



ΠΡΩΤΟ ΕΝΗΜΕΡΩΤΙΚΟ ΔΕΛΤΙΟ

Απρίλιος 2020

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ 'PROLEPSIS'

Σκοπός του προγράμματος είναι η ανάπτυξη μιας παρέμβασης στον τομέα της υγείας μέσω μιας εφαρμογής κινητού τηλεφώνου, που θα συμβάλει στη βελτίωση της προληπτικής συμπεριφοράς του πληθυσμού των οικογενειακών φροντιστών. Μέσω της εφαρμογής θα παρέχονται εξατομικευμένα μηνύματα τα οποία θα καλύπτουν ένα ευρύ φάσμα σημαντικών θεμάτων χωρίς τοπικούς και χρονικούς περιορισμούς.

Στην πραγματικότητα, η φροντίδα ενός ατόμου με χρόνια πάθηση (ρόλος ο οποίος αναλαμβάνεται συνήθως από κάποιο μέλος της οικογένειας), μπορεί να αποτελέσει ένα ανασταλτικό παράγοντα για την υιοθέτηση προληπτικής συμπεριφοράς απέναντι στην κακοήθεια του μαστού. Οι γυναίκες που αναλαμβάνουν το ρόλο του οικογενειακού φροντιστή, αντιμετωπίζουν συχνά επιπρόσθετες προκλήσεις, αναφορικά με την υιοθέτηση πρακτικών πρόληψης, όπως είναι η διενέργεια προληπτικών εξετάσεων για την έγκαιρη ανίχνευση κακοηθειών του μαστού (Kinnear et. al., 2010). Μελέτες που αφορούν στην αξιολόγηση των στάσεων και συμπεριφορών των οικογενειακών φροντιστών, υποστηρίζουν ότι οι γυναίκες φροντιστές τείνουν να υιοθετούν προβληματικές συμπεριφορές υγείας, όπως, η παραμέληση διενέργειας διαγνωστικών εξετάσεων, η κακή διατροφή, η μειωμένη φυσική άσκηση και η δυσκολία στην ορθή λήψη της φαρμακευτικής τους αγωγής, συγκριτικά με τους μη φροντιστές (Burton et. al., 2003).

Αν και οι Ευρωπαϊκές Κατευθυντήριες Οδηγίες (<https://ecibc.jrc.ec.europa.eu/recommendations>), υπερτονίζουν τη σημασία του μαστογραφικού ελέγχου για την έγκαιρη ανίχνευση κακοηθειών του μαστού, οι γυναίκες για διάφορους λόγους (π.χ. έλλειψη γνώσης, μειωμένη εγγραμματοσύνη σε θέματα για την υγεία) δεν πραγματοποιούν τους αναμενόμενους και προκαθορισμένους ελέγχους, παρόλο που είναι ενήμερες για την διαθεσιμότητα αυτών των προληπτικών εξετάσεων. Ο μέσος όρος συμμετοχής σε τέτοιου είδους προληπτικά προγράμματα στην Ευρωπαϊκή Ένωση είναι κάτω από το κατώτατο αποδεκτό όριο του 70% (Perry et al. 2016).

Οι στόχοι του προγράμματος 'Prolepsis' είναι να:

- αναπτύξει μια μεθοδολογία και ένα σχετικό περιεχόμενο που θα συμβάλει στην ενίσχυση των γνώσεων των οικογενειακών φροντιστών σχετικά με τον αντίκτυπο που έχει η διενέργεια προληπτικών εξετάσεων στην εμφάνιση και εξέλιξη της κακοήθειας του μαστού.
- εκπαιδεύσει και να ενδυναμώσει τους οικογενειακούς φροντιστές, ώστε να είναι σε θέση να αποκτήσουν τον έλεγχο της νόσου, μέσω της υιοθέτησης και της διατήρησης αλλαγών στο τρόπο ζωής και στις συνθήκες διαβίωσης τους που προάγουν την υγεία. Οι αλλαγές αυτές αφορούν στις συνήθειες του τρόπου ζωής, στον αυτοέλεγχο και αυτό-αξιολόγηση, στην ενίσχυση των θετικών συμπεριφορών και στην ενθάρρυνση της χρήσης των διαθέσιμων προληπτικών υπηρεσιών για την έγκαιρη ανίχνευση της κακοήθειας του μαστού.
- δημιουργήσει μια εξατομικευμένη εφαρμογή στο κινητό τηλέφωνο (π.χ. να ανταποκρίνεται σε ανάγκες και προτιμήσεις του χρήστη) που να υποστηρίζει τους οικογενειακούς φροντιστές στην διαχείριση της αυτό-φροντίδας τους και στην υιοθέτηση προληπτικής συμπεριφοράς απέναντι στην κακοήθεια του μαστού.
- δημιουργήσει ένα εγχειρίδιο εκπαίδευσης, που θα απευθύνεται σε εκπαιδευτές στον τομέα της υγείας που δραστηριοποιούνται στην εκπαίδευση τόσο των οικογενειακών όσο και των επαγγελματιών φροντιστών, όπως επίσης και στους επαγγελματίες υγείας που εργάζονται στον τομέα της προαγωγής της υγείας των γυναικών, για τη χρήση της εφαρμογής στα προγράμματα ενδυνάμωσης της υγείας όχι μόνο των οικογενειακών φροντιστών αλλά και των γυναικών γενικότερα. Το εγχειρίδιο θα είναι σε ηλεκτρονική μορφή (e-book) και θα περιλαμβάνει πρακτικές προτάσεις και κατευθυντήριες οδηγίες για τις δύο διαφορετικές ομάδες στόχους, βασισμένο στα ευρήματα των προηγούμενων δράσεων του όλου προγράμματος.

