

# MEMORIA DE ACTIVIDADES 2018



Foundation  
for Science, Health  
and Education



Obra Social "la Caixa"

## **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
- JORNADA PORTAVENTURA
- 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 SHE - “La Caixa”. 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 - “La Caixa” 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 elderly 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 - “La Caixa” (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

**1M€**  
PRESUPUESTO

**25**  
EQUIPO

**258**  
CENTROS  
EDUCATIVOS PSI!

**32.000**  
NIÑOS  
PROGRAMA SI!

**760**  
ADULTOS  
PROGRAMA 50/50  
Y HC

**251**  
PROFESORES  
FORMADOS

**7.500**  
HORAS DE  
FORMACIÓN  
PROFESORADO

**11**  
ACTIVIDADES  
DE DIVULGACIÓN  
Y PARTICIPACIÓN  
CIUDADANA

**3**  
COMUNIDADES  
(CATALUÑA, MADRID  
Y GALÍCIA)

# 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 1723 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

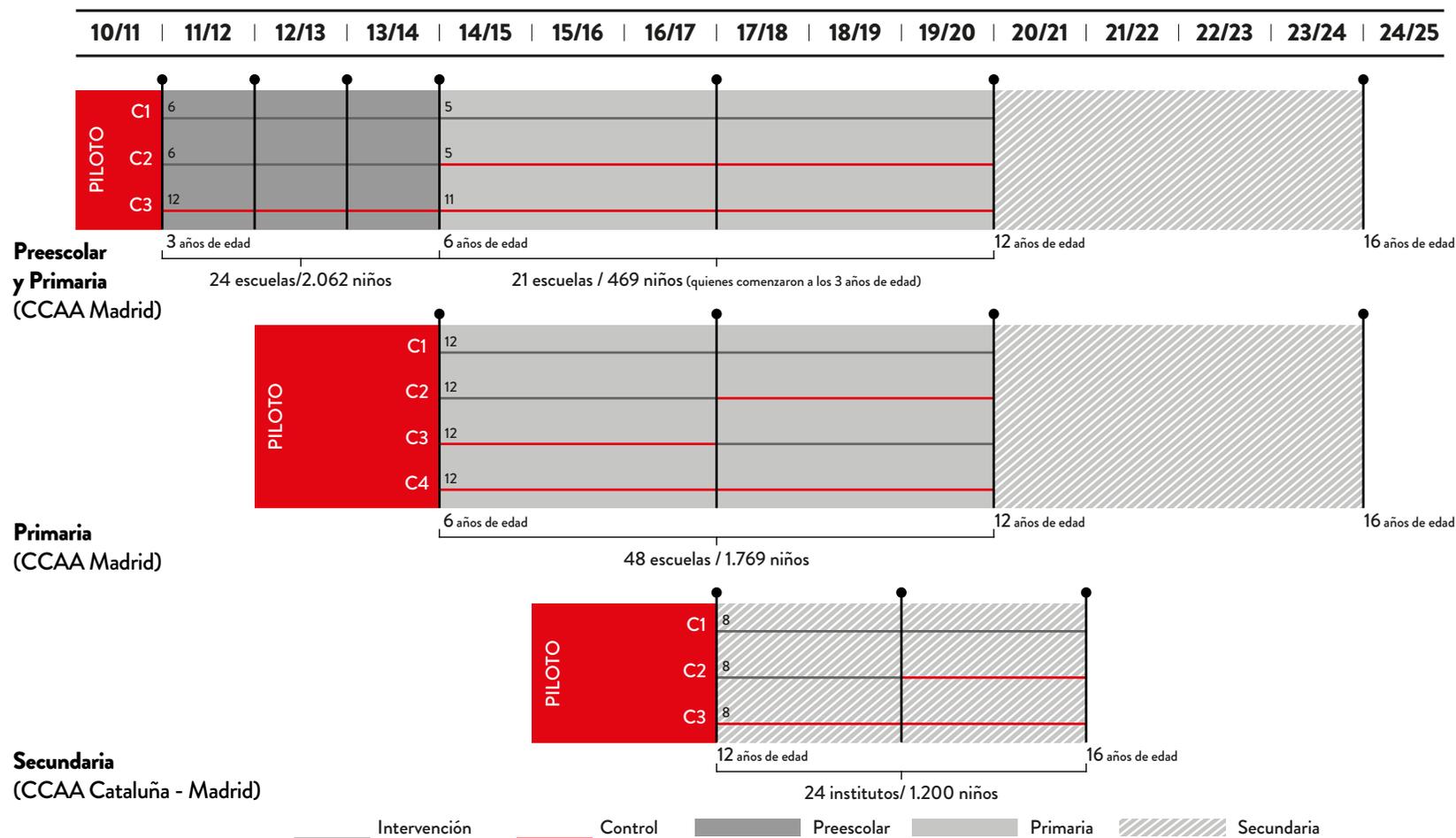


GESTIÓN DE EMOCIONES

# 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.
- En septiembre de 2018 los PC3 aplican el programa por primera vez después de la segunda aleatorización, a 4º de Primaria.
- Los PC1 continúan con la intervención a 4º de Primaria.
- Los PC1 dejan de aplicar el programa y los PC3 siguen siendo control.

### EDUCACIÓN SECUNDARIA

- Proyecto ganador de una subvención a La Marató de TV3 conjuntamente con el CNIC y la Universidad de Barcelona
- Durante los meses de octubre a marzo de 2017 se realizan las mediciones científicas en los institutos participantes.
- Los centros intervención iniciaron la intervención pedagógica en 1º de Primaria entre los meses de enero y mayo de 2018.

### BENEFICIARIOS DEL PROGRAMA SI!

**218**

**CENTROS**

**16.609**

**NIÑOS/AS EN INFANTIL**

**14.169**

**NIÑOS/AS EN PRIMARIA**

**1.878**

**NIÑOS/AS EN SECUNDARIA**

**32.656**

**TOTAL NIÑOS/AS**

# 03 PROYECTOS DE INVESTIGACIÓN

## - PROGRAMA 50/50

A través de planes de talleres formativos y de motivación para el cambio soporte y seguimiento, el Programa 50/50 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 la educación entre iguales.

