



10è Aniversari

Fundació SHE

www.fundacionshe.org

DOSSIER DE PREMSA

10
ANIVERSARI



Foundation
for Science, Health
and Education



Fundació "la Caixa"

— Índex

10 anys de la Fundació SHE	3
Activitats per celebrar els 10 anys	3-4
Fites aconseguides	5
<hr/>	
La Fundació SHE	6
Patronats, patrons i benefactors	8-10
Equip	10
Col·laboradors	11
<hr/>	
El Dr. Valentí Fuster, l'impulsor	12
<hr/>	
Projectes	15
Programa SI!	15-16
Programa Fifty-Fifty	17-18
Healthy Communities	19-20
<hr/>	
Articles publicats	21
<hr/>	
Per a més informació	27

– 10 anys de la Fundació SHE

- La Foundation for Science, Health and Education (Fundació SHE) va complir 10 anys d'existència el passat 2020.
- El 2017, la Fundació "la Caixa" es va incorporar al patronat de la Fundació SHE per donar continuïtat a la seva tasca investigadora. Des d'aquest moment el nom de Fundació SHE s'associa a la imatge de Fundació "la Caixa".
- Aquesta efemèride tenia previstos diversos esdeveniments de commemoració que el coronavirus va obligar a ajornar. Malgrat el decalatge produït per la pandèmia, la Fundació SHE ha mantingut el gruix de les activitats previstes i les durà a terme aquest 2022.

Activitats per celebrar els 10 anys

- Així, les propostes més destacades que es mantenen són:
 - **Concurs escolar:** La Fundació SHE, amb el suport de Fundació "la Caixa", vol explicar preferentment als nens la importància d'una vida i una dieta saludable per prevenir malalties cardiovasculars, que són la primera causa de mortalitat al món. Per aquest motiu desenvolupa diversos projectes de formació a escoles d'Espanya a través del Programa SII. Per celebrar aquests 10 anys, s'ha organitzat un concurs escolar entre les escoles que hi participen, de Barcelona, Madrid i Ourense. L'objectiu d'aquest concurs és posar en pràctica els coneixements adquirits i despertar la creativitat per inculcar hàbits saludables de forma lúdica, alhora que serveix per reconèixer la tasca educativa del professorat. El concurs consisteix en què cada centre envii relats amb dibuixos i il·lustracions, vídeos, textos amb imatges o receptes saludables, en funció de cadascun dels diferents nivells d'edat dels participants.

- **Esdeveniment amb famílies a Madrid:** La Fundació SHE realitzarà una cerimònia de lliurament de Premis del concurs del Programa SII, que comptarà amb representants de la institució. Aquest esdeveniment va dirigit a les famílies dels centres educatius i se celebrarà al Planetario de Madrid, el juny del 2022, amb activitats lúdiques per als assistents a l'exterior de l'edifici.
- **Esdeveniment de celebració i col·loqui amb el Dr. Fuster:** L'esdeveniment vol difondre l'activitat de la Fundació durant aquests deu anys en què ha tingut com a prioritat la promoció de la salut cardiovascular amb diferents programes i una sòlida base científica. La sessió es planteja com una trobada amb convidats del món científic, mèdic, educatiu, social, econòmic i polític per conscienciar sobre la necessitat de prevenir les malalties cardiovasculars a través d'una dieta saludable i un estil de vida sa. L'acte s'organitza al CosmoCaixa a Barcelona, el setembre del 2022.

*"ES DESTINEN MILIONS AL TRACTAMENT DE LA
MALALTIA CARDIOVASCULAR, PERÒ NO SUFICIENTS EN
EDUCAR I PROMOUR LA SALUT. TOTS DOS ASPECTES
SÓN FONAMENTALS PER PREVENIR UNA MALALTIA QUE
JA ÉS LA PRIMERA CAUSA DE MORT AL MÓN"*
DR. VALENTÍ FUSTER

Fites aconseguides

— En aquests 10 anys la Fundació SHE, amb el suport de Fundació "la Caixa", ha aconseguit diverses fites en la seva tasca formativa, que es poden concretar en les següents xifres:

- 19 articles científics publicats a revistes reconegudes d'alt impacte.
- 34 congressos en què s'ha participat presentant ponències i resultats.
- 235 centres on s'ha impartit el Programa SI!
- Més de 37.000 nens que han participat en les activitats educatives del Programa SI!
- Més de 2.000 professors formats per aplicar el Programa SI!
- L'assaig Fifty-Fifty, desenvolupat durant el 2013 i 2014, va demostrar que va ser capaç de millorar els comportaments saludables en individus amb factors de risc cardiovascular.

19

Articles

34

Congressos

235

Centres

37.000

Nens

2.000

Professors

*"SI LA SOCIETAT REDUEIX RISCOS, TAMBÉ REDUEIX
L'IMPACTE DE LES MALALTIES CARDIOVASCULARS"*

DR. VALENTÍ FUSTER

– La Fundació SHE

- El **Dr. Valentí Fuster de Carulla**, que actualment compagina les seves funcions com a **Director General del Centro Nacional de Investigaciones Cardiovasculares Carlos III** 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, primera causa de mortalitat el món.
- El principal factor de risc cardiovascular és l'obesitat i les seves derivades, com la diabetis i la hipertensió, com a conseqüència d'una alimentació inadequada i el sedentarisme. També hi influeixen hàbits de vida poc saludables com l'alcohol o el tabaquisme.
- Per això la Fundació SHE es dedica a validar hipòtesis científiques i a generar coneixement que es publica a destacades revistes, per promocionar la salut, especialment entre nens i joves. Per contribuir a aquesta finalitat desenvolupa diversos programes de formació.