Το πρόγραμμα 'Prolepsis' είναι ένα 30μηνο πρόγραμμα του Erasmus +, το οποίο υλοποιείται σε συνεργασία με 5 Ευρωπαϊκές Χώρες (Εταίροι), συγκεκριμένα:

- **Τεχνολογικό Πανεπιστήμιο Κύπρου (ΤΕΠΑΚ)**, Το Τεχνολογικό Πανεπιστήμιο Κύπρου είναι το δεύτερο δημόσιο Πανεπιστήμιο, δημιουργήθηκε το 2004 και το Τμήμα Νοσηλευτικής της Σχολής Επιστημών Υγείας έχει ήδη καθιερωθεί ως ένα σημαντικό εθνικό τμήμα έρευνας στις Επιστήμες Υγείας.
- **Anziani e non solo Società cooperativa sociale** (Ιταλία). ANS είναι ένας μη κερδοσκοπικός οργανισμός που δραστηριοποιείται από το 2004 στον τομέα της κοινωνικής καινοτομίας, με ιδιαίτερη έμφαση στη διαχείριση έργων και υλοποίηση προγραμμάτων για παροχή υπηρεσιών και προϊόντων στον τομέα της κοινωνικής πρόνοιας και της κοινωνικής ένταξης.
- **Portincarers** – Associação Cuidadores de Portugal, είναι ένας μη κερδοσκοπικός ανεξάρτητος διεπιστημονικός οργανισμός. Κύριος στόχος του είναι να δώσει φωνή στους άτυπους φροντιστές και να αναδείξει τόσο τη συμβολή τους σε εθνικό και διεθνές επίπεδο αλλά να προωθήσει παράλληλα την ποιότητα ζωής τους.
- **Singularlogic** (Ελλάδα), Η Singular Logic επενδύει ένα σημαντικό μέρος των εργασιών της στην ανάπτυξη νέων, πρωτοποριακών μεθοδολογιών και τεχνολογικών εργαλείων τελευταίας τεχνολογίας. Το Τμήμα Ευρωπαϊκών Προγραμμάτων της Singular Logic δραστηριοποιείται στον σχεδιασμό και την υλοποίηση καινοτόμων εφαρμογών και πλατφόρμες που στοχεύουν σε διαφορετικούς τομείς δραστηριότητας, τόσο στην μηχανική όσο και στην διαχείριση των επιχειρηματικών υπηρεσιών.
- **Europa Donna -Κύπρου, από Κύπρο**. Η Europa Donna είναι ένας ανεξάρτητος, μη κερδοσκοπικός οργανισμός που μέλη του είναι συνδεδεμένες ομάδες από χώρες σε όλη την Ευρώπη. Μέλημα του είναι η ευαισθητοποίηση για τον καρκίνο του μαστού και η κινητοποίηση για στήριξη όλων των γυναικών στην Ευρώπη για τη βέλτιστη εκπαίδευση για τον καρκίνο του μαστού, τον κατάλληλο προληπτικό έλεγχο για την έγκαιρη ανίχνευση κακοηθειών του μαστού, την βέλτιστη θεραπεία και φροντίδα και την αυξημένη χρηματοδότηση για έρευνα.

ΙΣΤΟΣΕΛΙΔΑ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ PROLEPSIS

Τον Ιανουάριο του 2020, οι συνεργάτες/εταίροι του προγράμματος 'Prolepsis' ανακοίνωσαν τη δημιουργία και έναρξη της λειτουργίας της ιστοσελίδας τους.

