

MEMORIA DE ACTIVIDADES 2019

01 QUIÉNES SOMOS

02 EL AÑO EN CIFRAS

03 PROYECTOS DE INVESTIGACIÓN

- PROGRAMA SI!
- 50/50
- HEALTHY COMMUNITIES

04 PUBLICACIONES

05 CONFERENCIAS Y CONGRESOS

06 ACCIONES SOLIDARIAS DE DIVULGACIÓN

- JORNADA SHE
- INICIATIVA VIVE

07 ORIGEN Y DESTINO DE LOS RECURSOS

08 PATRONATO Y EQUIPO

01 QUIÉNES SOMOS

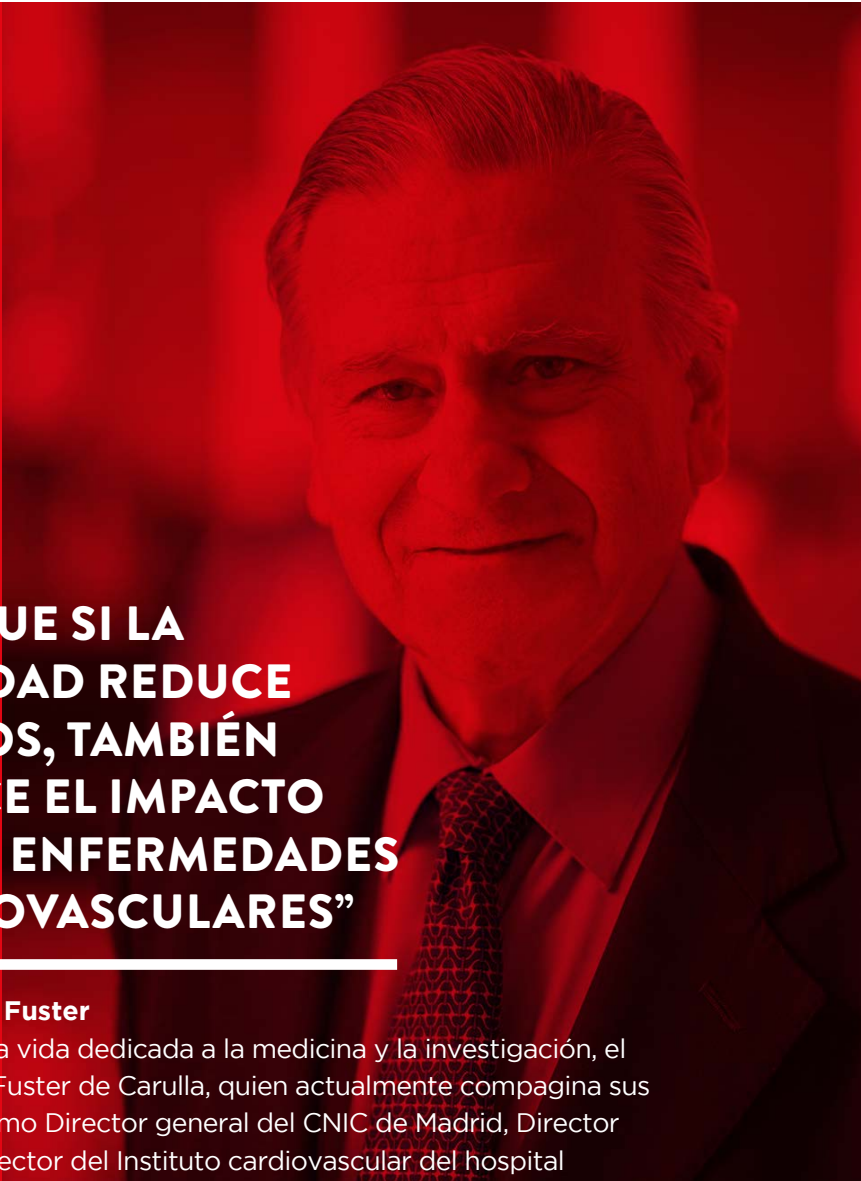
“¿QUÉ PASARÍA SI LA SOCIEDAD FUERA CAPAZ DE MODIFICAR SUS RUTINAS ACTUALES Y ADQUIRIR HÁBITOS SALUDABLES?”