### FACTORES DE RIESGO CARDIOVASCULAR



SEDENTARISMO



ALIMENTACIÓN NO SALUDABLE



TENSIÓN ARTERIAL



OBESIDAD



TABAQUISMO

## PROGRAMA 50/50

AVALADO POR UNA EVALUACIÓN CIENTÍFICA RIGUROSA DE SUS RESULTADOS Y PROCESOS DE IMPLEMENTACIÓN, EL PROGRAMA 50/50 ES UN PROGRAMA DE SALUD COMUNITARIA QUE TIENE LA FINALIDAD DE DEFINIR UN MODELO DE BUENAS PRÁCTICAS QUE PERMITA MEJORAR LA SALUD INTEGRAL EN PERSONAS ADULTAS DE 25 A 50 AÑOS.



Foundation  
for Science, Health  
and Education  
**50/50** Fifty  
Fifty



Obra Social "la Caixa"

### 50/50 MUNICIPIOS

En abril 2018 se ha realizado una nueva valoración a todos los participantes del Programa Fifty-Fifty en los 7 municipios. Esta valoración se realiza 40 meses después de finalizar la intervención (en diciembre 2016).

Para incentivar la asistencia a esta 6ª valoración (Abril 2018), se lanzó una importante y nueva campaña de comunicación bajo el título de Global Fifty.

De un total de 543 participantes que fueron aleatorizados al Fifty-Fifty, atendieron la valoración 237 participantes (un 44%). Se considera un gran éxito ya que este estudio comenzó en 2013.

**Querido participante del programa Fifty-Fifty:**  
Ya has mejorado la salud de tu municipio con tu dedicación. Ayúdanos ahora a mejorar la salud del mundo con 20 minutos más de tu tiempo.  
Descubre cómo en:  
[www.fiftyglobal.com](http://www.fiftyglobal.com)

# 03 PROYECTOS DE INVESTIGACIÓN

## - PROGRAMA 50/50

### 50/50 EMPRESAS

La Fundación SHE - “La Caixa” ha diseñado y desarrollado todos los talleres y sesiones que comprenden el Programa 50/50 por lo que puede prestar servicios de formación completa a empresas.

El proyecto está dirigido para empleados con riesgo de enfermedad cardiovascular con el objetivo de darles herramientas que les permitan mejorar la salud cardiovascular de sus trabajadores.



#### Intervención PortAventura:

Se ha llevado a cabo la 2ª Edición del Programa Fifty-Fifty para empleados del Parque con riesgo de enfermedad cardiovascular. La duración ha sido de 15 meses comprendidos desde mayo 2016 hasta agosto 2017.