- El reconegut cardiòleg Dr. Fuster va impulsar la creació de la Fundació SHE el 2009. El 2017 la Fundació "la Caixa" es va incorporar al Patronat de la Fundació SHE per donar continuïtat a la seva tasca investigadora. Des d'aquell moment el nom de Fundació SHE s'associa a la imatge de Fundació "la Caixa".
- La Fundació SHE és una fundació sense ànim de lucre que, basant-se en la recerca bàsica i clínica (Science), té com a objectiu 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 del que significa i comporta una educació que incideixi en l'adquisició d'hàbits saludables des de la infància. La finalitat és promoure un món on nens, joves i adults tinguin la capacitat d'actuar positivament cap a la seva salut. Perquè si la societat redueix els riscos, també redueix l'impacte de les malalties cardiovasculars.

*"QUÈ PASSARIA SI LA SOCIETAT FOS CAPAÇ DE
MODIFICAR LES SEVES RUTINES ACTUALS I ADQUIRIR
HÀBITS SALUDABLES?"*
DR. VALENTÍ FUSTER

Patronat, patrons i benefactors

— El Patronat de la Fundació SHE regeix, representa, gestiona i assumeix totes les facultats i funcions per aconseguir els fins fundacionals de l'entitat.

— Actualment l'integren:

- Dr. Valentí Fuster de Carulla, Patró fundador – President.
- Sr. Carles Vilarrubí Carrió, Patró fundador – Vicepresident.
- Sr. Antoni Vila Bertrán, Patró de mèrit, Fundació "la Caixa".
- Sra. Isabel Carvajal Urquijo, Patrona de mèrit.
- Sr. Higini Clotas Cierco, Patró de mèrit, Fundació "la Caixa".
- Sr. Àngel Font Vidal, Patró de mèrit, Fundació "la Caixa".
- Excm. Sr. Javier Solana Madariaga, Patró fundador.
- Sr. Lluís Torres Arro, Patró fundador.
- Sr. Joan Font Torrent, Patró Secretari.
- Sr. Antoni Guillén Vidal, Vicesecretari.



- El suport de patrons i benefactors ha facilitat, durant tots aquests anys, la continuïtat a la tasca investigadora de la Fundació SHE, amb el suport de Fundació "la Caixa".
- Els patrons que també han format part del Patronat i la contribució dels quals ha estat fonamental són, per ordre d'entrada:
 - Sra. Maria Angels Guals Sala.
 - Sra. Rosa M^a Guals Sala.
 - Sr. José M^a Castellano Ríos.
 - Sr. Isak Andic Ermay.
 - Sra. Sol Daurella Comadran.
 - Sr. Marc Puig Guasch.
 - Sr. Jorge Miarnau Montserrat.
 - Sr. Emilio Ferré Solé.
 - Sr. Mauricio Botton Carasso.
 - Sr. Josep Olliu Creus.
 - Sr. Artur Carulla Font.
- Els benefactors que han contribuït a la tasca de l'entitat són:
 - Sr. i Sra. Jacques A. Nahmias i Marina Carasso.
 - Sra. Alicia Koplowitz Romero de Juseu.
 - Sr. José Ferrer Sala.
 - Sr. Mariano Puig Planas.

Equip

— A més a més, la Fundació SHE compta amb un equip divers i especialitzat en les seves àrees per aconseguir els millors resultats possibles. En concret:

- Àrea Pedagògica
 - Isabel Carvajal, Direcció Pedagògica.
 - Domingo Haro, Carla Rodríguez, Xavier Òrrit, 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.
 - Vanesa Carral, Pedagogia.

Col·laboradors

— La Fundació SHE compta amb la col·laboració de:





— El Dr. Valentí Fuster, l'impulsor

- El prestigiós cardiòleg Dr. Valentí Fuster de Carulla va ser l'impulsor de la Fundació SHE per tal de crear hàbits saludables entre la població. La seva idea és reduir les conductes de risc des de la primera edat i conscienciar els nens de la importància d'una alimentació i un estil de vida equilibrat i sa. D'aquesta manera vol lluitar des de la base contra els factors que faciliten les malalties cardiovasculars, la principal causa de mortalitat al món.
- La trajectòria professional del Dr. Fuster està plena de reconeixements i responsabilitats rellevants:
 - **Director General del Centre Nacional d'Investigacions Cardiovasculars Carlos III (CNIC)** de Madrid, **director de l'Institut Cardiovascular i Physician-in-Chief del Mount Sinai Medical Center** de Nova York.
 - **Editor en Cap** del *Journal of American College of Cardiology (JACC)*.
 - **President de l'Associació Americana del Cor, president de la Federació Mundial del Cor, membre de l'Institut de Medicina de l'Acadèmia Nacional de Ciències Americana** (on presideix el comitè per a la prevenció de l'epidèmia global de la malaltia cardiovascular), **membre del Consell Assessor de l'Institut Americà "National Heart, Lung and Blood Institute"** i **president del Programa de Formació del Col·legi Americà de Cardiologia**.
- Doctor en Medicina per la Facultat de Barcelona, es va traslladar als Estats Units on va continuar els estudis.
- Professor de Medicina i malalties cardiovasculars a l'Escola Mèdica **Mayo de Minnesota**, a l'Escola de Medicina de l'**Hospital Mount Sinai de Nova York** i des del 1991 fins al 1994 va ser catedràtic de Medicina de l'Escola Mèdica Harvard a Boston, any en què va ser nomenat director de l'Institut Cardiovascular de l'Hospital Mount Sinai de Nova York, càrrec que des del 2012 compagina amb el de *Physician-in-Chief* de l'Hospital.
- **Doctor honoris causa de 35 universitats** de prestigi, ha rebut tres de les beques més importants del *National Institutes of Health (NIH)* dels Estats Units d'Amèrica.

