

MEMÒRIA D'ACTIVITATS 2021



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 2030

04 PUBLICACIONS, CONFERÈNCIES I CONGRESSOS

05 ORIGEN I DESTÍ DELS RECURSOS

06 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.

Fundació "la Caixa" es va incorporar el 2017 al patronat de la Fundació SHE per donar continuïtat a la tasca investigadora.



“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

1.076K €

PRESSUPOST

14

EQUIP

188

CENTRES

34.140

NENS I NENES

103

PROFESSORS
FORMATS

30

HORES DE
FORMACIÓ
PROFESSORAT

3

PUBLICACIONS
I PÒSTERS

3

COMUNITATS
(CATALUNYA, MADRID
I GALÍCIA)

*Les xifres relatives al Programa SI! pertanyen a el curs escolar 2020-2021

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 2.080 docents a tot Espanya, i s'han organitzat 8 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.



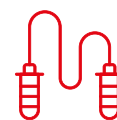
PER A LA SEVA IMPLEMENTACIÓ, S'HAN ESTABLERT 4 ÀREES CLAU D'ACTUACIÓ:



ADQUISICIÓ D'HÀBITS D'ALIMENTACIÓ SALUDABLES



CONEIXEMENT DEL COS I DEL COR



PRÀCTICA D'ACTIVITAT FÍSICA

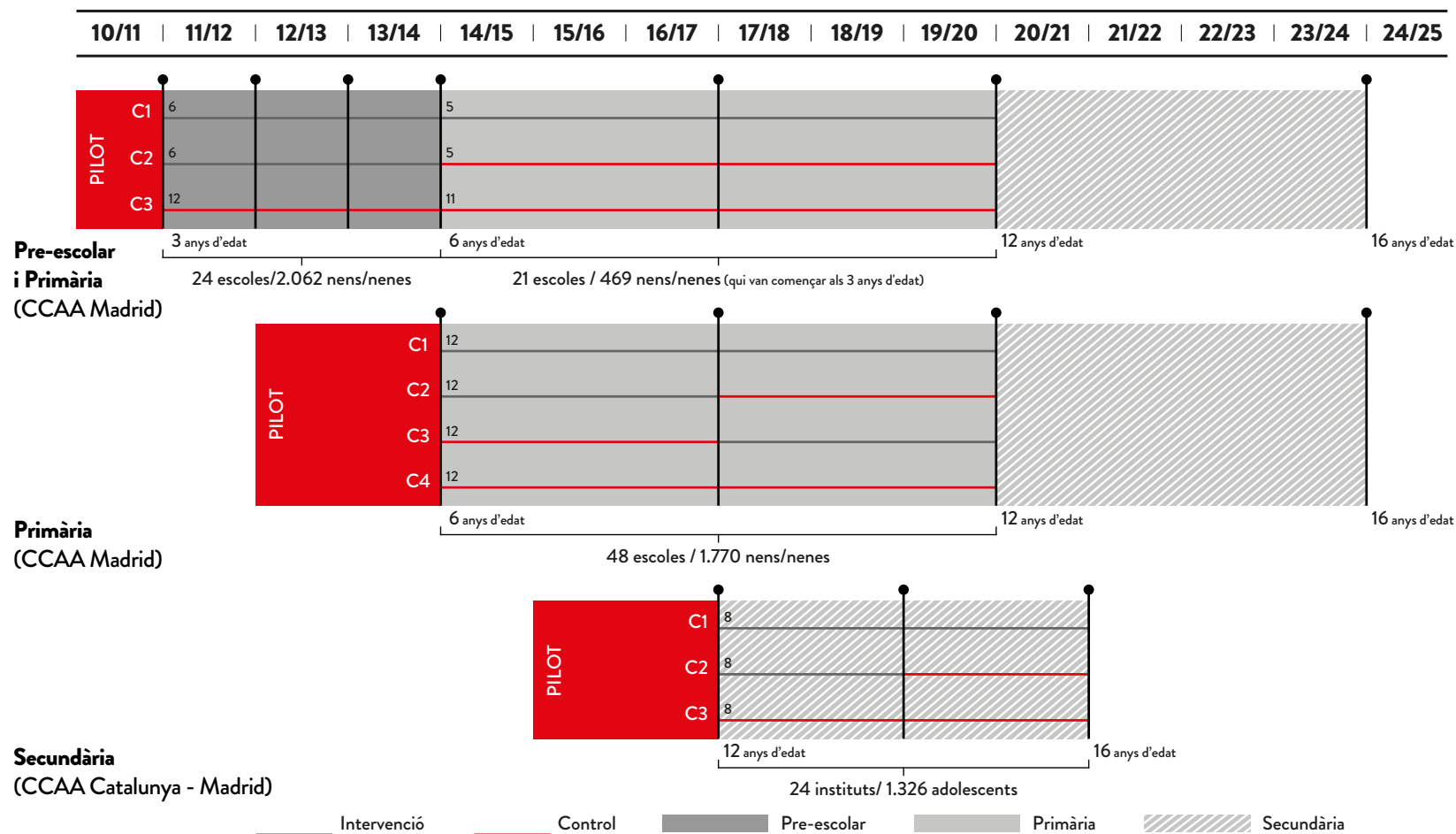


GESTIÓ D'EMOCIONS

03 PROJECTES D'INVESTIGACIÓ

- PROGRAMA SI!

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



03 PROJECTES D'INVESTIGACIÓ

- PROGRAMA SI!

EDUCACIÓ PRIMÀRIA

- Es continuen analitzant dades de l'estudi científic d'Educació Primària i preparant la publicació de resultats.

- Alguns dels centres participants en l'estudi científic continuen implementant el Programa SI! en Educació Primària i també a l'etapa d'Educació Infantil..