El número total de participantes en esta 2ª edición (2016-2017) ha sido de 51 divididos en dos grupos:

**Población 1)** 39 empleados de PortAventura han realizado el Programa por primera vez.

**Población 2)** 12 empleados de PortAventura que ya hicieron el Programa en la 1ª Edición y que han querido continuar la intervención con dinámicas de grupo.

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.



**Idilia:** En junio de 2017 se llevaron a cabo 9 talleres con profesionales de la Fundación SHE - “La Caixa”, en julio tuvieron lugar 2 talleres y el último se celebró en febrero de 2018.



**Adam Foods-Cuétara:** Realizaron 8 talleres entre noviembre de 2017 y noviembre de 2018.



**AMPO:** 45 participantes que han asistido a talleres formativos y motivacionales.

Los participantes en el Programa Fifty-Fifty han sido valorados, por el servicio médico y de prevención de AMPO, al inicio del estudio (en octubre 2016) y después de haber recibido la intervención (Enero 2018).

# 03 PROYECTOS DE INVESTIGACIÓN

## - HEALTHY COMMUNITIES PROYECTO ICI

**En el marco del programa de Intervención de Ciudad saludable se desarrolla el ICI, el Proyecto de Intervención Comunitaria Intercultural que impulsa** la Obra Social "la Caixa", en colaboración con el Ayuntamiento de Cardona y la Fundación SHE - "La Caixa".

El modelo parte de dos estrategias de intervención social que ya han demostrado ser eficaces; La intervención comunitaria y la mediación intercultural.

### Actividades:

- Grupo de trabajo promoción no consumo tabaco.
- Impulso del proyecto "Entornos sin humo". Proyecto impulsado por la Agencia de Salud Pública.
- Reuniones del Espacio Técnico de Relación con técnicos de servicios sociales, educación y salud para compartir estrategias de intervención comunitaria para promover la convivencia (trimestrales).
- Reuniones del Espacio Ciudadano de Relación para compartir estrategias de intervención comunitaria para promover la convivencia (trimestrales).
- Creación y actualización del Facebook del proyecto ICI.
- Jornada comunitaria con el lama Wangchen, el jesuita Javier Melloni y Xavier Torradeflot de la Asociación Unesco para el diálogo interreligioso. Reflexión sobre la relación entre espiritualidad, convivencia y salud.
- Encuentros con las instituciones para la configuración del Espacio de Relación Institucional.



# 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.* Accepted

## **“The SI! Program for promoting heart-healthy habits in children aged 3 to 5 years: pedagogical strategies”**

Carral V, Rodríguez C, Orrit X, Haro D, Sánchez Y, Santos-Beneit G, Bodega P, Carvajal I, Álvarez-Benavides A, Peñalvo JL, Fernández-Alvira JM, Fernández-Jiménez R, Ibáñez B, Fuster V. *Int. J. Health Promot. Educ.* -Under review

## **“El componente de alimentación en el Programa SI! de Salud Integral”**

Bodega P, Santos-Beneit G, Rodríguez R, Òrrit X, Carral V, Haro D, Carvajal I, De Cos-Gandoy A, de Miguel M, Fernández-Jiménez R, Fuster V. *Rev Esp Nutr Comunitaria* 2018, 24(Supl.2): 173-174.

## **“El Programa SI! de Educación Primaria para promocionar hábitos cardiosaludables en niños de 6 a 11 años: estudio aleatorizado”**

Santos-Beneit G, Bodega P, de Miguel M, De Cos-Gandoy A, Òrrit X, Carral V, Rodríguez R, Haro D, Carvajal I, Fuster V. *Revista del Colegio Oficial de Doctores y Licenciados en Filosofía y Letras y en Ciencias de la Comunidad de Madrid.* Noviembre-diciembre 2018

# 05 CONFERENCIAS Y CONGRESOS

## - CONGRESOS 2018

- XII Congreso Internacional de Dieta Mediterránea. Abril 2018, Barcelona.

- V Congreso Internacional de Docentes de Ciencia y Tecnología. Abril 2018, Madrid.

- XVII Congreso de la Sociedad Española de Nutrición. Junio 2018, Barcelona.

**2018/04 Póster “Relationship between polyphenols and cardiovascular risk factors in adolescents, pilot study”**

Laveriano-Santos EP, Ramírez-Garza S, Storniolo CE, Tresserra-Rimbau A, Doménech M, Estruch R, Ruiz A, Bodega P, de Miguel M, Santos-Beneit G, Fernández-Alvira JM, Fernández-Jiménez R, Fuster V, Lamuela-Raventós RM. XII International Mediterranean Diet Conference, Barcelona, Spain. \*\*Best poster award.

