

Nederlandse app Aloova wil kenniskloof en online desinformatie over vrouwengezondheid tegengaan

Van de vrouwen met onverklaarbare gezondheidsklachten voelt 72 procent zich niet serieus genomen in de zorg, blijkt uit onderzoek van Voices for Women. Een derde wacht volgens datzelfde onderzoek zelfs langer dan tien jaar op een juiste diagnose. Tegelijkertijd krijgen vrouwen online veel tegenstrijdige of onjuiste informatie over hun cyclus, hormonen en gezondheid. Met de nieuwe Nederlandse vrouwengezondheidsapp Aloova willen oprichters Carine Godri, GZ-psycholoog en CEO, en Daisy Bahnerth, COO, daar verandering in brengen.

Aloova combineert medische en wetenschappelijke kennis met een holistische benadering en richt zich op vrouwen van 18 tot 65 jaar. De app is nadrukkelijk meer dan een menstruatie- of cyclusapp: centraal staan betrouwbare gezondheidsinformatie, educatie en toegang tot deskundigen.

Aloova ondersteunt vrouwen gedurende verschillende levensfasen, van menstruatie en een kinderwens tot zwangerschap, de periode na een bevalling, het moederschap, de perimenopauze en de postmenopauze. Vooral tussen het dertigste en vijftigste levensjaar kunnen meerdere van deze grote lichamelijke en hormonale transitiefases elkaar in relatief korte tijd opvolgen.

“Vrouwen moeten vaak zelf uitzoeken wat er in hun lichaam gebeurt en welke informatie betrouwbaar is”, zegt Bahnerth. “Online is enorm veel informatie te vinden, maar persoonlijke ervaringen en gezondheidsclaims lopen daar regelmatig door elkaar heen. Met Aloova willen we betrouwbare kennis toegankelijk maken en een plek bieden waar vrouwen zich serieus genomen voelen.”

Meer dan een cyclusapp: één plek voor alle levensfasen

Waar veel gezondheidsapps zich richten op één onderwerp, zoals menstruatie, cyclus of zwangerschap, brengt Aloova verschillende onderdelen van vrouwengezondheid samen in één Nederlandse omgeving. Daarbij staat niet alleen het bijhouden van lichamelijke veranderingen centraal, maar juist ook het begrijpen ervan.

Gebruikers krijgen toegang tot:

- wekelijkse online spreekuur met deskundigen
- live trainingen en masterclasses
- een zoekfunctie voor specialisten in vrouwengezondheid
- een cyclus tracker, een zwangerschapstracker en een overgangstracker
- voedingsadvies en recepten gericht op cyclus, hormonen en levensfasen
- tools zoals meditaties, ademhalingsoefeningen, klankschaalsessies.

“Vrouwengezondheid stopt niet na de menstruatiecyclus of een zwangerschap”, zegt Godri. “Het vrouwenlichaam blijft gedurende het hele leven veranderen. Juist bij grote transitiefases kunnen nieuwe vragen en klachten ontstaan. We willen vrouwen niet alleen informatie geven, maar hen ook beter laten begrijpen wat er in hun lichaam gebeurt en laten zien hoe nauw lichamelijke en mentale gezondheid met elkaar verbonden zijn.”

Zichtbare experts en wekelijkse spreekuren

Een belangrijk uitgangspunt van Aloova is dat gezondheidsinformatie niet alleen wordt gebaseerd op persoonlijke ervaringen of trends die online circuleren. Daarom werkt de app met deskundigen op verschillende terreinen binnen de vrouwengezondheid. Zo wil Aloova vrouwen helpen onderscheid te maken tussen persoonlijke ervaringen, algemene gezondheidsinformatie en professionele kennis.

Iedere week kunnen gebruikers tijdens een live online spreekuur vragen stellen aan één van de vaste experts van Aloova. Het expertpanel bestaat uit:

- Carine Godri, GZ-psycholoog gespecialiseerd in vrouwengezondheid
- Desirée Domacasse, gezondheidswetenschapper en oprichter van Femmegetic
- Azucena Cuijpers, arts gespecialiseerd in vrouwengezondheid
- Ginny Chamorro, gynaecoloog en leefstijlarts.

Daarnaast kunnen gebruikers in de app zoeken naar specialisten op naam, vakgebied en locatie. Denk aan artsen, psychologen, fysiotherapeuten, acupuncturisten, chiropractors, voedingsdeskundigen, seksuologen en verloskundigen. Deze specialisten geven ook trainingen in de app.

Betrouwbaar alternatief

Wat Aloova onderscheidt, is dat vrouwengezondheid niet wordt opgedeeld in losse klachten of levensfasen. Wetenschappelijke en medische kennis, een holistische benadering, praktische hulpmiddelen en persoonlijk contact met echte professionals komen samen in één app. Daarmee wil Aloova een betrouwbaar alternatief bieden voor de grote hoeveelheid ongefundeerde gezondheidsadviezen die online circuleren en vrouwen gedurende verschillende fases van hun leven helpen om beter geïnformeerde keuzes over hun gezondheid te maken.

Privacy en databescherming

Bij de verwerking van gebruikersgegevens staat privacy centraal. Aloova slaat de database op bij Scaleway, een Franse cloudprovider die onder EU-recht valt, met de servers fysiek in Amsterdam. Gevoelige gegevens zoals cyclus- en dagboekinformatie worden al in de app zelf versleuteld met een sleutel die alleen de gebruiker bezit, waardoor Aloova deze gegevens niet kan inzien. Gebruikersgegevens worden nooit aan derden verkocht. Daarnaast bevat de app geen advertenties.

De app is volledig Nederlandstalig, opgericht in Nederland en wordt ontwikkeld volgens de Nederlandse en Europese privacywetgeving. Aloova is vanaf nu te downloaden via de App Store of Google Play. Ook kun je een bezoek brengen aan www.aloova.nl.

Noot voor de redactie – Niet voor publicatie

Voor interviews, beeldmateriaal of extra informatie:

Contactpersoon: Daisy Bahnerth

Telefoon: 06 42793887

E-mail: info@aloova.nl