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.

- Durant el curs 2020-2021 s'ha realitzat la implementació a quart d'ESO als instituts del grup d'intervenció de l'estudi científic.

- Durant els mesos de febrer a juny de 2021 s'han dut a terme els mesuraments científics als instituts participants de Madrid i Catalunya.

BENEFICIARIS DEL PROGRAMA SI!

188	19.362	13.378	1.400
CENTRES	NENS/ES A INFANTIL	NENS/ES A PRIMÀRIA	NENS/ES A SECUNDÀRIA
34.140			
TOTAL NENS/ES			

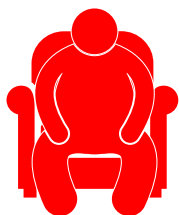
03 PROJECTES D'INVESTIGACIÓ

- 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 2021 s'han finalitzat les anàlisis de les dades recollides en valoracions prèvies i s'ha aprofundit en diversos aspectes de la intervenció del Programa Fifty-Fifty per incorporar-hi millores.

Els resultats s'han publicat l'any 2021 a 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 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 2030

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.

L'estudi científic es durà a terme a les localitats de Cardona (ciutat d'intervenció) i de Sallent (ciutat control).



COMPONENTS



SALUT
CARDIOVASCULAR
INDIVIDUAL I
COL·LECTIVA



VIDA
ACTIVA



ALIMENTACIÓ
SALUDABLE



BENESTAR
EMOCIONAL



PREVENCIÓ DE
CONSUM
DE TABAC I
ALCOHOL

03 PROJECTES D'INVESTIGACIÓ

- HEALTHY COMMUNITIES 2030



ACTIVITATS

La irrupció de la pandèmia de COVID-19 l'any 2020 va comportar l'ajornament de l'inici del projecte i l'adequació de la intervenció de manera que es poguessin dur a terme les activitats tant presencialment com en format virtual.