Factores como la obesidad, las adicciones al alcohol, el tabaquismo y otras drogas se han convertido en los principales factores de riesgo de la enfermedad cardiovascular y provocan que año tras año aumente considerablemente el número de personas que la padecen.

Ante esta evidencia, y gracias a la experiencia acumulada durante su carrera, en 2009 el Dr. Fuster impulsa la creación de la Fundación SHE. Una fundación sin ánimo de lucro que, basándose en la investigación básica y clínica (Science), tiene el objetivo de promover los hábitos saludables

(Health) mediante la comunicación y la educación (Education) a la población.

La Fundación SHE dedica sus esfuerzos a crear un marco de referencia de lo que significa y conlleva una educación que incida en la adquisición de hábitos saludables desde la infancia, a fin de promover un mundo donde niños, jóvenes y adultos tengan la capacidad de actuar positivamente hacia su salud.

A portrait of Dr. Valentín Fuster, an older man with grey hair, wearing a dark suit, white shirt, and patterned tie. The image is overlaid with a semi-transparent red filter. The background is a solid red color.

“PORQUE SI LA SOCIEDAD REDUCE RIESGOS, TAMBIÉN REDUCE EL IMPACTO DE LAS ENFERMEDADES CARDIOVASCULARES”

Dr. Valentín Fuster

Tras toda una vida dedicada a la medicina y la investigación, el Dr. Valentín Fuster de Carulla, quien actualmente compagina sus funciones como Director general del CNIC de Madrid, Director médico y Director del Instituto cardiovascular del hospital Mount Sinai de Nueva York y Presidente de la Fundación Privada SHE (Science for Health and Education), tiene el convencimiento de que un cambio en el estilo de vida de la población es el único camino para evitar la extensión de las enfermedades cardiovasculares, una verdadera epidemia y la primera causa de mortalidad en el mundo.

02 EL AÑO EN CIFRAS

830K €

PRESUPUESTO

14

EQUIPO

230

CENTROS

32.910

NIÑOS

145

PROFESORES
FORMADOS

30

HORAS DE
FORMACIÓN
PROFESORADO

7

ACTIVIDADES
DE DIVULGACIÓN
Y PARTICIPACIÓN
CIUDADANA

3

COMUNIDADES
(CATALUÑA, MADRID
Y GALICIA)

*Las cifras relativas al Programa SI! pertenecen al curso escolar 2018-2019

03 PROYECTOS DE INVESTIGACIÓN

- PROGRAMA SI!

Iniciado en 2010, el Programa SI! es un programa de intervención escolar dirigido a niños de 3 a 16 años con un claro objetivo: demostrar que la adquisición de hábitos saludables desde la infancia reduce el riesgo de sufrir enfermedades cardiovasculares, al tiempo que mejora la calidad de vida en edad adulta.

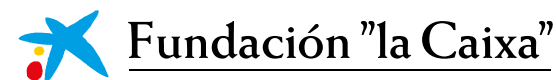
La investigación en salud pública señala que las iniciativas de promoción de la salud deben comenzar en Etapa Infantil. Sólo así se consigue un cambio de comportamiento sostenido en el tiempo, a largo plazo y eficaz.

El Programa SI! se imparte en las aulas por parte de los profesores, previa formación a cargo de la **Fundación SHE - “la Caixa”**, que puede ser presencial o semi-presencial. El Programa cuenta además con la certificación ISO 9001.

Desde su puesta en marcha, en 2010, el Programa SI! ha formado un total de 1.825 profesores en toda España, y se han organizado 6 encuentros de dinamizadores del programa.

PROGRAMA SI!

NACE CON LA VOLUNTAD DE PROMOVER LA SALUD CARDIOVASCULAR ENTRE LOS MÁS JÓVENES, DE UN MODO SENCILLO Y PRÁCTICO, Y CON EL OBJETIVO DE ENSEÑAR A MANTENER HÁBITOS SALUDABLES DURANTE TODA LA VIDA.