- Ha publicat més de **1.000 articles científics** a revistes mèdiques d'àmbit internacional, i dos dels llibres de més prestigi dedicats a la cardiologia clínica i de recerca: *The Heart* i *Atherothrombosis and Coronary Artery Disease*.
- **Editor en Cap** de la prestigiosa revista *Nature Reviews in Cardiology*.
- **Premi Príncep d'Astúries de Recerca**, l'any 1996, per les seves investigacions sobre l'origen dels accidents cardiovasculars, que han contribuït a millorar la prevenció i el tractament dels infarts.
- Únic cardiòleg que ha rebut els màxims guardons de recerca de les quatre principals organitzacions internacionals de Cardiologia: l'**Associació Americana del Cor**, el **Col·legi Americà de Cardiologia**, la **Societat Europea de Cardiologia** i la **Societat Interamericana de Cardiologia**.
- El 2008, el Dr. Fuster va rebre el premi *Kurt Polzer* de l'Acadèmia Europea de les Ciències i les Arts.
- El 2009, premi internacional *Arrigo Recordati* pels seus avenços científics a l'àrea de la imatge cardiovascular.
- El 2011 va ser guardonat amb el **Gran Premi Científic de l'Institut de França**, considerat com el més important de la cardiologia, per la seva investigació translacional de la malaltia aterotrombòtica.
- Premis *Gold Heart Award*, *Lewis A. Conner Memorial* i *James B. Eric Achievement Award* de l'Associació Americana del Cor, el *Distinguished Service Award* i el ***Distinguished Teacher Award*** del Col·legi Americà de Cardiologia, Medalla d'Or de les Societats Americana i Europea de Cardiologia i el màxim guardó de Medicina de la Universitat holandesa Erasmus.
- El 2012, el Col·legi Americà de Cardiologia va triar el Dr. Fuster com una de les dues Llegendes Vives Americanes de la Cardiologia ("*Living Legends In Cardiovascular Medicine*"). A més, el 2012 se li va atorgar el *Research Achievement Award*, l'honor més gran de l'American Heart Association.
- Premis *Ron Haddock International Impact Award*, atorgat per l'*American Heart Association*, i l'*American Stroke Association*, en reconeixement del seu lideratge global.
- Premis Severo Ochoa de Recerca Biomèdica i Mapfre "Per tota una vida" pel seu treball en el camp de la prevenció i el tractament de la malaltia cardiovascular.
- El 2017 va rebre la **Gran Creu de l'Ordre Civil d'Alfonso X el Sabio**.

- El Dr. Fuster ha publicat **diversos llibres** dirigits a diferents públics que aporten consells per mantenir una vida saludable.
- El 2020 va ser rebre el **29è Premi Anual Prince Mahidol** al camp de la Medicina. Aquest prestigiós guardó reconeix el lideratge internacional del Dr. Fuster durant les darreres quatre dècades per les seves innovadores contribucions a la medicina cardiovascular i per la promoció de la salut cardiovascular global a tot el món.
- La seva figura ha servit d'inspiració a 'Sesame Workshop' per crear el personatge del Dr. Ruster, alter ego del Dr. Fuster.
- En la producció de 26 capítols per a la sèrie audiovisual "Monstruos Supersanos" que la Fundació SHE i Sesame Workshop van produir, es va desenvolupar per primera vegada el metge Dr. Ruster, que aconsellava i cuidava els personatges de 'Sesame Street' perquè portessin una vida més saludable. D'aquesta manera també s'introdueix la figura del metge als nens perquè entenguin que és un perfil que ajuda i proporciona informació per mantenir i millorar la salut. Les nostres investigacions han demostrat que és una manera exitosa de mostrar el rol dels professionals de la salut i les seves bates blanques als infants de tot el món.
- La figura del Dr. Ruster ha saltat fronteres i a part del nostre país, ha intervingut posteriorment a programes de promoció de la salut als EUA, Mèxic, Colòmbia, Brasil i la resta de Centre i Sud-amèrica.



— Projectes

— La Fundació SHE, amb el suport de Fundació "la Caixa", desenvolupa tres grans programes per conscienciar sobre la importància d'un estil de vida sa per reduir la possibilitat de patir malalties cardiovasculars.