Η ιστοσελίδα περιλαμβάνει την παρουσίαση του έργου (ένα διαθέσιμο φυλλάδιο με όλες τις σχετικές πληροφορίες) και των αποτελεσμάτων του. Επίσης, κατά την διάρκεια των 30 μηνών διεξαγωγής του προγράμματος, η ιστοσελίδα θα ενημερώνει για τα νέα αυτής της συνεργασίας, με επίσημα ενημερωτικά έντυπα και δελτία τύπου, πληροφορίες για τις συναντήσεις των εταίρων και εκδηλώσεις, υλικό και έντυπα με σημαντικό περιεχόμενο.

Η ιστοσελίδα διατηρεί ανοιχτή πρόσβαση σε όλους ως ο ιδανικός τρόπος για να διατηρηθεί η επικοινωνία με τους συνεργάτες/εταίρους του προγράμματος και να προωθηθεί η ενημέρωση για τις δραστηριότητες του προγράμματος σε ευρύτερο δίκτυο ενδιαφερόμενων φορέων.

Για να επισκεφθείτε την ιστοσελίδα του προγράμματος, πατήστε στον ακολουθώ σύνδεσμο: <https://prolepsis.eu/>

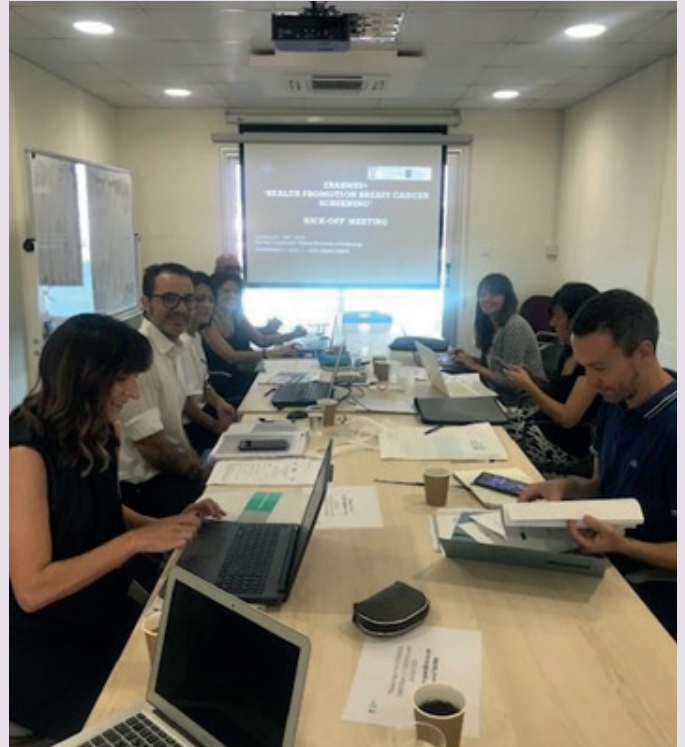
1Η ΣΥΝΑΝΤΗΣΗ ΣΤΗΝ ΚΥΠΡΟ

Η πρώτη συνάντηση των εταίρων, φιλοξενήθηκε από το συντονιστή του προγράμματος, το ΤΕΠΑΚ, στις 21-22 Οκτωβρίου 2019 στην Λεμεσό (Κύπρος). Στην συνάντηση αυτή δόθηκε η ευκαιρία στους συνεργάτες/εταίρους του έργου να γνωριστούν μεταξύ τους παρουσιάζοντας ο κάθε ένας ξεχωριστά το δικό του οργανισμό.

Επίσης, οι συνεργάτες του προγράμματος είχαν την ευκαιρία να μάθουν περισσότερα σχετικά με τα εθνικά πλαίσια πρωτόκολλα κάθε χώρας για τη πρόληψη του καρκίνου του μαστού.

Κατά τη διάρκεια των δύο ημερών της συνάντησης, ανατέθηκαν καθήκοντα μεταξύ των συμμετοχόντων και συμφωνήθηκαν και τα επόμενα βήματα σύμφωνα με το πρόγραμμα εργασίας του έργου.

Η επόμενη συνάντηση των εταίρων θα πραγματοποιηθεί τον Ιούλιο του 2020 στην Πορτογαλία.



