

MEMORIA DE ACTIVIDADES 2021

01 QUIÉNES SOMOS

02 EL AÑO EN CIFRAS

03 PROYECTOS DE INVESTIGACIÓN

- PROGRAMA SI!
- 50/50
- HEALTHY COMMUNITIES 2030

04 PUBLICACIONES, CONFERENCIAS Y CONGRESOS

05 ORIGEN Y DESTINO DE LOS RECURSOS

06 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.

Fundación “la Caixa” se incorporó en 2017 al patronato de la Fundación SHE para dar continuidad a su labor investigadora.

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 text is positioned to the left of his face.

“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

1,076 M€

PRESUPUESTO

14

EQUIPO

188

CENTROS

34.140

NIÑOS Y NIÑAS

103

DOCENTES
FORMADOS

30

HORAS DE
FORMACIÓN
PROFESORADO

3

PUBLICACIONES
Y PÓSTERS

3

COMUNIDADES
(CATALUÑA, MADRID
Y GALICIA)

*Las cifras relativas al Programa SI! pertenecen al curso escolar 2020-2021

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.

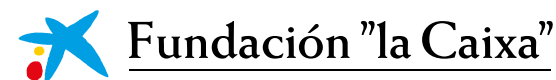
La investigación en salud pública señala que las iniciativas de promoción de la salud deben comenzar en la Etapa Infantil. Sólo así se consigue un cambio de comportamiento sostenido en el tiempo, a largo plazo y eficaz.

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 2080 docentes en toda España, y se han organizado 8 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.



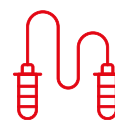
PARA SU IMPLEMENTACIÓN, SE HAN ESTABLECIDO 4 ÁREAS CLAVE DE ACTUACIÓN:



ADQUISICIÓN DE HÁBITOS DE ALIMENTACIÓN SALUDABLES



CONOCIMIENTO DEL CUERPO Y DEL CORAZÓN



PRÁCTICA DE ACTIVIDAD FÍSICA

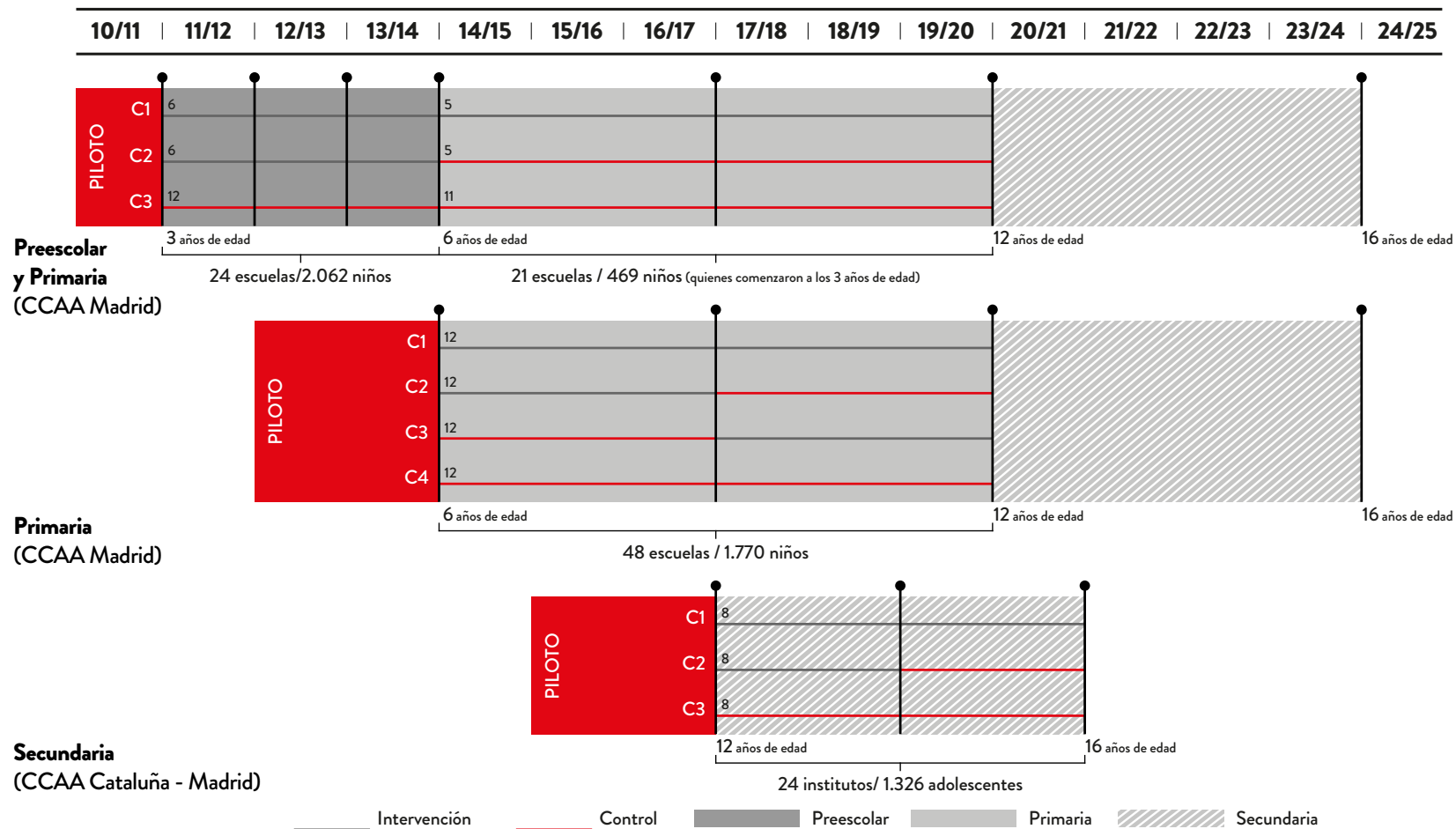


GESTIÓN DE EMOCIONES

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 analizando datos del estudio científico de Educación Primaria y preparando la publicación de resultados.

- Algunos de los centros participantes en el estudio científico continúan implementando el Programa SI! en Educación Primaria y además también en la etapa de Educación Infantil.

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.

- Durante el curso 2020-2021 se ha realizado la implementación en cuarto de ESO en los institutos del grupo de intervención del estudio científico.

- Durante los meses de febrero a junio de 2021 se han llevado a cabo las mediciones científicas en los institutos participantes de Madrid y Cataluña.

BENEFICIARIOS DEL PROGRAMA SI!

188	19.362	13.378	1.400
CENTROS	NIÑOS/AS EN INFANTIL	NIÑOS/AS EN PRIMARIA	NIÑOS/AS EN SECUNDARIA
34.140			
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.



Foundation
for Science, Health
and Education
FiftyFifty



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 2021 se han finalizado los análisis de los datos recogidos en valoraciones previas y se ha profundizado en varios aspectos de toda la intervención del Programa Fifty-Fifty para incorporar mejoras.

Los resultados se han publicado en 2021 en la revista American Heart Journal (The challenge of sustainability: Long-term results from the Fifty-Fifty peer group-based intervention in cardiovascular risk factors, Fdez- Alvira JM, Fuster V. et al, 2021, 240:81-88).

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 2030

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.

El estudio científico se llevará a cabo en las localidades de Cardona (ciudad de intervención) y Sallent (ciudad control).



COMPONENTES



03 PROYECTOS DE INVESTIGACIÓN

- HEALTHY COMMUNITIES 2030



ACTIVIDADES

La irrupción de la pandemia de COVID-19 en 2020 comportó el aplazamiento del inicio del proyecto y la adecuación de la intervención de forma que se pudieran llevar a cabo las actividades tanto de forma presencial como en un formato virtual.

Enero 2021

Los esfuerzos del equipo se dirigieron a la revisión del proyecto para hacerlo viable en una coyuntura que tanto podía autorizar la presencialidad como restringirla.