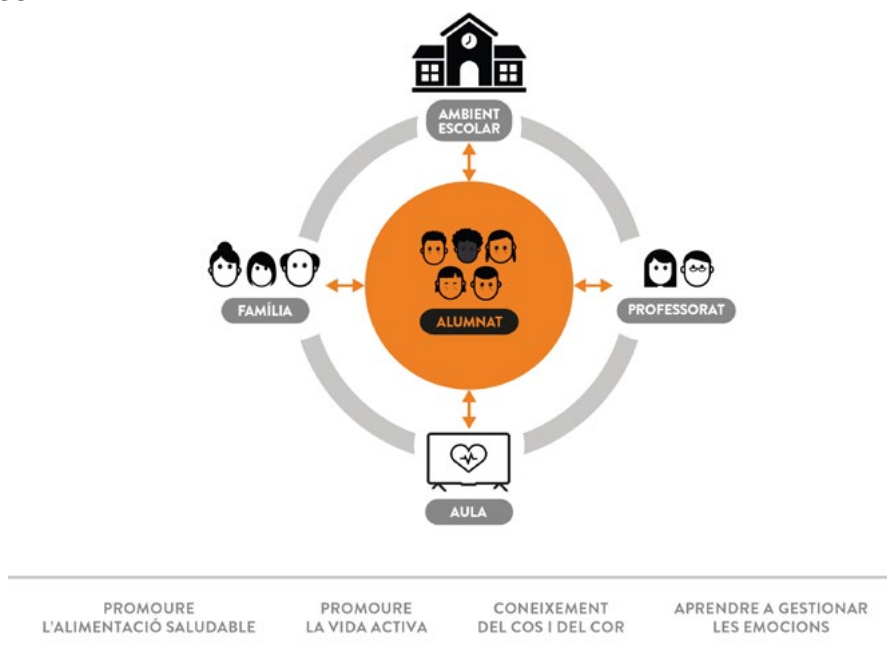
— Aquests projectes són:

• Programa SI!

- Consisteix en una intervenció en centres educatius per promocionar la salut cardiovascular des de l'etapa preescolar. El seu objectiu és demostrar que l'adquisició d'hàbits saludables des de la infància **redueix els riscos de la malaltia cardiovascular i millora la qualitat de vida a l'edat adulta**.
- Les quatre àrees bàsiques que es treballen al programa són:
 1. Adquisició d'hàbits d'alimentació saludable.
 2. Desenvolupament de l'activitat física.
 3. Coneixement del funcionament del cos i del cor.
 4. Gestió de les emocions.
- El programa actua a quatre nivells: ambient escolar, professors, famílies i alumnes.



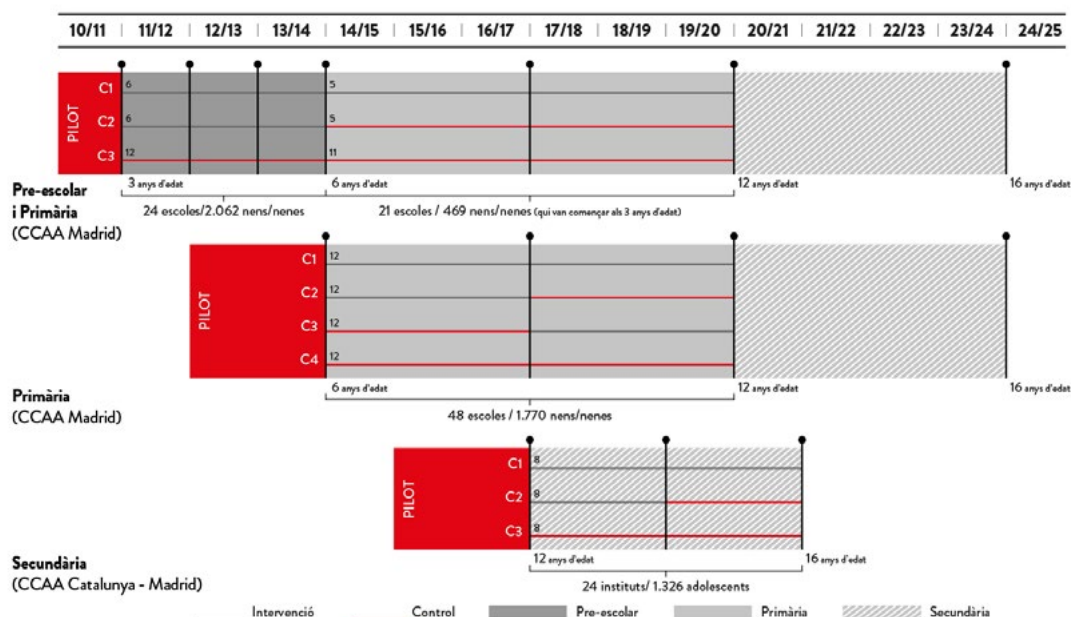
- La intervenció en l'àmbit de l'**ambient escolar** es realitza mitjançant comunicacions periòdiques a l'equip directiu i al dinamitzador del centre per a la distribució posterior entre professorat.
- L'actuació a escala del professorat pretén, per una banda, conscienciar l'equip docent de la realitat de la malaltia cardiovascular i de la importància de la seva contribució com a formadors en l'adquisició d'hàbits saludables a la població escolar i, d'altra banda, formar el professorat en hàbits saludables i en la metodologia que cal seguir per impartir el programa a l'aula i facilitar-los materials i eines de treball per als alumnes.



- Els continguts del programa en el desenvolupament els van contrastar psicopedagogs i el professorat dels centres, a més d'ajustar-se al currículum escolar.
- La Fundació SHE ha realitzat diversos estudis científics a diferents etapes educatives per demostrar la hipòtesi del Programa SI!, amb molts bons resultats i la publicació de diversos articles científics que validen les seves propostes.