Gener 2021

Els esforços de l'equip es van adreçar a la revisió del projecte per fer-lo viable en una conjuntura que podia autoritzar tant la presencialitat com restringir-la. En aquest sentit, es van dissenyar els elements següents:

- Sessions virtuals interactives dirigides per tècnics de la Fundació SHE.
- Vídeos resum de les sessions.
- Càpsules audiovisuals de reforç dels continguts.
- Reptes motivacionals per dur a terme en condicions de seguretat.

Febrer de 2021 - juny de 2021

Es dissenya el pla de comunicació i es reprèn el projecte de HC2030.

Es realitza una estratificació per edats i sexes del cens de les dues poblacions per escollir els possibles participants del projecte, 1150 a Cardona i 1150 a Sallent a través del padró municipal.

Es configura l'equip de mesuraments de cada població.

Juliol - agost de 2021

Realització dels actes de presentació de l'inici del projecte: 28 de juliol a Cardona i 4 d'agost a Sallent.

Es fan reunions amb els instituts implicats per explicar el projecte i comptar amb la seva col·laboració.

Setembre - novembre de 2021

S'inicia el projecte HC 2030 amb la intervenció a Cardona i Sallent.

Els primers mesuraments es duen a terme als instituts de Cardona i de Sallent als participants de 12 a 18 anys.

Se signa el conveni de col·laboració entre la Fundació SHE i IDIAP-Jordi Gol.

Es fan sessions informatives a Cardona i a Sallent, per donar

la informació a les persones interessades.

Desembre de 2021

Finalitza la preparació de la plataforma de formació amb la intranet per als participants del projecte. Disposen de vídeos de les sessions, càpsules audiovisuals de reforç, reptes motivacionals i qüestionaris d'autoavaluació.

04 PUBLICACIONS, CONFERÈNCIES I CONGRESSOS

PUBLICACIÓ



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

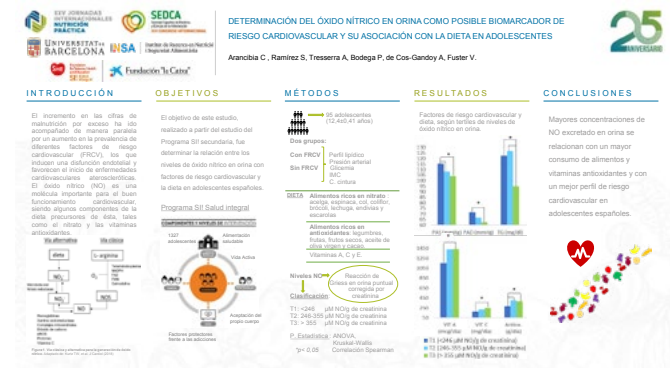
Juan Miguel Fernández-Alvira
Rodrigo Fernández-Jiménez,
Mercedes de Miguel, Gloria Santos-Beneit, Patricia Bodega, Christopher A Hill, Vanesa Carral, Carla Rodríguez, Isabel Carvajal, Xavier Orrit, Amaya de Cos - Gandoy, Marian Dal, Teresa Robledo, Valentín Fuster.

