

CARTA DEL PRESIDENTE

Durante un tiempo, en Estados Unidos logramos reducir la mortalidad por enfermedades cardiovasculares, una auténtica epidemia y la principal causa de muerte a nivel mundial. Sin embargo, en los últimos años esta tendencia ha comenzado a invertirse, y las proyecciones para 2050 son

alarmantes: podríamos enfrentar una situación peor que hace más de un siglo. La gráfica incluida en este informe habla por sí sola.

La experiencia nos ha enseñado que tratar la enfermedad una vez que aparece no es suficiente, por muchos avances científicos que hayamos alcanzado. El principal factor de riesgo, tanto en adultos como en niños, sigue siendo la obesidad, junto con condiciones asociadas como la diabetes y la hipertensión, derivadas de una alimentación poco saludable y la falta de actividad física. A esto se suman otros factores como el tabaquismo, el consumo de alcohol y drogas.

Sin vivimos más años gracias a los avances médicos y tecnológicos, esto implica una carga social y económica cada vez mayor. Por ello, los expertos coinciden: la única forma efectiva de afrontar esta crisis es prevenirla desde la raíz, fomentando estilos de vida saludables desde edades tempranas.

En esta línea, en 2024 hemos dado pasos decisivos en España con el avance de nuestras dos principales investigaciones: el Programa SII, actualmente en evaluación mediante un ensayo controlado aleatorizado en Madrid/Matarró y Healthy Communities, con la participación de 1.366 personas en Cardona y Sallent.

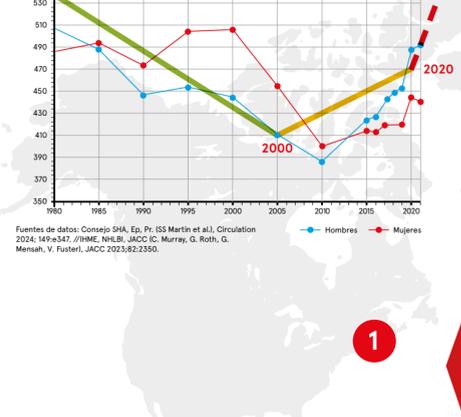
A nivel internacional, destacamos nuestras colaboraciones con: el *American College of Cardiology*, para lanzar anualmente el programa de becas "FUSTER FELLOWS", enfocado integralmente en la prevención primordial para ser trasladada a la comunidad y la *Icahn School of Medicine at Mount Sinai*, con el seguimiento de una cohorte en Harlem, diez años después del estudio inicial.

Todas estas actividades, detalladas en la infografía del informe anual 2024 que tienen en sus manos, han sido posibles gracias a la colaboración con la Fundación "la Caixa" y la Icahn School of Medicine at Mount Sinai. También ha participado la Fundación Nemesio Diez.

El informe culmina con las cuatro publicaciones científicas que ya han visto la luz, y que, me permito adelantarlas, se multiplicarán a lo largo de 2025.

Les invito a unirse a esta misión por la salud de las próximas generaciones. La educación temprana en salud es la clave para aspirar a un futuro libre de enfermedades cardiovasculares. ¡El cambio debe empezar hoy!

Valentín Fuster, MD, PhD
Presidente Fundación SHE
-Science, Health and Education-



PROYECTOS PROPIOS

1 ESTADOS UNIDOS
GDP per capita USD 89,11
Familia PSII 2015
Children PSII 2023
ACC Primordial Prevention 2024

2 MÉXICO
GDP per capita USD 12,69
Fifty-Fifty 2016
PSII Listos a Jugar Colegios 2021

3 GRANADA
GDP per capita USD 11,246
Fifty-Fifty 2008

4 COLOMBIA
GDP per capita USD 8,05
PSII Infantil 2009
PSII Primaria 2016
PSII Listos a Jugar Colegios 2022
PSII Listos a Jugar Centros de Salud 2022
ACC Primordial Prevention 2024

5 BRASIL
GDP per capita USD 9,96
PSII Listos a Jugar Colegios 2022

6 ESPAÑA
GDP per capita USD 36,19
PSII Infantil 2011
PSII Primaria 2014
PSII Secundaria 2017
PSII Reintervención Primaria 2023
Fifty-Fifty 2013
Healthy Communities Cardona 2015
Healthy Communities Cardona-Sallent 2021