En este sentido se diseñaron los siguientes elementos:

- Sesiones virtuales interactivas dirigidas por técnicos de Fundación SHE.
- Vídeos resumen de las sesiones.
- Cápsulas audiovisuales de refuerzo de los contenidos.
- Retos motivacionales para llevar a cabo en condiciones de seguridad.

Febrero - junio de 2021

Se diseña el plan de comunicación y se reanuda el proyecto de HC2030.

Se realiza una estratificación por edades y sexos del censo de las dos poblaciones para escoger los posibles participantes del proyecto, 1150 en Cardona y 1150 en Sallent a través del padrón municipal.

Se configura el equipo de mediciones de cada población.

Julio - agosto de 2021

Realización de los actos de presentación del inicio de proyecto: 28 de julio en Cardona y 4 de agosto en Sallent.

- Se realizan reuniones con los institutos implicados para explicar el proyecto y contar con su colaboración.

Septiembre - noviembre de 2021

Se inicia el proyecto HC 2030 con la intervención en Cardona y en Sallent.

Las primeras mediciones se realizan en los institutos de Cardona y de Sallent a los participantes de 12 a 18 años.

Se firma el convenio de colaboración entre la Fundación SHE e IDIAP-Jordi Gol.

Se realizan sesiones informativas en Cardona y en Sallent, para dar la información a las personas interesadas.

Diciembre de 2021

Se finaliza la preparación de la plataforma de formación con la intranet para los participantes del proyecto. Disponen de vídeos de las sesiones, cápsulas audiovisuales de refuerzo, los retos motivacionales y los cuestionarios de autoevaluación.

04 PUBLICACIONES, CONFERENCIAS Y CONGRESOS

PUBLICACIÓN



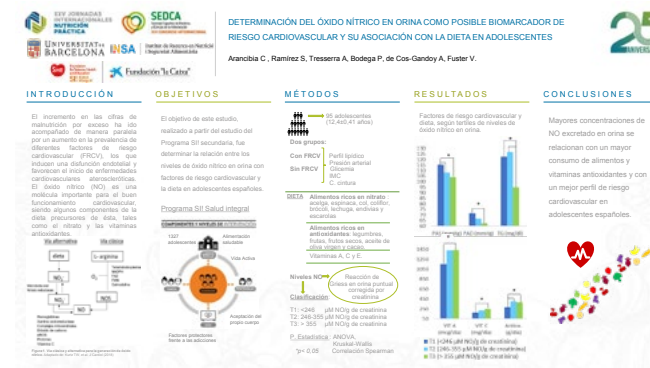
The challenge of sustainability: Long-term results from the Fifty-Fifty peer group-based intervention in cardiovascular risk factors.

Juan Miguel Fernández-Alvira
Rodrigo Fernández-Jiménez,
Mercedes de Miguel, Gloria Santos-Beneit, Patricia Bodega, Christopher A Hill, Vanesa Carral, Carla Rodríguez, Isabel Carvajal, Xavier Orrit, Amaya de Cos - Gandoy, Marian Dal, Teresa Robledo, Valentín Fuster.

CONGRESO XXV Jornadas Internacionales de Nutrición Práctica y XIV Congreso Internacional de la SEDCA.



