

MEMÒRIA D'ACTIVITATS 2020



Foundation
for Science, Health
and Education



Fundació "la Caixa"

01 QUI SOM

02 L'ANY EN XIFRES

03 PROJECTES D'INVESTIGACIÓ

- PROGRAMA SI!
- 50/50
- HEALTHY COMMUNITIES

04 PUBLICACIONS

05 CONFERÈNCIES I CONGRESSOS

06 ORIGEN I DESTÍ DELS RECURSOS

07 PATRONAT I EQUIP

01 QUI SOM

“QUÈ PASSARIA SI LA SOCIETAT FOS CAPAÇ DE MODIFICAR LES SEVES RUTINES ACTUALS I ADQUIRIR HÀBITS SALUDABLES?”

Factors com ara l'obesitat, les addiccions a l'alcohol, el tabaquisme i altres drogues s'han convertit en els principals factors de risc de la malaltia cardiovascular, tot provocant que any rere any augmenti considerablement el nombre de persones que la pateixen.

Davant d'aquesta evidència, i gràcies a l'experiència acumulada durant la seva carrera, l'any 2009 el Dr. Valentí Fuster impulsa la creació de la Fundació SHE. Una fundació sense ànim de lucre que, basant-se en la investigació bàsica i clínica (Science), té l'objectiu de

promoure els hàbits saludables (Health) mitjançant la comunicació i l'educació (Education) a la població.

Amb aquest propòsit, la Fundació SHE dedica els seus esforços a crear un marc de referència d'allò que significa i comporta una educació que incideixi en l'adquisició d'hàbits saludables des de la infància, per tal de promoure un món on nens, joves i adults tinguin la capacitat d'actuar positivament envers la seva Salut.

A portrait of Dr. Valentí Fuster, an older man with grey hair, wearing a dark suit, white shirt, and patterned tie. He is smiling slightly and looking towards the camera. The background is blurred. The entire image is overlaid with a semi-transparent red filter.

“PERQUÈ SI LA SOCIETAT REDUEIX RISCOS, TAMBÉ REDUEIX L'IMPACTE DE LES MALALTIES CARDIOVASCULARS.”

Dr. Valentí Fuster

Després de tota una vida dedicada a la medicina i a la investigació, el Dr. Valentí Fuster Carulla, que compagina actualment les seves funcions com a Director general del CNIC de Madrid, Director mèdic i Director de l'Institut cardiovascular de l'hospital Mount Sinai de Nova York i President de la Fundació Privada SHE (Science for Health and Education), té el convenciment que un canvi en l'estil de vida de la població és l'únic camí per evitar l'extensió de les malalties cardiovasculars, una veritable epidèmia i la primera causa de mortalitat al món.

02 L'ANY EN XIFRES

665K €

PRESSUPOST

14

EQUIP

224

CENTRES

32.907

NENS

169

PROFESSORS
FORMATS

30

HORES DE
FORMACIÓ
PROFESSORAT

2

ACTIVITATS
DE DIVULGACIÓ
I PARTICIPACIÓ
CIUTADANA

3

COMUNITATS
(CATALUNYA, MADRID
I GALÍCIA)

*Les xifres relatives al Programa SI! pertanyen a el curs escolar 2019-2020

03 PROJECTES D'INVESTIGACIÓ

- PROGRAMA SI!

Iniciat l'any 2010, el **Programa SI!** és un programa d'intervenció escolar dirigit a nens de 3 a 16 anys amb un clar objectiu: demostrar que l'adquisició d'hàbits saludables des de la infància redueix el risc de patir malalties cardiovasculars, alhora que millora la qualitat de vida en edat adulta.

La investigació en salut pública assenjala que les iniciatives de promoció de la salut han de començar en etapa infantil. Només així s'aconsegueix un canvi de comportament sostingut en el temps, a llarg termini i eficaç.

El **Programa SI!** s'imparteix a les aules per part dels professors, prèvia formació a càrrec de la **Fundació SHE - "la Caixa"**, que pot ser presencial o semi-presencial. El Programa compta a més amb la certificació ISO 9001.

Des de la seva posada en marxa, l'any 2010, el Programa SI! ha format un total de 1.993 professors a tot Espanya, i s'han organitzat 7 trobades de dinamitzadors.