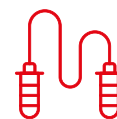
PARA SU IMPLEMENTACIÓN, SE HAN ESTABLECIDO 4 ÁREAS CLAVE DE ACTUACIÓN:



ADQUISICIÓN DE HÁBITOS DE ALIMENTACIÓN SALUDABLES



CONOCIMIENTO DEL CUERPO Y DEL CORAZÓN



PRÁCTICA DE ACTIVIDAD FÍSICA

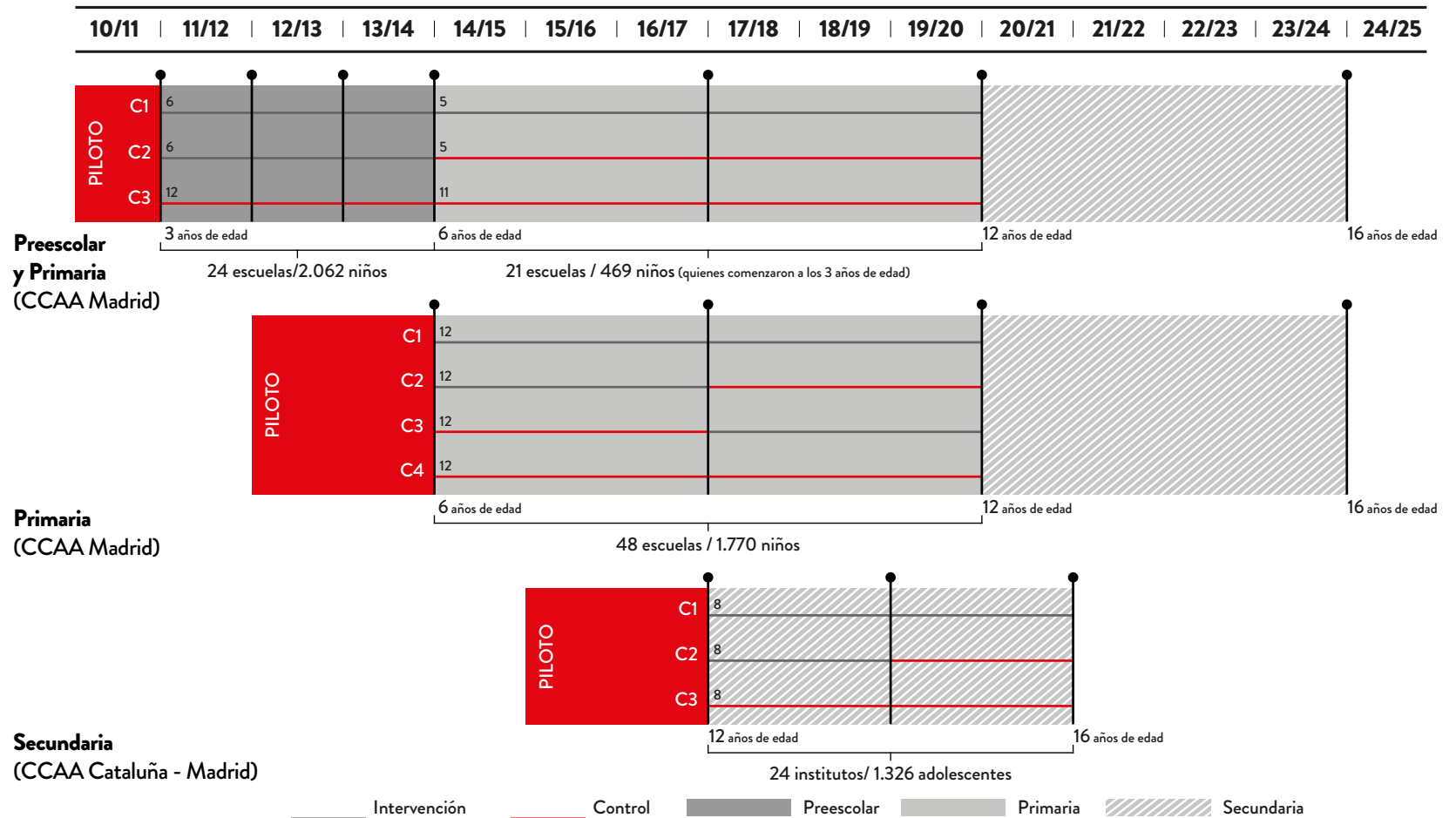


GESTIÓN DE EMOCIONES

03 PROYECTOS DE INVESTIGACIÓN

- PROGRAMA SI!

INTERVENCIÓN EN EDUCACIÓN INFANTIL, PRIMARIA Y SECUNDARIA EN ESPAÑA



03 PROYECTOS DE INVESTIGACIÓN

- PROGRAMA SI!