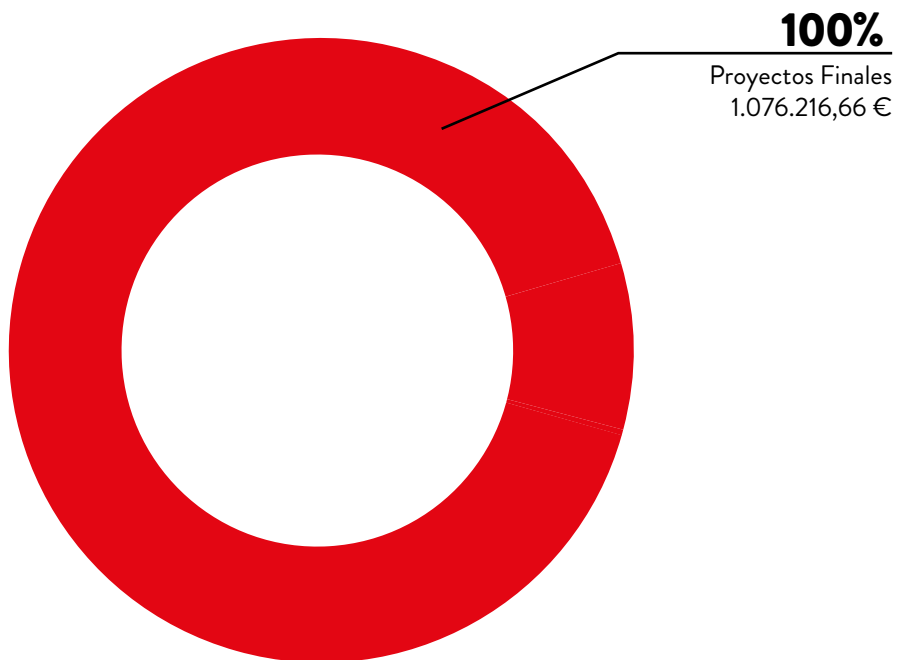
> Patrones de estilo de vida y salud cardiovascular en adolescentes del Programa SII de Secundaria.
Bodega P, Fernández-Alvira JM, Santos-Beneit G, Moreno LA, Lamuela-Raventós RM, Fuster V.



> Determinación del óxido Nítrico en orina como posible biomarcador de riesgo cardiovascular y su asociación con la dieta en adolescentes.
Arancibia Riveros C, Ramírez S, Tresserra A, Bodega P, de Cos-Gandoy A, Fuster V.

05 ORIGEN Y DESTINO DE LOS RECURSOS

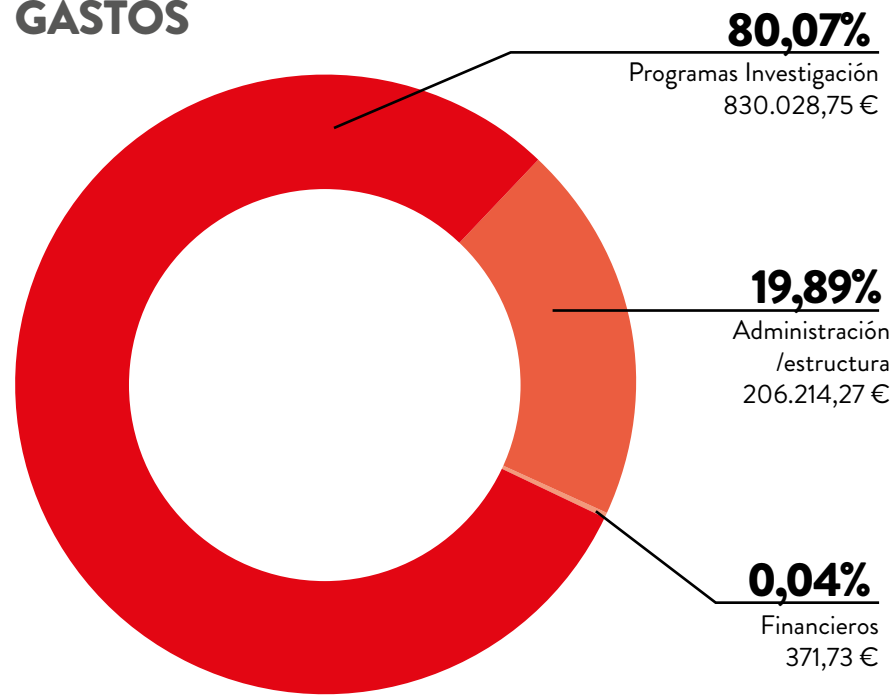
INGRESOS



ORIGEN INGRESOS TOTALES **1.076.216,66 €**

Proyectos Finalistas	1.076.216,66 €
----------------------	----------------

GASTOS



DESTINO TOTAL GASTOS **1.036.614,75 €**

Programas Investigación	830.028,75 €
Administración/ estructura	206.214,27 €
Financieros	371,73 €

06 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. Higiní 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, 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

Vanesa Carral
Pedagogía



Fundación "la Caixa"