PROGRAMA SI!

EL PROGRAMA SI! NEIX AMB LA VOLUNTAT DE PROMOURE LA SALUT CARDIOVASCULAR ENTRE ELS MÉS JOVES, D'UNA MANERA SENZILLA I PRÀCTICA, I AMB L'OBJECTIU D'ENSENYAR A MANTENIR HÀBITS SALUDABLES DURANT TOTA LA VIDA.



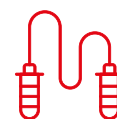
PER A LA SEVA IMPLEMENTACIÓ, S'HAN ESTABLERT 4 ÀREES CLAU D'ACTUACIÓ:



ADQUISICIÓ D'HÀBITS D'ALIMENTACIÓ SALUDABLES



CONEIXEMENT DEL COS I DEL COR



PRÀCTICA D'ACTIVITAT FÍSICA

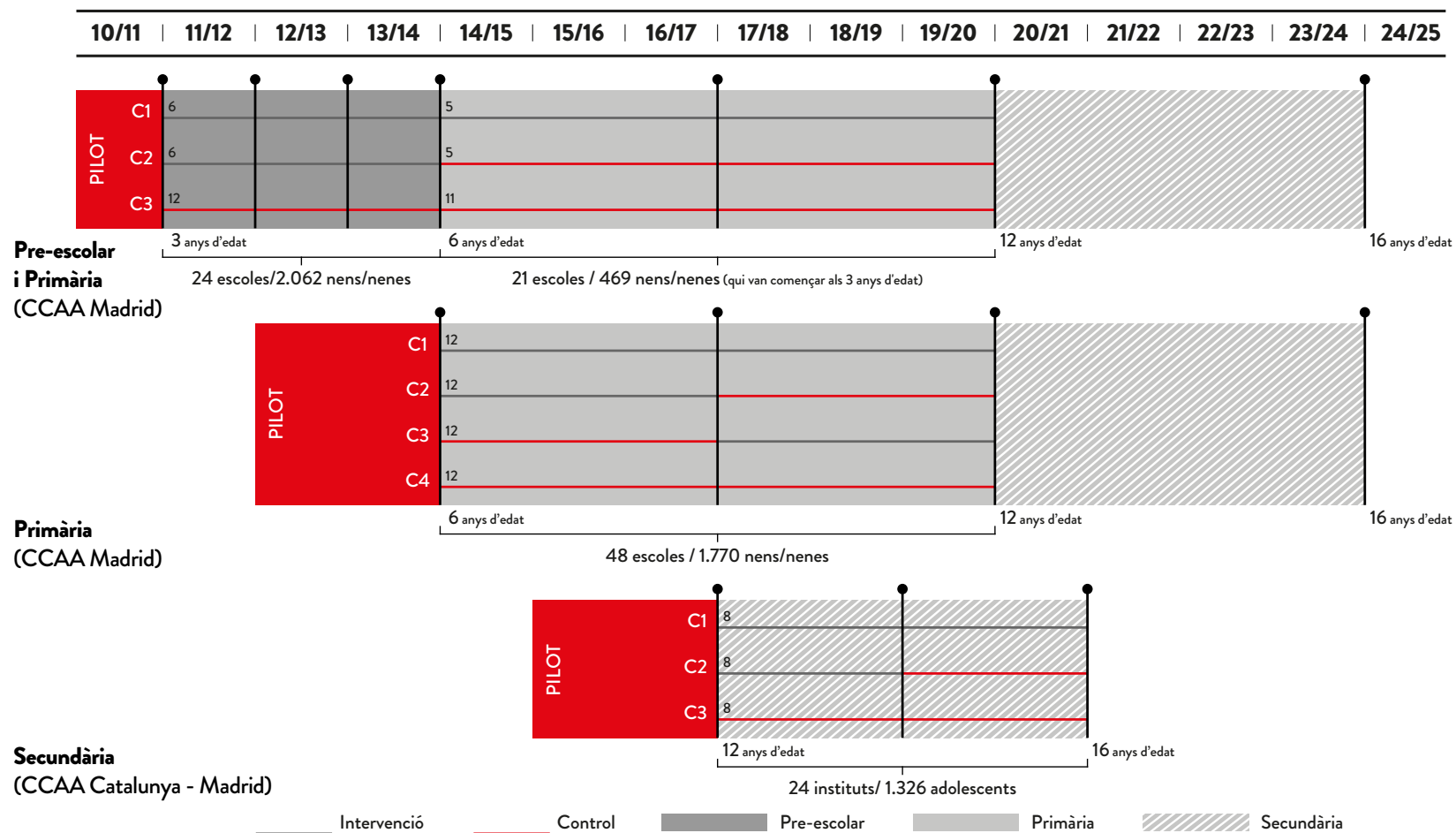


GESTIÓ D'EMOCIONS

03 PROJECTES D'INVESTIGACIÓ

- PROGRAMA SI!

INTERVENCIÓ EN INFANTIL, PRIMÀRIA I SECUNDÀRIA A L'ESTAT ESPANYOL



03 PROJECTES D'INVESTIGACIÓ

- PROGRAMA SI!

EDUCACIÓ PRIMÀRIA

- Se segueix amb l'estudi científic d'Educació Primària
- S'ha realitzat la implementació del Programa SI! a les escoles del grup d'intervenció de l'estudi científic del Programa SI! a 6è de Primària (grups IPC1 i IPC3).
- Durant els mesos de febrer a juny de 2020 es van realitzar els mesuraments de l'estudi científic d'Educació Primària a les escoles participants. La recollida de dades es va adaptar per a poder realitzar-se en remot durant els mesos de confinament.
- Es van enviar instruccions per a completar els qüestionaris de manera individual i per a realitzar els mesuraments d'alçada, pes,

perímetre de la cintura i pressió arterial a casa en els casos en què no fos possible fer-ho a la farmàcia.

- Els alumnes van realitzar els qüestionaris des de casa de manera grupal guiats pel personal de FSHE a través de plataformes en línia acordades amb els seus centres escolars, o individualment seguint les instruccions rebudes prèviament.