PROYECTOS EN COLABORACIÓN

Programa SII
El Programa SII (Salud Integral) es una intervención educativa dirigida a niños, niñas y adolescentes de 3 a 16 años, con el objetivo de reducir los riesgos de enfermedades cardiovasculares mediante la adquisición temprana de hábitos saludables. Su diseño se basa en una sólida metodología científica, sustentada en teorías del cambio de comportamiento. El Programa SII involucra a alumnos, docentes y familias, promoviendo un enfoque comunitario de la salud, y se centra en cuatro áreas clave: alimentación saludable, actividad física, conocimiento del cuerpo y gestión emocional. Su impacto en la salud está siendo evaluado mediante ensayos controlados aleatorizados desde 2011 y se ha implementado en Madrid, Cataluña y Galicia, con resultados muy positivos en todas las Etapas Educativas (Infantil, Primaria y Secundaria) que han sido publicados en revistas de alto impacto.

2024
Se han publicado cuatro artículos en revistas científicas de alto impacto y se han presentado los resultados en 4 congresos.

2024
Durante el primer semestre de 2023-2024 se llevó a cabo el reclutamiento de centros y familias para el estudio aleatorizado del Programa SII de Reintervención así como las primeras mediciones en los centros educativos de Madrid.

2024
Se han desarrollado materiales pedagógicos específicos para los centros participantes en el nuevo estudio.

PROYECTOS EN COLABORACIÓN

Programa Healthy Communities
El Programa Healthy Communities es una intervención comunitaria en la población de Cardona, basada en evidencia científica, que pretende promover el desarrollo de estilos de vida saludables a lo largo de todas las etapas de la vida y contribuir a favorecer la calidad de vida, a mejorar los hábitos de salud y a autocontrolar los principales factores de riesgo de las enfermedades cardiovasculares. Su diseño integra componentes educativos, sanitarios y sociales, con un enfoque intersectorial y multisistémico. Se implementa en entornos comunitarios y escolares, fomentando la participación activa de toda la comunidad: estudiantes, familias, profesionales de la salud y administraciones locales. Utiliza metodologías de evaluación rigurosas para medir su impacto en la salud cardiovascular y los estilos de vida de la población mediante un ensayo aleatorizado con un municipio control (Sallent).

2024
Durante 2024 se completaron las mediciones del primer seguimiento en Cardona (700) y Sallent (666), con un total de 1.366 participantes.

2024
Los resultados individualizados fueron validados por un cardiólogo y enviados a cada participante.

2024
A lo largo del año, se depuró la base de datos, se elaboraron los primeros resultados preliminares y se inició la redacción de un artículo científico sobre el diseño y los primeros hallazgos del estudio.

2024
La intervención educativa pasó de la fase de transición a la de autonomía.

2024
El equipo local de Healthy Communities se centró en apoyar la organización de actividades mediante la creación y difusión de materiales formativos como podcasts, videos breves, etc. a través de la intranet.

PROYECTOS EN COLABORACIÓN

Mount Sinai - Programa «Healthy Habits for Life»
Colombia, Bogotá
Este estudio, desarrollado en Bogotá (Colombia) entre 2009 y 2012, evaluó un programa de intervención escolar dirigido a niños de 3 a 5 años, sus familias y profesores, con el objetivo de fomentar hábitos saludables perdurables mediante actividades lúdico-educativas centradas en nutrición, salud cardiovascular y actividad física. Participaron 1.216 niños, 928 adultos (familias y profesorado) y 120 docentes de 14 centros escolares, y se obtuvieron resultados positivos en conocimientos, actitudes y hábitos de los niños y niñas participantes. Siete años más tarde, se realizó una reintervención con 59% de los participantes iniciales (ya con edades entre 9 y 13 años), y se compararon sus resultados con un grupo de control de niños y niñas sin intervención previa, poniendo de manifiesto la necesidad de estrategias de refuerzo más tempranas para mantener los efectos de las intervenciones.

Mount Sinai - Programa «Listos a Jugar»
América Latina
Durante más de una década, Sésamo ha trabajado con el Dr. Valentín Fuster para promover la salud cardiovascular en niños y niñas de Colombia, España y Harlem (666), con un total de 1.366 participantes. Este trabajo dio lugar al programa «Listos a Jugar», lanzado en 2019 para combatir la obesidad y diabetes infantil en América Latina. El programa, que ha alcanzado a más de 11 millones de personas, incluye una serie de televisión, recursos digitales y materiales para educadores. Ha sido distribuido en varios países de América Latina, como Bolivia, Brasil, Colombia y México.