**2018/04 Póster “Dietary polyphenol intake and major food sources in a Spanish teenagers population: the SI! Program”**

Castro-Barquero S, Ruiz-León AM, Tresserra-Rimbau A, Storniolo C, Casas R, Doménech M, Lamuela-Raventós RM, Bodega P, de Miguel M, Santos-Beneit G, Fernández-Alvira JM, Fernández-Jiménez R, Fuster V, Estruch R. XII

International Mediterranean Diet Conference, Barcelona, Spain.

**2018/04 Comunicación “El Programa SI! de Educación Primaria para promocionar hábitos cardiosaludables en niños de 6 a 11 años: fundamentos y estrategias pedagógicas.”**

Orrit X, Carral V, Rodríguez C, Haro D, Carvajal I, de Cos A, de Miguel M, Bodega P, Santos-Beneit G, Fuster V. V International Conference of Teachers of Science and Technology, Madrid, Spain.

**2018/04 Comunicación “El Programa SI! de Educación Primaria para promocionar hábitos cardiosaludables en niños de 6 a 11 años: estudio aleatorizado.”** Santos-Beneit G, Bodega P, de Miguel M, de Cos A, Orrit X, Carral V, Rodríguez C, Haro D, Carvajal I, Fuster

V. V International Conference of Teachers of Science and Technology, Madrid, Spain.

**2018/06 Póster “Relationship between polyphenols and body weight in adolescents, a pilot study”**

Laveriano-Santos EP, Tresserra-Rimbau A, Doménech M, Estruch R, Santos-Beneit G, Fernández-Alvira JM, Fuster V, Lamuela-Raventós RM. XVII Congress of the Spanish Society of Nutrition, Barcelona, Spain.

**2018/06 Póster “Estimation of dietary phenol compound intake and major foods sources in a Spanish teenage population: study of the SI! Program”**

Castro-Baquero S, Tresserra-Rimbau A, Doménech M, Lamuela-Raventós RM, Santos-Beneit G, Fernández-Alvira JM, Fuster V, Estruch R. XVII Congress of the Spanish Society of Nutrition, Barcelona, Spain.

# 06 ACCIONES DE DIVULGACIÓN

## FIESTA DEL CORAZÓN EN PORTAVENTURA

El 14 de abril de 2018 se celebró la V jornada el corazón en PortAventura, en colaboración con la Fundación AACIC Coravant, con el objetivo de recaudar fondos para el Programa SI!.

Esta edición asistieron alrededor de 800 personas entre niños y sus familiares.



## JORNADA SHE

9ª 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. El eje temático de la jornada de este año fue el equilibrio en sus tres vertientes: motriz, nutricional y emocional. Evento clausurado por el Alcalde Ferran Estruch y el Dr. Valentín Fuster.



## INICIATIVA VIVE

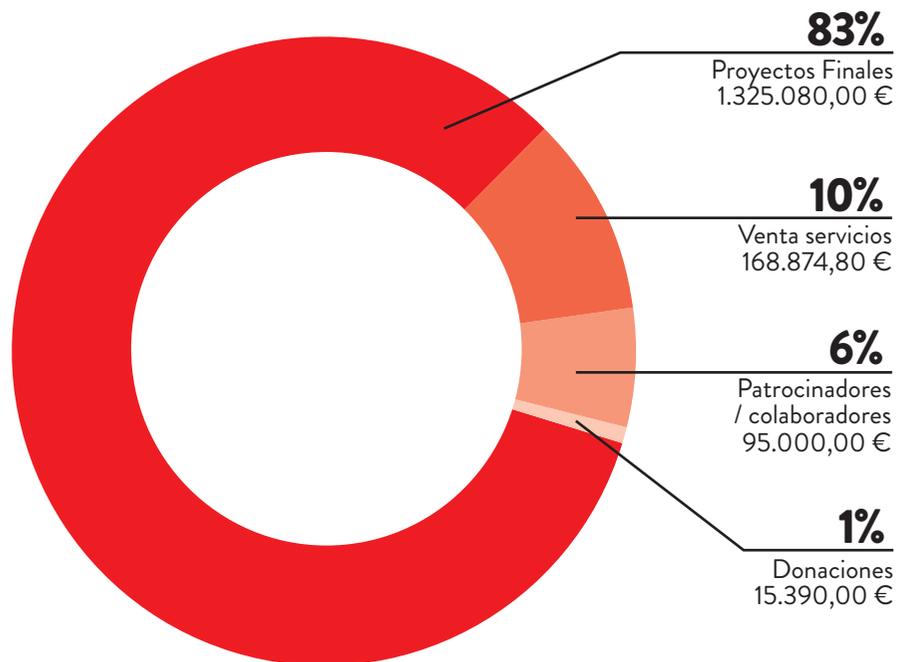
La Iniciativa Vive es un proyecto conjunto de la Fundación ProCNIC y la Fundación SHE - "La Caixa" para mejorar y promocionar la Salud cardiovascular. La Iniciativa Vive surge para unir, bajo la misma dirección, las dos vías principales para detener las enfermedades cardiovasculares en nuestro país: la investigación y la prevención, lideradas por el Dr. Valentín Fuster.