- Els qüestionaris de famílies, professorat i ambient escolar es van enviar per correu electrònic als participants.

- En total, es van obtenir dades de 1496 alumnes, de 1391 famílies i de 503 professors.

EDUCACIÓ SECUNDÀRIA

- Projecte guanyador d'una subvenció de La Marató de Tv3 conjuntament amb el CNIC i la Universitat de Barcelona
- Se segueix amb l'estudi científic d'Educació Secundària.

S'ha realitzat la implementació del Programa SI! en els instituts del grup d'intervenció de l'estudi científic (centres SIL) del Programa SI! de Secundària a tercer durant el curs 2019-2020.

BENEFICIARIS DEL PROGRAMA SI!

224
CENTRES

18.304
NENS/ES A
INFANTIL

13.711
NENS/ES A
PRIMÀRIA

893
NENS/ES A
SECUNDÀRIA

32.907
TOTAL NENS/ES

03 PROJECTES D'INVESTIGACIÓ

- PROGRAMA 50/50

El **Programa 50/50** és un estudi científic que ajuda a modificar hàbits de vida i controlar els principals factors de risc de la malaltia cardiovascular:

sobrepès, obesitat, sedentarisme, tabaquisme i tensió arterial elevada, mitjançant tallers formatius i educació entre iguals.

FACTORS DE RISC CARDIOVASCULAR



SEDENTARISME



ALIMENTACIÓ NO SALUDABLE



TENSIÓ ARTERIAL



OBESITAT



TABAQUISME

COM A CONSEQÜÈNCIA DE LA INTERVENCIÓ S'HA OBSERVAT UN EFECTE BENEFICIÓS EN L'ADQUISICIÓ D'HÀBITS SALUDABLES RELACIONATS AMB LA SALUT CARDIOVASCULAR, MOSTRANT UNA CLARA MILLORA EN EL SCORE GLOBAL I ESPECÍFICAMENT EN CADA UN DELS CINQ COMPONENTS: PRESSIÓ ARTERIAL, ACTIVITAT FÍSICA, PES, ALIMENTACIÓ I TABAC.