EDUCACIÓN PRIMARIA

- Se continúa con el estudio científico de Educación Primaria.
- Los centros PC1 y PC3 aplican el Programa en 5º de Primaria.
- Los centros PC2 y PC4 continúan siendo control y por tanto no aplican la intervención.
- Se realiza el estudio piloto de las mediciones de 6º de Primaria.

EDUCACIÓN SECUNDARIA

- Proyecto ganador de una subvención a La Marató de TV3 conjuntamente con el CNIC y la Universidad de Barcelona.
- Se continúa con el estudio científico de Educación Secundaria.
- Los centros intervención continúan con la intervención pedagógica en 2º de Secundaria entre los meses de septiembre 2018 a junio 2019.

BENEFICIARIOS DEL PROGRAMA SI!

230
CENTROS

17.233
NIÑOS/AS
EN INFANTIL

13.963
NIÑOS/AS
EN PRIMARIA

1.714
NIÑOS/AS EN
SECUNDARIA

32.910
TOTAL NIÑOS/AS

03 PROYECTOS DE INVESTIGACIÓN

- PROGRAMA 50/50

El **Programa 50/50** es un estudio científico que ayuda a modificar hábitos de vida y controlar los principales factores de riesgo de la enfermedad cardiovascular:

sobrepeso, obesidad, sedentarismo, tabaquismo y tensión arterial elevada, mediante talleres formativos y educación entre iguales.

FACTORES DE RIESGO CARDIOVASCULAR



SEDENTARISMO



ALIMENTACIÓN NO SALUDABLE



TENSIÓN ARTERIAL



OBESIDAD



TABAQUISMO

COMO CONSECUENCIA DE LA INTERVENCIÓN DEL PROGRAMA FIFTY- FIFTY, SE HA OBSERVADO UN EFECTO BENECIOSO EN LA ADQUISICIÓN DE HÁBITOS SALUDABLES RELACIONADOS CON LA SALUD CARDIOVASCULAR, MOSTRANDO UNA CLARA MEJORA EN EL RESULTADO GLOBAL Y ESPECÍCAMENTE EN CADA UNO DE LOS CINCO COMPONENTES: PRESIÓN ARTERIAL, ACTIVIDAD FÍSICA, PESO, ALIMENTACIÓN Y TABACO.



Fundación "la Caixa"

50/50 MUNICIPIOS Y 50/50 EMPRESAS

El Programa Fifty-Fifty, que empezó en 2013, ha sido implementado en 7 municipios y se ha realizado un seguimiento de los participantes hasta 40 meses después de terminar la intervención. Durante el año 2019 todos los esfuerzos han ido dirigidos a analizar los datos recogidos en la última valoración (Abril 2018) y analizar el efecto de la intervención a medio-largo plazo, además de profundizar en varios aspectos de la intervención del Programa Fifty-Fifty para incorporar mejoras en la misma.

El Programa Fifty-Fifty también se ha aplicado en empresas con el objetivo de darles herramientas que permitan mejorar la salud cardiovascular de sus trabajadores.

03 PROYECTOS DE INVESTIGACIÓN

- HEALTHY COMMUNITIES

La Fundación SHE ha diseñado un estudio científico para evaluar la eficacia de una intervención comunitaria, Healthy Communities, prestando especial atención a los principales factores de riesgo de la enfermedad cardiovascular (tabaco, hipertensión, diabetes, dislipemia, obesidad) así como los eventos cardiovasculares y neurodegenerativos. La finalidad del proyecto es implementar y validar un programa de ciudad saludable en el que se promuevan hábitos de salud cardiovascular en todas las etapas de la vida y que sean los propios ciudadanos los que se involucren para mejorar su potencial de salud y bienestar, generando una cultura de salud en una comunidad en la que trabajar para la salud cardiovascular sea tarea de todos.

Healthy Communities HC2030 se basa en la implementación de Programas de salud previamente evaluados por la Fundación SHE y cuyos resultados han sido publicados en revistas científicas de alto impacto: Programa SI! y Programa Fifty-Fifty.