CONGRÉS

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



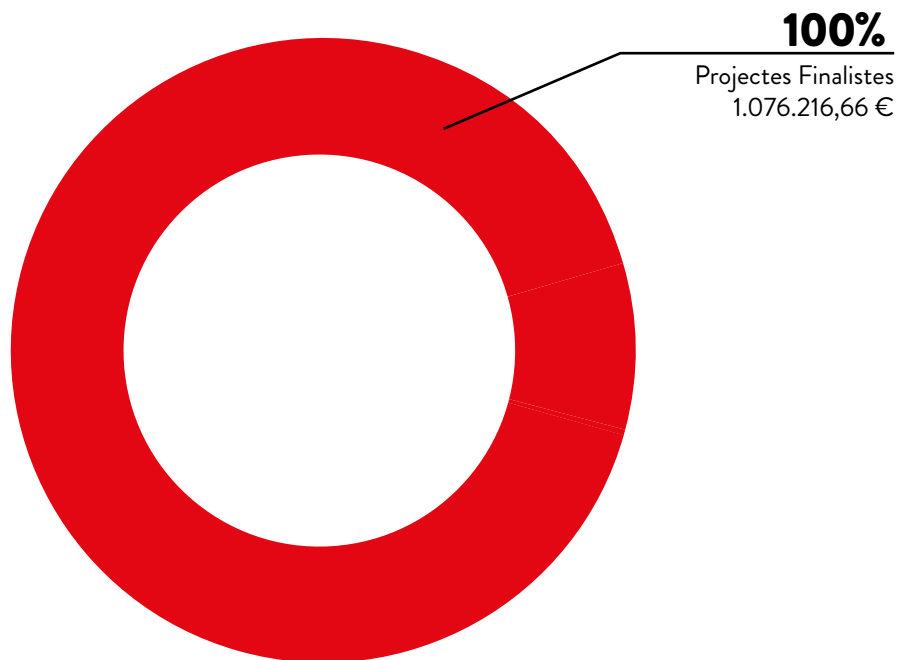
> Patrones de estilo de vida y salud cardiovascular en adolescentes del Programa SI! de Secundaria.
Bodega P, Fernández-Alvira JM, Santos-Beneit G, Moreno LA, Lamuela-Raventós RM, Fuster V.



> 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 I DESTÍ DELS RECURSOS

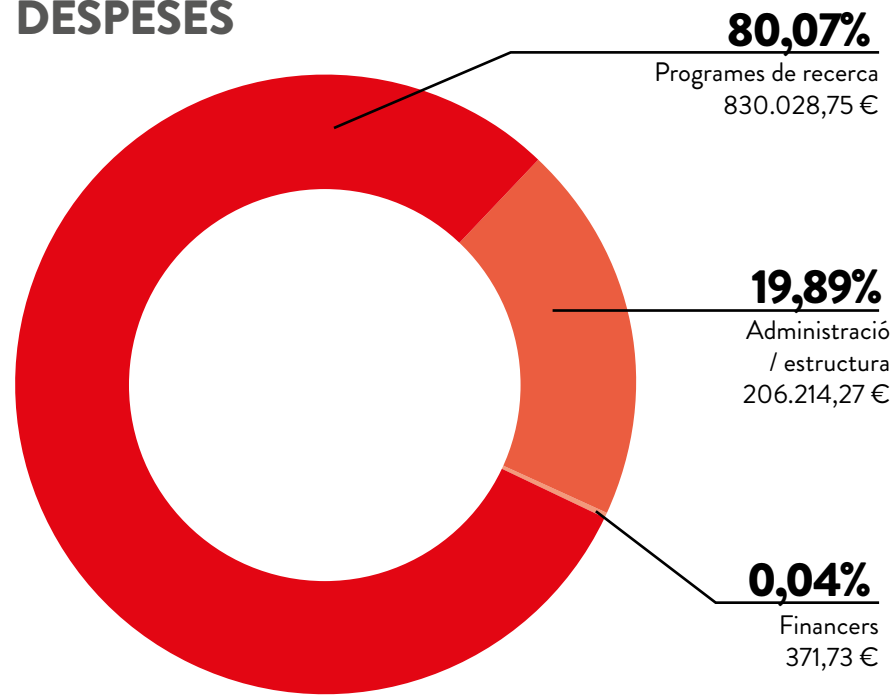
INGRESSOS



ORIGEN INGRESSOS TOTALS **1.076.216,66 €**

Projectes Finalistes	1.076.216,66 €
----------------------	----------------

DESPESES



DESTINO TOTAL GASTOS **1.036.614,75 €**

Programes de recerca	830.028,75 €
Administració/ estructura	206.214,27 €
Financers	371,73 €

06 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, 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