50/50 MUNICIPIS I 50/50 EMPRESES

El Programa Fifty-Fifty, que va començar el 2013, ha estat implementat en 7 municipis i s'ha realitzat un seguiment dels participants fins 40 mesos després d'acabar la intervenció. Durant l'any 2019-2020, tots els esforços han anat dirigits a analitzar les dades recollides en valoracions prèvies i aprofundir en diversos aspectes de la intervenció del Programa Fifty-Fifty per incorporar-hi millores.

Amb els resultats derivats de les dades recollides en els darrers mesuraments s'està preparant un manuscrit per a la seva publicació en una revista científica d'alt impacte.

El Programa Fifty-Fifty també s'ha aplicat en empreses amb l'objectiu de donar-los eines que els permetin millorar la salut cardiovascular dels seus treballadors.

03 PROJECTES D'INVESTIGACIÓ

- HEALTHY COMMUNITIES

La Fundació SHE ha dissenyat un estudi científic per avaluar l'eficàcia d'una intervenció comunitària, Healthy Communities, parant especial atenció als principals factors de risc de la malaltia cardiovascular (tabac, hipertensió, diabetis, dislipèmia, obesitat), així com els esdeveniments cardiovasculars i neurodegeneratius. La finalitat de projecte és implementar i validar un programa de ciutat saludable en el qual es promoguin hàbits de salut cardiovascular en totes les etapes de la vida i que siguin els propis ciutadans qui s'involucrin per millorar el seu potencial de salut i benestar, generant una cultura de salut a una comunitat determinada, on es treballa per tal que la salut cardiovascular sigui tasca de tothom.

Healthy Communities HC2030 es basa en la implementació de programes de salut prèviament avaluats per la Fundació SHE els resultats dels quals han estat publicats a revistes científiques de gran impacte: el Programa SI! i el Programa Fifty-Fifty.



ACTIVITATS

Jornada de cor

(26 i 29 de gener 2020):

- Cross escolar: previst el 26 de gener de 2020 i anul·lat a causa de les tempestes, es va reprogramar per al mes d'abril de 2020, però es va anul·lar definitivament a causa de la pandèmia.
- Espectacle "Ara t'ho explico" de Jordi Tonietti. Es va realitzar el 29 gener 2020, amb la participació de 90 persones.

Jornada de la salut

(Abril 2020):

- Es van anul·lar tots els actes a causa de la pandèmia

11a Jornada SHE


(24 de juliol 2020):

- La pandèmia no ens va permetre organitzar cap de les activitats presencials habituals. Vam proposar un repte a la població a través de les xarxes socials: sortir, a qualsevol hora, a fer una activitat saludable a l'aire lliure amb el grup bombolla (respectant totes les mesures de protecció davant la Covid-19) i compartir una imatge a les xarxes socials etiquetant @Shecardona2030 i #11jornadashe.

Durant tot l'any s'ha seguit mantenint el contacte amb el grup de Promotors de salut i Dinamitzadors de rutes (formats en el projecte Healthy Communities 2014-2017) a través d'un grup de WhatsApp des del que es comparteixen activitats d'oci saludable i es fa difusió a les entitats de la població.


04 PUBLICACIONS



Prevalence and correlates of cardiovascular health among early adolescents enrolled in the SI! Program in Spain: a cross-sectional analysis. 

Fernández-Jiménez R, Santos-Beneit G, de Cos-Gandoy A, Fernández-Alvira JM, Tresserra-Rimbau A, Storniolo C, Domènech M, Bodega P, de Miguel M, Rodríguez C, Carvajal I, Ibañez B, Estruch R, Lamuela-Raventós RM, Fuster V. Research Letter en *Eur. J. Prev. Cardiol.* 2020.



Polyphenols in Urine and Cardiovascular Health: A Cross-Sectional Analysis Reveals Gender Differences in Spanish Adolescents from the SI! Program for Secondary School Study. 

Laveriano-Santos E.P, Parilli-Moser I, Ramírez-Garza SL, Tresserra-Rimbau A, Storniolo C, Ruiz-León AM, Estruch R, Bodega P, de Miguel M, de Cos-Gandoy A, Carral V, Santos-Beneit G, Fernández-Alvira JM, Fernández-Jiménez R, Fuster V, Lamuela-Raventós RM. *Antioxidants.* 2020. 9(10), 910.



Sustainability of and Adherence to Preschool Health Promotion Among Children 9 to 13 Years Old. 