Mount Sinai - Programa «FAMILIA»
Estados Unidos, New York, Harlem
El estudio se llevó a cabo en 15 colegios de Harlem, Nueva York, e incluyó a 562 niños y niñas de 3 a 5 años y 1.000 adultos (familias y profesorado). Se obtuvieron resultados positivos tanto con el Programa SII en los niños como con la intervención en adultos que incluyó estrategias de grupos de apoyo y soporte individualizado. Además, se aplicaron técnicas de diagnóstico por imagen, así como el estudio de perfiles genéticos asociados a los estilos de vida.

Mount Sinai - Familia Reunión
Estados Unidos, New York, Harlem
FAMILIA REUNIÓN es un estudio diseñado para evaluar la eficacia de una intervención comunitaria de educación para la salud cardiovascular dirigida a adolescentes. Se evaluará el efecto potenciador de una reintervención en la adolescencia a través de una nueva estrategia del Programa SII dirigida a adolescentes de 13 a 14 años de edad, previamente expuestos al Programa SII en la etapa preescolar durante el proyecto FAMILIA. Además, se va a evaluar la progresión de la aterosclerosis en los adultos que participaron en el estudio original, y determinar si está asociada con su estilo de vida actual.

ACC FUSTER FELLOWS
Estados Unidos y América Latina
American College of Cardiology (ACC) and Mount Sinai Fuster Heart Hospital, a través de la Icahn School of Medicine at Mount Sinai, han unido fuerzas para impulsar una misión y visión común en el ámbito de la salud cardiovascular. El ACC, con más de 56,000 miembros que incluyen cardiólogos, y otros profesionales de la salud dedicados al cuidado cardiovascular, aportará no solo su amplia experiencia en formación y educación, sino también su capilaridad y profundo conocimiento del ecosistema norteamericano de salud. En este marco, se crea la cohorte de los "ACC FUSTER FELLOWS", un núcleo creciente de profesionales que, año tras año, se formarán y sensibilizarán en la prevención primordial de enfermedades cardiovasculares. Estos profesionales, comprometidos con aplicar y escalar programas educativos basados en evidencia científica, aprovecharán la vasta experiencia del Dr. Valentín Fuster en intervenciones de salud para construir, gradualmente, la infraestructura comunitaria necesaria para impactar positivamente en la salud de los jóvenes en Estados Unidos y América Latina.

CNIC - «Iniciativa Vive»
España
La iniciativa VIVE nació en 2011 en colaboración con la Fundación Pro CNIC, con el objetivo de aunar esfuerzos para mejorar la salud cardiovascular en población adulta.

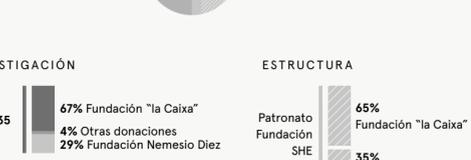
«Se destinan millones al tratamiento de la enfermedad cardiovascular, pero no suficientes en educar y promover la salud. Ambos aspectos son fundamentales para prevenir una enfermedad que ya es la primera causa de muerte en el mundo»
Dr. Valentín Fuster

FUNDACIÓN SHE EN CIFRAS - 2024

Transparencia. Origen y destino de los recursos.



Desglose financiación.



PATRONATO

Dr. Valentín Fuster de Carulla
Patrono fundador
Presidente

Sr. Antonio Vila Bertrán
Patrono de mérito, Fundación "la Caixa"
Vicepresidente

Sr. Carles Villarrubi Carrió
Patrono fundador
Vicepresidente

ADMINISTRACIÓN

Excmo. Sr. Javier Solana
de Madariaga
Patrono fundador

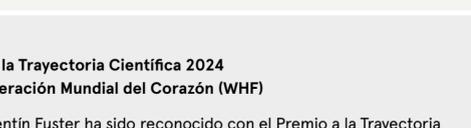
Sr. Lluís Torres Arro
Patrono fundador

Sr. Carles Peyra
Administrador General

EQUIPO

Área Pedagógica
Dirección Pedagógica
Isabel Carvajal
Equipo Pedagógico
Domingo Haro
Natàlia Montilla
Xavier Orritz
Carla Rodríguez