ACTIVIDADES

- Jornada de la salud 2019:
 - Caminata día internacional de la Actividad Física. Conjuntamente con el CAP, las escuelas, el instituto y la residencia de ancianos (05 de abril 2019).
 - Jornada de Salud de las escuelas y el Instituto. Encuentro de las escuelas para realizar conjuntamente las coreografías de en Cardio -personaje central del Programa SI- y un desayuno saludable. Durante toda la semana se desarrollan actividades en las escuelas (05 de abril 2019).
 - Espectáculo en la biblioteca: "El viaje de James", espectáculo infantil con música y títeres a cargo de Cia Teatro Aula (05 de abril 2019).

- Curso de soporte vital básico y desfibriladores Externo automático (DEA), destinado a todos los promotores de salud y dinamizadores de rutas. Curso de 6h para obtener el certificado acreditado por el CCR (Consejo Catalán de Resucitación). (6 y 13 de abril 2019).
- Acto de presentación "Programa científico Healthy Communities 2020-30", en el auditorio Valentín Fuster (26 de julio de 2019).
- Colaboración con el Entorno de hábitos saludables de Cardona en convenio con el Ayuntamiento de Cardona y el Departamento de Educación.
- Espectáculo familiar "Tengo un papel" a cargo de Eva Armisén y Marc Parrot, en el auditorio Valentín Fuster. Espectáculo multidisciplinar

04 PUBLICACIONES



“Rationale and Design of the SI! Program for Health Promotion in Elementary Students Aged 6 to 11 years: a Cluster Randomized Trial”

Santos-Beneit G, Bodega P, de Miguel M, Rodríguez C, Carral V, Orrit X, Haro D, Carvajal I, de Cos A, Peñalvo JL, Gómez-Pardo E, Oliva B, Ibáñez B, Fernández-Alvira JM, Fernández-Jiménez R, Fuster V. *Am Heart J*. 2019, 210: 9-17.



“Rationale and design of the school-based Program SI! To face obesity and promote health among Spanish adolescents: a cluster-randomized controlled trial”

Fernández-Jiménez R, Santos-Beneit G, Tresserra-Rimbau A, Bodega P, de Miguel M, de Cos-Gandoy A, Rodríguez C, Carral V, Orrit X, Haro D, Carvajal I, Ibáñez B, Storniolo C, Domènech M, Estruch R, Fernández-Alvira JM, Lamulea-Raventós RM, Fuster V. *Am Heart J*. 2019, 215:27-40



“Dietary Patterns and Cardiovascular Risk Factors in Spanish Adolescents: A Cross-Sectional Analysis of the SI! Program for Health Promotion in Secondary Schools”

Bodega P, Fernández-Alvira JM, Santos-Beneit G, de Cos-Gandoy A, Fernández-Jiménez R, Moreno LA, de Miguel M, Carral V, Orrit X, Carvajal I, Storniolo C, Tresserra-Rimbau A, Doménech M, Estruch R, Lamuela-Raventós RM, Fuster V. *Nutrients* 2019, 11: 2297–2310.

05 CONFERENCIAS Y CONGRESOS

- CONFERENCIAS Y CONGRESOS 2019

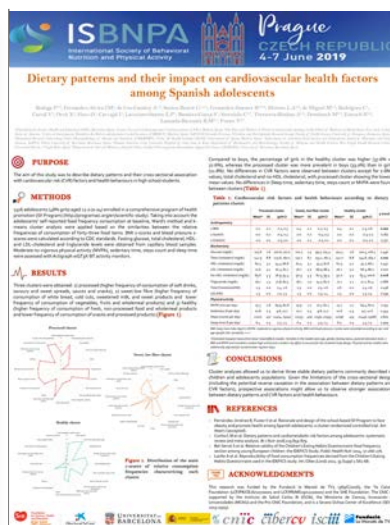
COMUNICACIONES ORALES

- > **Healthy eating in Preschools and Elementary Schools: The SI! Program** VI Reunión Jóvenes Investigadores de la Sociedad Española de Nutrición.
- > **The SI! Program in Secondary Education to promote heart-healthy habits in adolescents from 12 to 16 years old. Preliminary results of a gamified proposal** 30th FIEP World Congress, 14th FIEP European Congress and 2nd Congr s FIEP Catalunya
- > **El componente de factores de protecci n y gesti n emocional en el Programa SI! de Salud Integral: fundamentaci n en las diferentes etapas educativas (Infantil, Primaria y Secundaria)** IV Congreso Nacional de Psicolog a e International Symposium on Psychological Prevention