Fernández-Jiménez R, Briceño G, Céspedes J, Vargas S, Guijarro J, Baxter J, Hunn M, Santos-Beneit G, Rodríguez C, Céspedes MP, Bagiella E, Moreno Z, Carvajal, Fuster V. *J Am Coll Cardiol.* 2020.

05 CONFERÈNCIES I CONGRESSOS

- CONFERÈNCIES I CONGRESSOS 2020

COMUNICACIONS ORALS

> ***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, Santos-Beneit G, Bodega P, Carvajal I, Álvarez-Benavides A, Peñalvo JL, Fernández-Alvira JM, Fernández-Jiménez R, Ibañez B, Fuster V.

EDULEARN20 (12th annual International Conference on Education and New Learning Technologies).

> ***Estado de salud cardiovascular y su asociación con variables sociodemográficas en adolescentes jóvenes incluidos en el Programa SI!: un estudio transversal.***

Fernández-Jiménez R, Santos-Beneit G, de Cos-Gandoy A, Fernández-Alvira JM, Tresserra-Rimbau A, Storniolo C, Domènech M, Laveriano-Santos EP, Bodega P, de Miguel M, Rodríguez C, Carvajal I, Estruch R, Lamuela-Raventós RM, Fuster V.

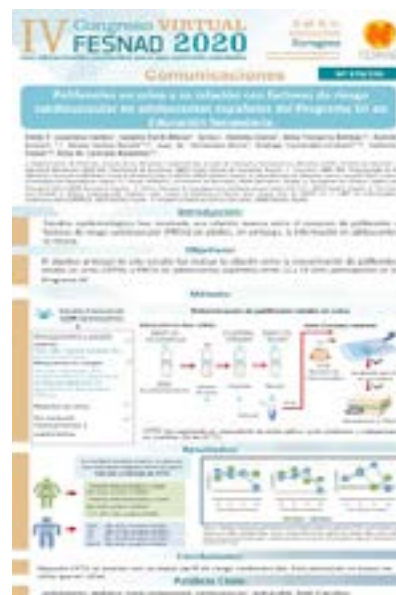
Congreso de la Sociedad Española de Cardiología (SEC2020)

PÒSTERS

> ***Polifenoles en orina y su relación con factores de riesgo cardiovascular en adolescentes españoles del Programa SI! en educación secundaria.***

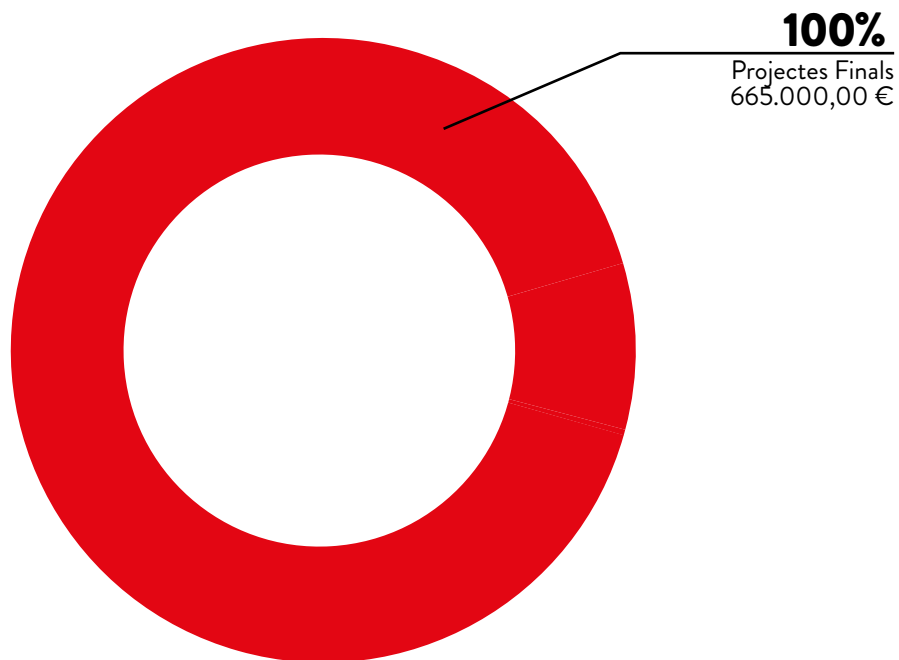
Laveriano-Santos E.P, Parilli-Moser I, Ramírez-Garza S.L, Tresserra-Rimbau A, Estruch R, Santos-Beneit, Fernández-Alvira J.M, Fernández-Jiménez R, Fuster V, Lamuela-Raventós R.M.