ΠΑΡΑΔΟΤΕΟ 1

ΟΜΑΔΕΣ ΕΣΤΙΑΣΗΣ ΜΕ ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑΚΟΥΣ ΦΡΟΝΤΙΣΤΕΣ ΚΑΙ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΕΣ

Αυτή τη στιγμή, το έργο βρίσκεται στην πρώτη φάση της υλοποίησης του, το οποίο έχει ως στόχο τη δημιουργία μιας γραπτής αναφοράς/ έκθεσης ώστε να τεθούν οι βάσεις για την ανάπτυξη ενός εκπαιδευτικού προγράμματος και μιας εφαρμογής στο κινητό που θα απευθύνεται τις γυναίκες οικογενειακούς φροντιστές. Θα παρέχει νέες γνώσεις σχετικά με τις προοπτικές εκπαίδευσης και κατάρτισης των ενδιαφερομένων (δηλαδή εμπειρογνομόνων, τελικών χρηστών και φροντιστών τελικών χρηστών) καθώς και τον εντοπισμό οποιωνδήποτε εμποδίων στην υιοθέτηση προληπτικής συμπεριφοράς για τον καρκίνο του μαστού.

Οι αντιλήψεις των ενδιαφερομένων έχουν ανακτηθεί από όλες τις χώρες των εταίρων, μέσω των ομάδων εστίασης. Κάθε εταίρος είχε το καθήκον να διοργανώσει ομάδες εστίασης τόσο με οικογενειακούς φροντιστές όσο και με επιλεγμένους επαγγελματίες όπως: εκπαιδευτικούς, προηγμένους νοσηλευτές, ιατρούς ογκολόγους, εξειδικευμένους επαγγελματίες υγείας στην προαγωγή υγείας και αντιπροσώπους όλων των σχετικών επαγγελματικών ενώσεων και συνδέσμων (π.χ. μη κερδοσκοπικοί οργανισμοί που δραστηριοποιούνται σε θέματα σχετικά με τον καρκίνο του μαστού).

Ο στόχος των ομάδων εστίασης με τους οικογενειακούς φροντιστές ήταν να διευκολύνει τους συμμετέχοντες να συζητήσουν τις γνώσεις, τους για τον καρκίνο του μαστού και να εξετάσει τις κατευθυντήριες γραμμές και τις συνιστώμενες πρακτικές, τα ατομικά, διαρθρωτικά και πολιτιστικά εμπόδια στον έλεγχο για την έγκαιρη ανίχνευση κακοηθειών του μαστού. Επίσης να διερευνήσει τις αντιλήψεις τους για τη σημασία του μαστογραφικού ελέγχου, τις σχετικές εμπειρίες τους με τον καρκίνο του μαστού (προσωπικές ή άλλων σημαντικών ατόμων), τον αυτο-εκτιμημένο κίνδυνο για καρκίνο του μαστού, τις συνήθειες χρήσης του κινητού τηλεφώνου, συμπεριλαμβανομένων των μηνυμάτων κειμένου και εικόνων, τις ανάγκες για εφαρμογές μάθησης μέσω κινητού τηλεφώνου, την ετοιμότητα εκπαίδευσης μέσω εφαρμογών μάθησης κινητού τηλεφώνου, καθώς και ιδέες σχετικά με το πιο αποτελεσματικό περιεχόμενο, όσον αφορά τον τύπο και τη συχνότητα των μηνυμάτων και των παρεμβάσεων για την προώθηση του ελέγχου για την έγκαιρη ανίχνευση κακοηθειών.

Ο στόχος των ομάδων εστίασης με τους επαγγελματίες ήταν να συγκεντρώσουν τις απόψεις των επαγγελματιών υγείας σχετικά με τις εκπαιδευτικές προτεραιότητες που θα πρέπει να τεθούν σχετικά με την υιοθέτηση συμπεριφοράς πρόληψης για τον καρκίνο του μαστού συμπεριλαμβανομένων και τον έλεγχο για την έγκαιρη ανίχνευση κακοηθειών του μαστού (π.χ. κενά στις γνώσεις, ανησυχίες και προτεραιότητες).

Τα αποτελέσματα κάθε ομάδας εστίασης θα συνοψιστούν σε μια έκθεση στα αγγλικά που θα είναι σύντομα αναρτημένα στην ιστοσελίδα του προγράμματος 'Prolepsis'.



Co-funded by the
European Union
Erasmus+ Programme

THE PROJECT OUTPUTS MEETINGS AND EVENTS DOCUMENTS NEWSLETTERS AND PRESS RELEASES PARTNERSHIP NEWS

Health Promotion Breast Cancer Screening In Informal Carers

[Read More >](#)

Η χρηματοδότηση, από την Ευρωπαϊκή Επιτροπή, της παραγωγής αυτού του εντύπου, δεν προϋποθέτει την έγκριση του περιεχομένου, καθώς αποτελεί έκφραση μόνο των απόψεων των δημιουργών της και η Επιτροπή αποποιείται της ευθύνης για οποιαδήποτε χρήση των πληροφοριών που περιέχονται σε αυτό.