P STERS

- > **The physical activity component in the SI! Program** 30th FIEP World Congress, 14th FIEP European Congress and 2nd Congr s FIEP Catalunya.
- > **Dietary patterns and their impact on cardiovascular health factors among Spanish adolescents** ISBNPA (International Society of Behavioral Nutrition and Physical Activity) Congress.
- > **Influence of socioeconomic inequalities on dietary patterns and cardiovascular health among Spanish adolescents** ISBNPA (International Society of Behavioral Nutrition and Physical Activity) Congress.
- > **El Programa SI! para promocionar la salud cardiovascular en Educaci n Secundaria: factores de protecci n frente al consumo de tabaco** IV Congreso Nacional de Psicolog a e International Symposium on Psychological Prevention.
- > **Higher polyphenols excretion in urine associates with a better blood lipid profile in Spanish adolescents** XI Seminario Alimentaci n y Estilo de Vida.
- > **Relationship between urinary nitric oxide and polyphenols in a pilot study with adolescents** XI Seminario Alimentaci n y Estilo de Vida.
- > **Total polyphenols excretion in urine as a good biomarker of phenolic compound intake in adolescents** V Workshop Anual INSA-UB "Alergias e intolerancias alimentarias: De la sospecha a la mesa."
- > **Higher polyphenols excretion in urine associates with a better body composition in Spanish adolescents** V Workshop Anual INSA-UB "Alergias e intolerancias alimentarias: De la sospecha a la mesa."



06 ACCIONES DE DIVULGACIÓN

JORNADA SHE

Circuito de actividades de ocio activo y saludable en las que participan los casi 500 niños de los centros de verano de Cardona. En 2019 se ha celebrado el 10º aniversario de la jornada y el eje temático ha sido una recopilación de las mejores actividades que se han celebrado durante estos 10 años. El evento clausurado por el Dr. Valentí Fuster y el Alcalde de Cardona Ferran Estruch.



INICIATIVA VIVE

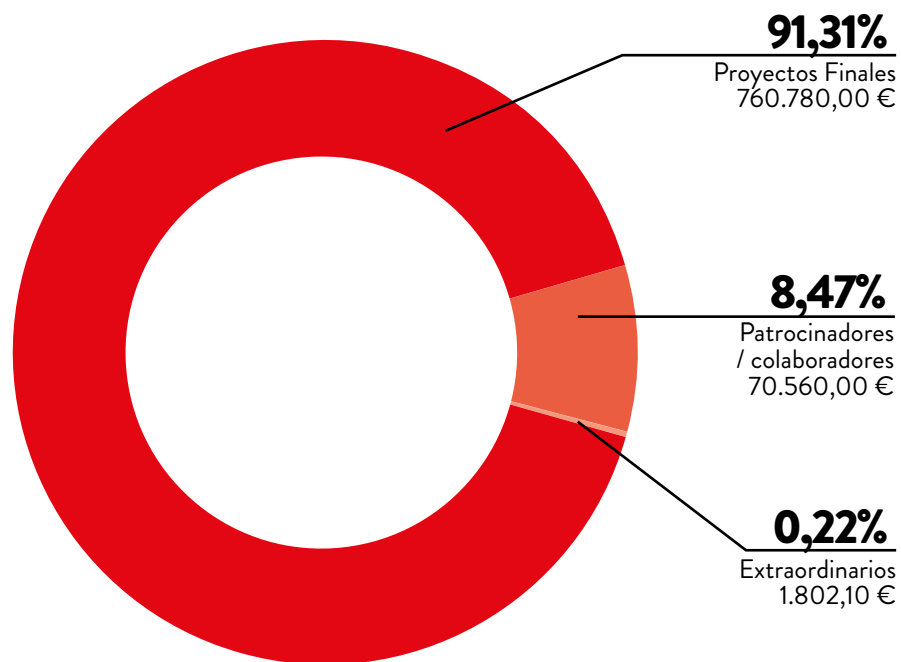
La Iniciativa Vive es un proyecto conjunto de la Fundación ProCNIC y la Fundación SHE - “la Caixa” para mejorar y promocionar la salud cardiovascular. La Iniciativa Vive surge para unir, bajo la misma dirección, las dos vías principales para detener las enfermedades cardiovasculares en nuestro país: la investigación y la prevención, lideradas por el Dr. Valentí Fuster. Durante el año 2019 se ha llevado a cabo la novena edición de la Jornada Vive.