IV Congreso FESNAD 2020. Una alimentación sostenible para una alimentación saludable.



07 ORIGEN I DESTÍ DELS RECURSOS

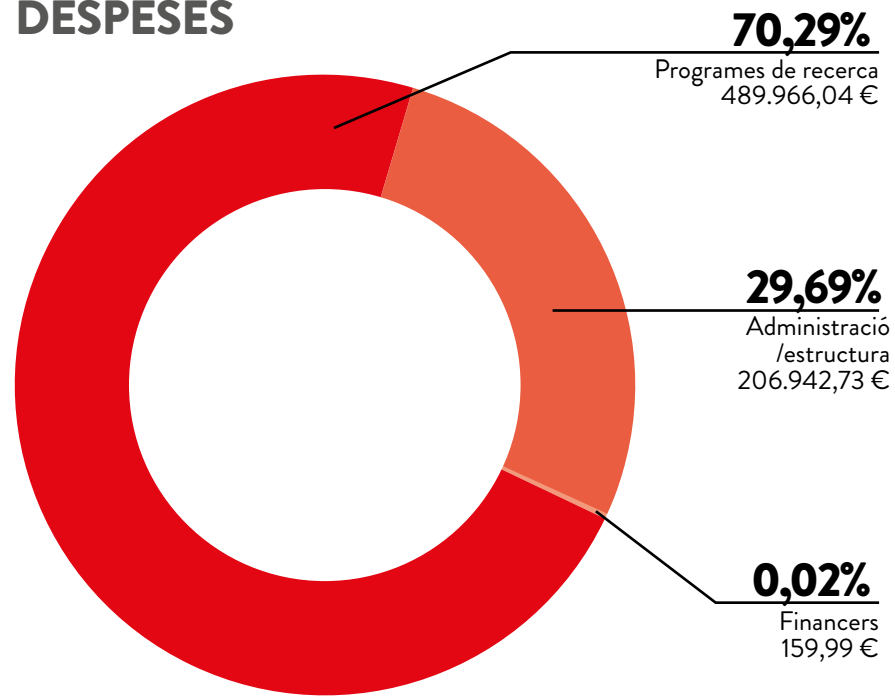
INGRESSOS



ORIGEN INGRESSOS TOTALS **665.000,00 €**

Projectes Finalistes	665.000,00 €
----------------------	--------------

DESPESES



DESTÍ TOTAL DESPESES **697.068,76 €**

Programes de recerca	489.966,04 €
Administració/ estructura	206.942,73 €
Financers	159,99 €

08 PATRONAT I EQUIP

PATRONAT

Dr. Valentí Fuster de Carulla

Patró fundador – President

Sr. Carles Vilarrubí Carrió

Patró fundador – Vicepresident

Sr. Antoni Vila Bertrán

Patró de mèrit, Fundació
Bancària “la Caixa”

Sra. Isabel Carvajal Urquijo

Patrona de mèrit

Sr. Higiní Clotas Cierco

Patró de mèrit, Fundació
Bancària “la Caixa”

Sr. Àngel Font Vidal

Patró de mèrit, Fundació
Bancària “la Caixa”

**Excm. Sr. Javier Solana
de Madariaga**

Patró fundador

Sr. Lluís Torres Arro

Patró fundador

Sr. Joan Font Torrent

Patró Secretari

Sr. Antoni Guillén Vidal

Vicesecretari

EQUIP

ÀREA PEDAGÒGICA

Isabel Carvajal

Direcció Pedagògica

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

Equip Pedagògic

ÀREA CIENTÍFICA

Gloria Santos

Direcció Científica

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

Equip Científic

ADMINISTRACIÓ

Carles Peyra

Administració general

Rafael Badia, Ester Pla

Administració i finances

COL·LABORADORS

Pilar Altarriba

Qualitat