Durante el año 2018 se ha llevado a cabo la séptima 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 300 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

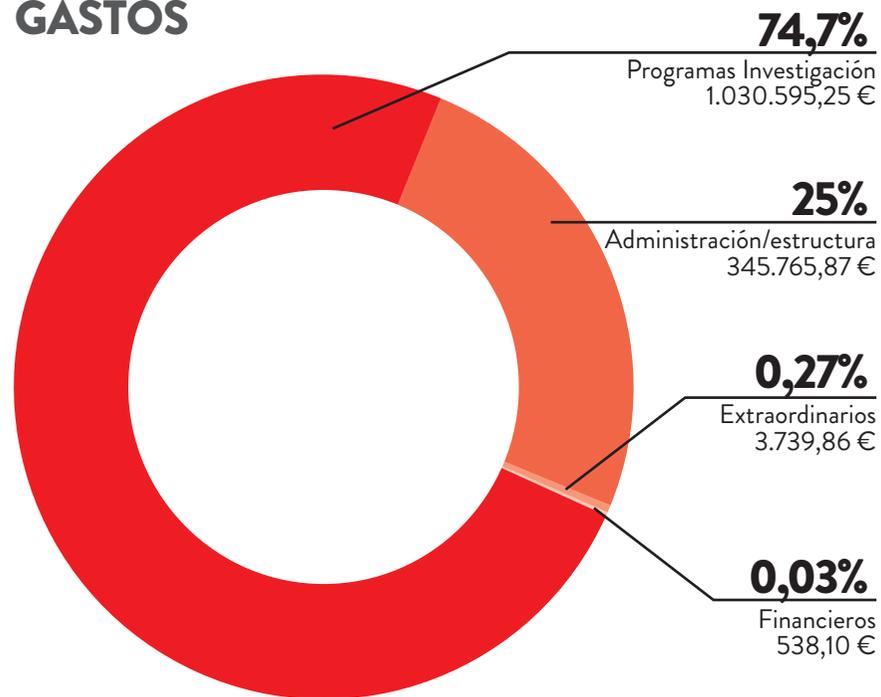


### ORIGEN INGRESOS TOTALES

**1.604.344,80 €**

Venta servicios	168.874,80 €
Donaciones	15.390,00 €
Proyectos Finalistas	1.325.080,00 €
Patrocinadores/ colaboradores	95.000,00 €

## GASTOS



### DESTINO TOTAL GASTOS

**1.378.639,80 €**

Programas Investigación	1.030.595,25 €
Administración/ estructura	345.765,87 €
Financieros	538,10 €
Extraordinarios	3.739,86 €

Presupuesto correspondiente a los meses agosto 2017 - diciembre 2018

# 08 PATRONATO Y EQUIPO

---

## PATRONATO

**Dr. Valentín Fuster**

Patrono fundador – Presidente

**Sr. Carles Vilarrubí**

Patrono fundador –  
Vicepresidente

**Sr. Isidre Fainé**

Patrono de mérito, Fundación  
Bancaria “la Caixa”

**Sra. Isabel Carvajal**

Patrona de mérito

**Sr. Àngel Font**

Patrono de mérito, Fundación  
Bancaria “la Caixa”

**Sr. Jaume Giró**

Patrono de mérito, Fundación  
Bancaria “la Caixa”

**Excmo. Sr. Javier Solana**

Patrono fundador

**Sr. Lluís Torres**

Patrono fundador

**Sr. Joan Font**

Patrono Secretario

**Sr. Antoni Guillén**

Vicesecretario

## EQUIPO

### AREA PEDAGÓGICA

**Isabel Carvajal**

Dirección Pedagógica

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

Equipo Pedagógico

### AREA CIENTÍFICA

**Rodrigo Fernández**

Dirección científica

**Gloria Santos, 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

**Patricia Anguera**

Comunicación