Se trata de una actividad dirigida a niños de entre tres y seis años y sus padres. Durante la Jornada, con una asistencia de más de 500 niños y niñas, los más pequeños pudieron practicar ejercicio de manera divertida, aprender a desayunar, conocer cómo gestionar sus emociones y cómo controlarlas.



07 ORIGEN Y DESTINO DE LOS RECURSOS

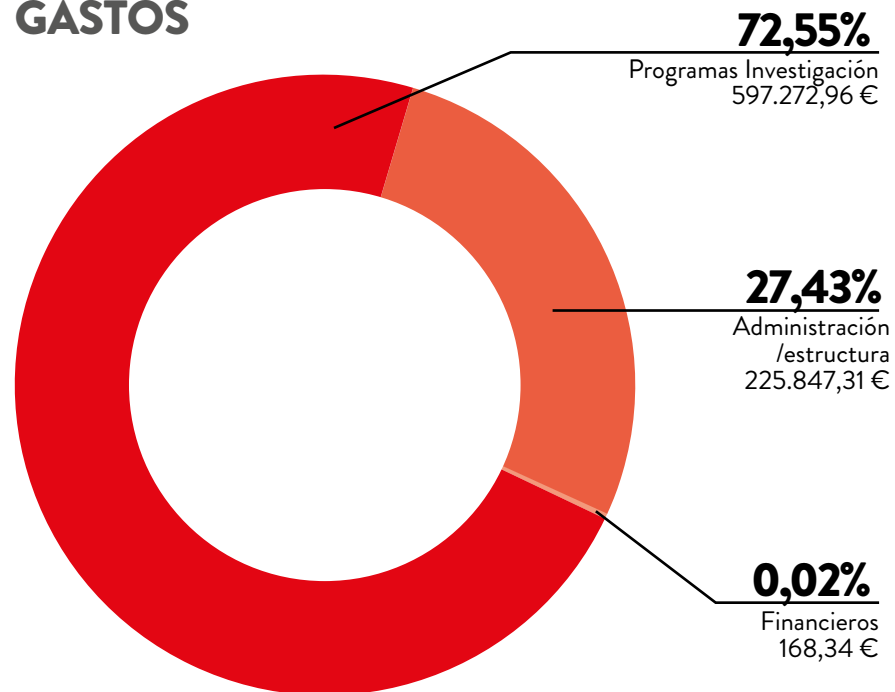
INGRESOS



ORIGEN INGRESOS TOTALES 833.142,10 €

Proyectos Finalistas	760.780,00 €
Patrocinadores/ colaboradores	70.560,00 €
Extraordinarios	1.802,10 €

GASTOS



DESTINO TOTAL GASTOS 823.288,61 €

Programas Investigación	597.272,96 €
Administración/ estructura	225.847,31 €
Financieros	168,34 €

08 PATRONATO Y EQUIPO

PATRONATO

Dr. Valentín Fuster de Carulla

Patrono fundador – Presidente

Sr. Carles Vilarrubí Carrió

Patrono fundador –
Vicepresidente

Sr. Antonio Vila Bertrán

Patrono de mérito, Fundación
Bancaria “la Caixa”

Sra. Isabel Carvajal Urquijo

Patrona de mérito

Sr. Higinio Clotas Cierco

Patrono de mérito, Fundación
Bancaria “la Caixa”

Sr. Àngel Font Vidal

Patrono de mérito, Fundación
Bancaria “la Caixa”

**Excmo. Sr. Javier Solana de
Madariaga**

Patrono fundador

Sr. Lluís Torres Arro

Patrono fundador

Sr. Joan Font Torrent

Patrono Secretario

Sr. Antoni Guillén Vidal

Vicesecretario

EQUIPO

AREA PEDAGÓGICA

Isabel Carvajal

Dirección Pedagógica

**Domingo Haro, Carla Rodríguez,
Xavier Òrrit, Vanesa Carral,
Anna Badia**

Equipo Pedagógico

AREA CIENTÍFICA

Gloria Santos

Dirección Científica

**Patricia Bodega, Amaya de Cos
y Mercedes de Miguel**

Equipo Científico

ADMINISTRACIÓN

Carles Peyra

Administración general

Rafael Badia, Ester Pla

Administración y finanzas

COLABORADORES

Pilar Altarriba

Calidad



Fundación "la Caixa"