*"L'ADQUISICIÓ D'HÀBITS SALUDABLES DES DE LA
INFÀNCIA REDUEIX ELS RISCOS DE LA MALALTIA
CARDIOVASCULAR I MILLORA LA QUALITAT DE VIDA"*

DR. VALENTÍ FUSTER

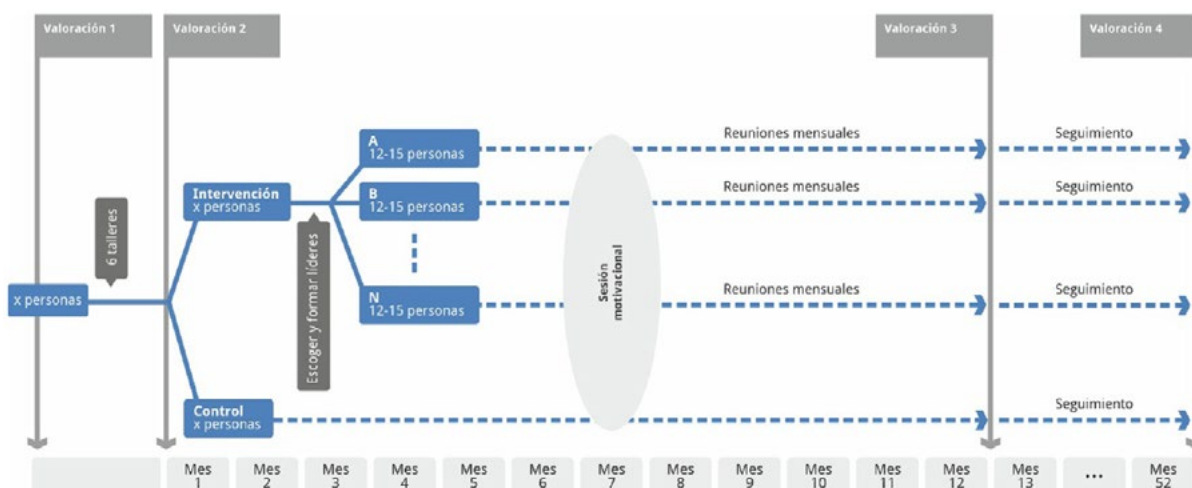


• Programa Fifty-Fifty

- La primera causa de mortalitat o discapacitat a Espanya i al món són les **malalties cardiovasculars**.
- L'Associació Americana del Cor defineix que a Espanya la salut cardiovascular és pobre, i menys de l'1 % de la població presenta un estil de vida saludable, és a dir, només aquest percentatge de la població assoleix valors ideals en els 7 indicadors de salut cardiovascular. Alguns dels factors de risc per al desenvolupament de malalties cardiovasculars i que pateixen els adults a Espanya són **excés de pes** (36%), **obesitat** (17%), **sedentarisme** (37%), **tabaquisme** (27%) o **tensió arterial elevada**.



- La Fundació SHE - Fundació "la Caixa", en col·laboració amb la Agencia Española de Seguridad Alimentaria y Nutrición (AESAN), van posar en marxa l'estudi científic del **Programa Fifty-Fifty**, dissenyat pel Dr. Valentín Fuster. Té com a objectiu millorar la salut integral en adults entre 25 i 50 anys, per ajudar-los a autocontrolar els principals factors de risc per a aquestes patologies.



- Després d'un estudi pilot a **Cardona**, el Dr. Fuster va desenvolupar l'estudi científic a 7 localitats espanyoles amb la col·laboració de la Federación Española de Municipios y Provincias (FEMP), i els ajuntaments dels municipis participants.

- La intervenció es va basar en elements de la Teoria Cognitiva Social que inclouen:

