As Condições de utilização podem ser lidas como um ficheiro PDF clicando na ligação "Condições de utilização". As Condições de utilização são fornecidas de acordo com a região e o idioma configurados no *smartphone*. Se estes não forem suportados, as Condições de utilização serão apresentadas em inglês.

## 23 Privacidade de dados

---

A Declaração de privacidade de dados pode ser lida como um ficheiro PDF clicando na ligação "Política de privacidade". A Declaração de privacidade de dados é fornecida de acordo com a região e o idioma configurados no *smartphone*. Se estes não forem suportados, a Declaração de privacidade de dados será apresentada em inglês.



### Nota:

Sempre que a política de privacidade de dados for atualizada no teu país, a app irá pedir-te que renoves o teu consentimento.

Sem o teu consentimento, não poderás continuar a utilizar a app.

### 23.1 Monitorização de dados

Podes definir em qualquer momento a tua preferência para a monitorização de dados analíticos, que são utilizados para melhorar a app. Se tiveres aceitado a monitorização de dados analíticos quando iniciaste a app pela primeira vez, a opção para a tua preferência estará ativada, caso contrário, estará desativada. Ao tocar na opção, a tua preferência será automaticamente aplicada.