



## ΝΕΑ ΧΡΗΜΑΤΟΔΟΤΗΣΗ ΓΙΑ ΕΠΕΚΤΑΣΗ ΤΟΥ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ ΤΟΥ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟΥ ΚΥΠΡΟΥ, ΓΙΑ ΔΙΑΚΟΠΗ ΤΟΥ ΚΑΠΝΙΣΜΑΤΟΣ

**Το πρόγραμμα “FlexiQuit” «ταξιδεύει» στην Αμερική για να εφαρμοστεί  
σε στρατιώτες και βετεράνους πολέμου**



Σημαντική επιχορήγησή για επέκταση του προγράμματος “FlexiQuit” για διακοπή του καπνίσματος στις νεαρές ηλικίες, εξασφάλισε το Εργαστήριο Κλινικής Ψυχολογίας και Συμπεριφορικής Ιατρικής “ACThealthy”, του οποίου υπεύθυνη είναι η Δρ Μαρία Καρεκλά, Επίκουρη Καθηγήτρια Κλινικής Ψυχολογίας του Τμήματος Ψυχολογίας στο Πανεπιστήμιο Κύπρου. Η επιχορήγηση ύψους \$275,000 προέρχεται από το Εθνικό Ινστιτούτο Καρκίνου (National Cancer Institute, NCI), των ΗΠΑ.

Αναγνωρίζοντας το πρόβλημα του καπνίσματος στους νέους, η ομάδα στο Εργαστήριο ACTHealthy, δημιούργησε το πρόγραμμα FlexiQuit, το οποίο μετά από πιλοτική εφαρμογή έχει εφαρμοστεί με επιτυχία στη ζωή των νέων. Το FlexiQuit αποσκοπεί στη διακοπή του καπνίσματος στις νεαρές ηλικίες, με ένα παιχνιδιάρικο και πρωτοποριακό τρόπο, μέσω διαδικτύου. Το πρόγραμμα δοκιμάστηκε αρχικά στην Κύπρο σε πληθυσμό εφήβων και νεαρών ενηλίκων με πολύ ενθαρρυντικά αποτελέσματα. Συγκεκριμένα, άτομα τα οποία αρχικά δεν παρουσίαζαν ενδιαφέρον για διακοπή του καπνίσματος, μέχρι το τέλος των 6 διαδικτυακών συναντήσεων διέκοψαν το κάπνισμα σε ποσοστό 52% σε σύγκριση με ομάδα ελέγχου (ποσοστό 14% διακοπή). Η δεύτερη εκδοχή και εφαρμογή του προγράμματος αυτού είναι ακόμα υπό εξέλιξη και ενδιαφερόμενοι μπορούν να αποταθούν στην ιστοσελίδα του διαδικτυακού προγράμματος παρέμβασης για τη διακοπή του καπνίσματος: <https://flexiquit.com/>

Το πρόγραμμα FlexiQuit μπορεί να εφαρμοστεί με επιτυχία σε άτομα 15 έως 30, ενώ μπορεί να λειτουργήσει και με καπνιστές μεγαλύτερης ηλικίας. Το πρόγραμμα έχει αξιολογηθεί και εγκριθεί από το Υπουργείο Υγείας και την Εθνική Επιτροπή Βιοηθικής Κύπρου

Το νέο πρόγραμμα αποτελεί συνεργασία με το Bedford Veterans Administration Hospital στη Βοστώνη και το Fred Hutchinson Cancer Research Center στο Σιάτλ των ΗΠΑ και καλείται να προσαρμόσει το αρχικό πρόγραμμα σε στρατιώτες και βετεράνους πολέμου στις ΗΠΑ. Συγκεκριμένα αυτός ο πληθυσμός



παρουσιάζεται με μεγαλύτερα ποσοστά καπνίσματος και λιγότερες επιτυχίες στη διακοπή του, καθιστώντας αυτό τον πληθυσμό κατάλληλο για την εφαρμογή του προγράμματος FlexiQuit.



Η Δρ Μαρία Καρεκλά είναι Επίκουρη Καθηγήτρια στο Πανεπιστήμιο Κύπρου και εγγεγραμμένη Κλινική Ψυχολόγος με ειδίκευση στην Συμπεριφορική Ιατρική. Έχει εμπειρογνωμοσύνη σε θέματα συσχέτισης με αγχώδεις διαταραχές και προβλημάτων υγείας, στην εξέταση ατομικών διαφορών και άλλων παραγόντων, στην αιτιολογία, συνέχιση, αξιολόγηση/διάγνωση και θεραπεία αγχωδών προβλημάτων, στην ψυχοφυσιολογία και σε νέες μεθόδους (digital technologies) στην εξερεύνηση αυτών των παραγόντων, στη δημιουργία και αναπροσαρμογή θεραπευτικών παρεμβάσεων (π.χ. Θεραπείας Αποδοχής και Δέσμευσης) μετά από πειραματική εξέταση για σκοπούς αποτελεσματικότερης αλλαγής συμπεριφοράς. Ανάμεσα στις ερευνητικές της δραστηριότητες συμπεριλαμβάνονται έργα στο θέμα της θalasσαιμίας, του διαβήτη, των διατροφικών διαταραχών, του άσθματος, και των χρόνιων πόνων. Οι έρευνες της έχουν λάβει επιχορήγηση από εθνικούς, ευρωπαϊκούς και άλλους φορείς και έχουν βραβευτεί από οργανισμούς όπως η Ευρωπαϊκή Επιτροπή και το Rompidou group, το Association for the Advancement of Behavior Therapy και το Society of Behavioral Medicine. Έχει στο βιογραφικό της πέραν των 60 δημοσιεύσεων σε επιστημονικά περιοδικά. Επίσης εκπροσωπεί το Πανεπιστήμιο Κύπρου και την Κύπρο σε διάφορες επιτροπές που σχετίζονται με το επάγγελμά της (π.χ. Ευρωπαϊκή Επιτροπή Ψυχολογίας της Υγείας, την οποία προεδρεύει, και το task force on e-health).

**Τέλος ανακοίνωσης**