1. L'aprenentatge observacional.
2. El reforç.
3. L'autocontrol.
4. L'autoeficàcia.

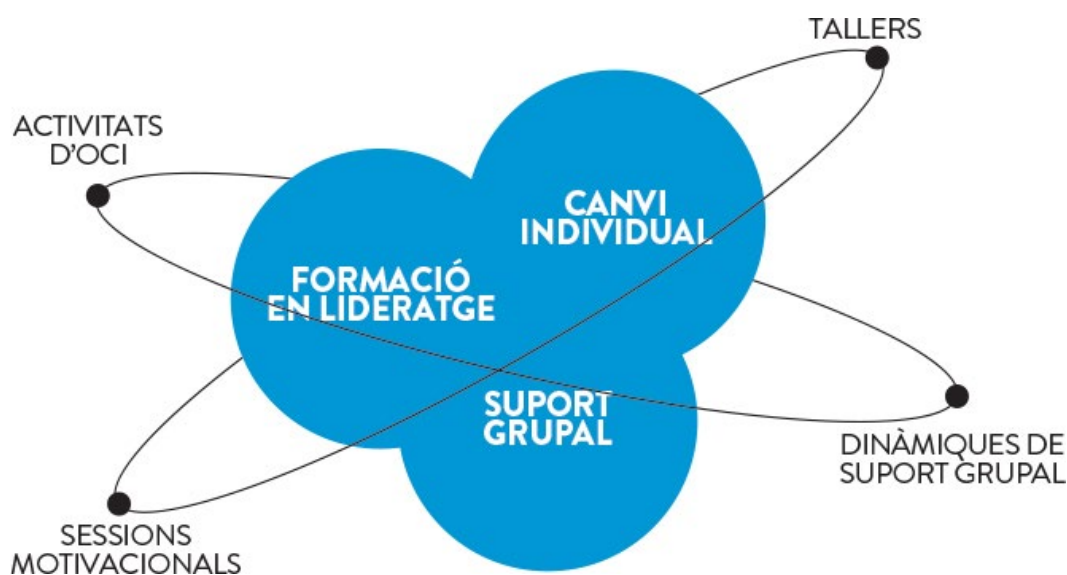


"SI ES CAPACITA ELS ADULTS EN CONEIXENTS, HABILITATS I ACTITUDS SOBRE UN ESTIL DE VIDA SALUDABLE, ENTRE IGUALS, MILLORARAN ELS SEUS HÀBITS DE SALUT CARDIOVASCULAR I L'AUTOCONTROL DELS FACTORS DE RISC"
DR. VALENTÍ FUSTER

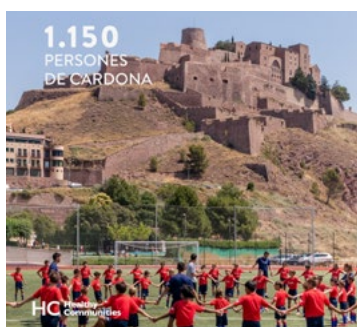
- Es van fer valoracions continuades als participants durant l'estudi: a l'inici del programa, després dels tallers formatius, al cap de 12 mesos (després de les dinàmiques de grup) i 40 mesos després.
- Els resultats obtinguts de l'estudi confirmen que educar els adults en coneixements, habilitats i actituds sobre un estil de vida saludable, acompanyat del suport entre iguals, millora els hàbits de salut cardiovascular i l'autocontrol dels factors de risc. A més, confirma la importància de donar continuïtat a les dinàmiques de suport.
- Algunes empreses espanyoles com Port Aventura (parc temàtic) i AMPO (empresa de foneria d'acer) han aplicat el Programa Fifty-Fifty amb l'objectiu de donar eines que permetin millorar la salut cardiovascular dels seus treballadors.

• Healthy Communities

- El Programa **Healthy Communities**, implementat a la ciutat de Cardona (Barcelona) compta amb la col·laboració de l'Ajuntament de la localitat. El programa pretén promoure el desenvolupament d'estils de vida saludables al llarg de totes les etapes de la vida i contribuir a afavorir la qualitat de vida, a corregir els hàbits de salut i a controlar els principals factors de risc de les malalties cardiovasculars.
- Es vol convertir la ciutat de Cardona en un model de ciutat saludable a seguir, donant prioritat als seus habitants, a partir de la creació d'entorns físics (urbanisme saludable) i socials (entorn) que promoguin la salut i pugui arribar a ser un model reproducible per al desenvolupament de municipis.



- Els resultats preliminars van ser prometedors i van mostrar millores als components d'activitat física i dieta. Aquests resultats van justificar el desenvolupament de la fase següent del projecte on l'impacte de la creació d'una Ciutat Saludable serà avaluat adequadament mitjançant un estudi quasi experimental i resultats rellevants, de manera que el model pugui ser acceptat i replicat a altres llocs.
- Es tracta del Programa **Healthy Communities** (HC-2030), un programa que busca animar els ciutadans a prendre decisions més saludables sobre com es mouen, què mengen i com utilitzen l'entorn que els envolta, per millorar la salut mental i la felicitat.
- La hipòtesi és que una ciutat saludable repercutirà positivament als habitants amb la millora dels índexs de salut cardiovascular i d'activitat física, la salut mental i el benestar.
- El Programa **Healthy Communities** és una iniciativa multidisciplinària que donarà lloc a un conjunt d'eines per a una intervenció de promoció de la salut, impulsada per la comunitat, que es podria reproduir a ciutats i pobles tant en l'àmbit nacional com a l'àmbit internacional. El nucli de la intervenció es basarà en els programes de promoció de la salut anteriors desenvolupats i avaluats per la Fundació SHE: el Programa SI! per a nens i el Programa Fifty-Fifty per a adults.
- L'efecte d'aquestes intervencions va ser comprovat mitjançant assaigs aleatoris i els resultats van ser publicats a revistes d'alt impacte (*Journal of the American College of Cardiology*, *American Heart Journal*, *American Journal of Medicine*, etc.).



“UN PROJECTE CIENTÍFIC MULTIDISCIPLINAR QUE
PROMOU LA SALUT I EL BENESTAR EN COMUNITATS
DE TOT EL MÓN. AUGMENT DE L'ACTIVITAT FÍSICA
I MILLORA DE L'ESTIL DE VIDA, LA SALUT,
EL BENESTAR I MILLORA DE L'ÍNDEX DE FELICITAT”
DR. VALENTÍ FUSTER

– Articles publicats

- La Fundació SHE, amb el suport de Fundació "la Caixa", en aquests 10+2 anys d'existència ha realitzat, gràcies a les seves investigacions i programes, aportacions científiques en les revistes més destacades del sector.
- A més a més, en tots els casos, el Dr. Valentí Fuster ha aplicat la seva exigència metodològica i científica perquè els resultats i conclusions dels articles acomplissin un mínim de qualitat superior a l'habitual per oferir un criteri de qualitat identificador des de la Fundació SHE.
- Els articles publicats, i les seves aportacions científiques són:
 - [Lessons learned from 10 years of a preschool-based intervention on health promotion.](#) Santos-Beneit G, Fuster V et al. *J Am Coll Cardiol*, 2022, 79 (3) 283–298. L'article explica els elements clau per a intervencions eficaces de promoció de la salut en les primeres etapes escolars, amb la finalitat d'establir comportaments saludables i duradors que puguin contribuir a frenar l'epidèmia de malalties cardiovasculars.
 - [The challenge of sustainability: Long-term results from the Fifty-Fifty peer group-based intervention in cardiovascular risk factors.](#) Fernández-Alvira JM, Fuster V et al. *Am Heart J*, 2021, 240:81-88. L'assaig Fifty-Fifty va demostrar que una intervenció basada en el grup d'iguals va ser capaç de millorar els comportaments saludables en individus amb factors de risc cardiovascular immediatament després de la intervenció, i que les dinàmiques de grup són fonamentals per a mantenir l'efecte beneficiós del programa.

- [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 EP, Fuster V et al. *Antioxidants*, 2020, 9(10), 910. Es va trobar associació entre una major concentració en excreció urinària de polifenols, que estan estretament lligats a components saludables de la dieta com la fruita, i un millor perfil de salut cardiovascular en adolescents, especialment en els nois.
- [Prevalence and correlates of cardiovascular health among early adolescents enrolled in the SI! Program in Spain: a cross-sectional análisis](#). Fernández-Jiménez R, Fuster V et al. *EURJPC*, 2020, doi:10.1093/eurjpc/zwaa096. L'article confirma la necessitat de realitzar intervencions de promoció de la salut a edats primerenques, perquè la majoria dels adolescents participants en el Programa SI! a Madrid i Barcelona no acomplien les recomanacions ni els paràmetres de salut cardiovascular establerts per l'Associació Americana del Cor (AHA), especialment pel que fa a la dieta.
- [Sustainability of and Adherence to Preschool Health Promotion Among Children 9 to 13 Years Old](#). Fernández-Jiménez R, Fuster V et al. *J Am Coll Cardiol*, 2020, 75:13. Aquest estudi va analitzar l'impacte a llarg termini d'una intervenció de la promoció de la salut en l'etapa de preescolar realitzada en una zona urbana de baixos ingressos de Colòmbia. Es va observar que l'adherència a la intervenció va ser clau per millorar els paràmetres de salut cardiovascular dels participants i que les reintervencions són necessàries poc temps després de la primera intervenció per aconseguir un efecte més durador en el temps.

- [Different Lifestyle Interventions in Adults from Underserved Communities. The FAMILIA Trial.](#) Fernández-Jiménez R, Fuster V et al. *J Am Coll Cardiol*, 2020, 75: 1 (42-56). El propòsit d'aquest estudi va ser avaluar l'impacte de dues intervencions sobre l'estil de vida en els pares/cuidadors de nens en edat preescolar en una comunitat socioeconòmicament desfavorida com és Harlem, a Nova York. L'assaig va concloure que l'adherència a la intervenció és clau per aconseguir millorar els estils de vida i, en conseqüència, els paràmetres de salut cardiovascular.
- [Rationale and design of the school-based SI! Program to face obesity and promote health among Spanish adolescents: a cluster-randomized controlled trial.](#) Fernández-Jiménez R, Fuster V et al. *Am. Heart J*, 2019, 215:27-40. Descripció del disseny de l'estudi del Programa SI! de Secundària per a promoció de la salut en l'adolescència. Participen en l'estudi més de 1.300 adolescents de 24 instituts públics de Madrid i Barcelona.
- [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, Fuster V et al. *Nutrients*, 2019, 11: 2297-2310. En aquest estudi es descriuen els patrons dietètics en una àmplia mostra d'adolescents espanyols tot identificant un patró més saludable, un altre de predomini d'aliments processats i un altre intermedi més tradicional.
- [Child Health Promotion in Underserved Communities: The FAMILIA Trial.](#) Fernandez-Jimenez R, Fuster V et al. *J Am Coll Cardiol*, 2019, 73(16):2011-2021. El propòsit d'aquest estudi va ser avaluar l'impacte d'una intervenció educativa de promoció de la salut en l'edat preescolar a Harlem, Nova York, i es va aconseguir un major benefici per als participants que van realitzar més quantitat d'activitats educatives del programa de salut.

- [Rationale and Design of Family-Based Approach in a Minority Community Integrating Systems-Biology for Promotion of Health \(FAMILIA\)](#). Bansilal S, Fuster V et al. *Am Heart J*, 2017, 187:170-181. En aquest article es descriu el disseny de l'estudi FAMILIA dirigit a preescolars (3-5 anys) i els seus professors i famílies per promoure la salut cardiovascular amb estratègies a diferents nivells.
- [A comprehensive lifestyle peer-group-based intervention on cardiovascular risk factors: The randomized controlled Fifty-Fifty Program](#). Gómez-Pardo E, Fuster V et al. *J Am Coll Cardiol*, 2016, 67 (5):476-485. Aquest estudi va avaluar l'eficàcia de les dinàmiques de grup entre iguals per millorar les conductes saludables en individus amb factors de risc cardiovascular. La intervenció va tenir efectes beneficiosos sobre els factors de risc cardiovascular, amb millores significatives en la puntuació global i específicament en l'abandó del tabac.
- [Family-Based Approaches to Cardiovascular Health Promotion](#). Vedanthan R, Fuster V et al. *J Am Coll Cardiol*, 2016, 67(14):1725-37. Descripció de que la necessitat de la promoció contínua de la salut cardiovascular i la prevenció de la malaltia al llarg de la vida és fonamental, i la importància de la família com una entitat central en aquest procés.
- [Association between anthropometry and high blood pressure in a representative sample of preschoolers in Madrid](#). Santos-Beneit G, Fuster V et al. *Rev Esp Cardiol*, 2015, 68(6):477-484. Anàlisi de la relació entre pressió arterial i estat nutricional de nens de 3 a 5 anys utilitzant diferents criteris de classificació. Es va trobar en els nens de 5 anys la major prevalença d'obesitat i pressió arterial alta. La classificació d'obesitat va ser més precisa utilitzant punts de tall específics per a sexe i edat.

- [Children Present a Window of Opportunity for Promoting Health](#). Fernández-Jiménez R, Fuster V et al. *J Am Coll Cardiol*, 2018, 72(25):3310-3319. Revisió de les intervencions educatives primerenques i el seu potencial benefici per prevenir les malalties en l'edat adulta.
- [The SI! Program for cardiovascular health promotion in early childhood: A cluster randomized trial](#). Peñalvo JL, Fuster V et al. *J Am Coll Cardiol*, 2015, 66 (14):1525-1534. Resultats de l'estudi del Programa SI! en preescolars de Madrid, que aconsegueix una millora significativa de coneixements, actituds i hàbits en els nens que reben el programa, tot trobant a més un efecte beneficiós sobre l'adipositat, als 3 anys.
- [Development and validation of a questionnaire to evaluate lifestyle-related behaviors in elementary school children](#). Santos-Beneit G, Fuster V et al. *BMC Public Health*, 2015, 15:901-907. Validació d'un qüestionari de coneixements, actituds i hàbits per avaluar l'eficàcia del Programa SI! de Primària.
- [Parental and self-reported dietary and physical activity habits in preschoolers and their socio-economic determinants](#). Sotos-Prieto M, Fuster V et al. *Public Health Nutr*, 2014, 3:1-11. En aquest treball s'analitza com els hàbits dels nens poden veure's influïts pels hàbits dels seus pares i altres factors com el nivell socioeconòmic, tot confirmant la necessitat d'incloure a les famílies en les estratègies d'intervenció escolars.
- [A cluster randomized trial to evaluate the efficacy of a school-based behavioral intervention for health promotion among children aged 3 to 5](#). Peñalvo JL, Fuster V et al. *BMC Public Health*, 2013, 13:656. En aquest treball es descriu el disseny del Programa SI! d'Educació Infantil a Madrid, incloent a més de 2.000 nens de 3 a 5 anys i les seves famílies i professors amb un assaig aleatoritzat en 24 col·legis. Aquest estudi pretén avaluar l'eficàcia del Programa SI! per establir i millorar l'estil de vida en els nens en edat preescolar, les seves famílies i professors, i també aconseguir un entorn escolar més saludable.

- [Promotion of cardiovascular health in preschool children: 36-month cohort follow-up.](#) Céspedes J, Fuster V et al. *Am J Med*, 2013, 126(12):1122-6. Estudi aleatoritzat sobre una intervenció educativa en nens en edat preescolar a Bogotá (Colòmbia). Després de 36 mesos, la intervenció educativa va mantenir una tendència beneficosa cap a un estil de vida saludable en els nens participants i les seves famílies.
- [The Program SI! intervention for enhancing a healthy lifestyle in preschoolers: first results from a cluster randomized trial.](#) Peñalvo JL, Fuster V et al. *BMC Public Health*, 2013, 13:1208. En aquest treball s'analitzen els resultats després del primer any d'implementació del Programa SI! d'Educació Infantil a Madrid (Espanya), tot constatant que la intervenció aconsegueix augmentar els coneixements i millorar les actituds i els hàbits de vida en nens de 3 a 5 anys.
- [A cluster randomized trial to evaluate the efficacy of a school-based behavioral intervention for health promotion among children aged 3 to 5.](#) Peñalvo JL, Fuster V et al. *BMC Public Health*, 2013, 13:656. En aquest treball es descriu el disseny de l'estudi del Programa SI! d'Infantil en 24 col·legis públics de la ciutat de Madrid (Espanya), incloent-hi a més de 2.000 nens de 3 a 5 anys, els seus professors i famílies. El programa està dissenyat per a promoure l'adopció de comportaments saludables des de les primeres etapes de la vida.
- [Sesame street: changing cardiovascular risks for a lifetime.](#) Peñalvo JL, Fuster V et al. *Semin Thorac Cardiovasc Surg*, 2012, 24(4):238-40. En aquest treball es descriu l'estratègia i les primeres etapes del Programa SI!, un programa escolar destinat a promoure la salut cardiovascular en nens de 3 a 5 anys, des d'ara a través d'una intervenció que inclou famílies i professors i està recolzada en materials de Barri Sèsam.

— Per a més informació

— Solsona Comunicació

— **David Jané**

— djane@fundacionshe.org

— 609 83 90 81

— fundacionshe.org