ESTRUCTURA



Área Científica

Dirección Científica
Gloria Santos
Equipo Científico
Patricia Bodega
Amaya de Cos
Mercedes de Miguel

Administración y finanzas

Rafael Badia
Ester Pla

Colaboradores

Comunicación
Olga Montilla
Pedagogía
Vanessa Carral

NOTICIA

Premio a la Trayectoria Científica 2024 de la Federación Mundial del Corazón (WHF)

El Dr. Valentín Fuster ha sido reconocido con el Premio a la Trayectoria Científica 2024 de la Federación Mundial del Corazón (WHF), un galardón que subraya su extraordinario impacto en la medicina cardiovascular global. Este premio reconoce no solo su prolífica labor científica, sino también su liderazgo internacional a lo largo de más de cuatro décadas, combinando de manera ejemplar la investigación de vanguardia, la práctica clínica de excelencia, y un compromiso incansable con la prevención y promoción de la salud cardiovascular. Este galardón reafirma su posición como uno de los cardiólogos más influyentes del mundo y un verdadero embajador de la salud cardiovascular global.

PUBLICACIONES

- Martínez-Gómez J, de Cos-Gandoy A, Fernández-Alvira JM et al. Cardiovascular health trajectories in adolescence and their association with sociodemographic variables and cardiometabolic outcomes in Spain. *J Adolesc Health*. 2024;74(5):1039-1048.
- Laveriano-Santos EP, Castro-Barquero S, Arancibia-Riveros C et al. Dietary (poly)phenol intake is associated with cardiometabolic health parameters in adolescents. *Food Sci Hum Wellness* 2024;13.
- Santos-Beneit G, Bodega P, de Cos-Gandoy A et al. Effect of Time-Varying Exposure to School-Based Health Promotion on Adiposity in Childhood. *J Am Coll Cardiol*. 2024 Aug 6;84(16):499-508.
- Arancibia-Riveros C, Dominguez-López I, Laveriano-Santos EP et al. Unlocking the power of polyphenols: A promising biomarker of improved metabolic health and anti-inflammatory diet in adolescents. *Clin Nutr*. 2024 Aug;43(8):1865-1871. doi: 10.1016/j.clnu.2024.06.023. Epub 2024 Jun 25. PMID: 38964203.
- Ramírez-Garza SL, Emily P. Laveriano-Santos, Juan J. Moreno et al. Metabolic syndrome, adiposity, diet, and emotional eating are associated with oxidative stress in adolescents. *Front Nutr*. 2023. Sep 12;10:1216445.
- Bodega P, Santos-Beneit G, de Cos-Gandoy A et al. Clustering of lifestyle behaviors and adiposity in early adolescents in Spain: findings from the SII Program for Secondary Schools. *BMC Public Health* 2023; 23(1): 1535.
- Santos-Beneit G, Fernández-Alvira JM, Tresserra-Rimbau A et al. School-Based Cardiovascular Health Promotion in Adolescents: A Cluster Randomized Trial. *JAMA Cardiol* 2023;8(9):816-824.
- de Cos-Gandoy A, Santos-Beneit G, Bodega P et al. Impact of Socioeconomic Background on Cardiovascular Health Promotion in Early Childhood. *J Am Coll Cardiol*. 2023;82(13):1377-1379.
- Real C, Párraga R, Pizarro G et al. Magnetic resonance imaging reference values for cardiac morphology, function and tissue composition in adolescents. *Eclinicalmedicine* 2023; 5(7):101855.
- Martínez-Gómez J, Fernández-Alvira JM, de Cos-Gandoy A et al. Sleep duration and its association with adiposity markers in adolescence: a cross-sectional and longitudinal study. *Eur J Prev Cardiol* 2023;30(12):1236-1244.
- Bodega P, de Cos-Gandoy A, Fernández-Alvira JM, Fernández-Jiménez R, Moreno LA, Santos-Beneit G. Body image and dietary habits in adolescents: a systematic review. *Nutr Rev* 2023.
- Santos-Beneit G, Fernández-Jiménez R, de Cos-Gandoy A et al. Performance of Control Groups in Early Childhood Health Promotion Trials: Insights From the SII Program. *J Am Coll Cardiol* 2022;80:649-650.
- Iglesies-Grau J, Fernández-Jiménez R, Díaz-Munoz R et al. Subclinical Atherosclerosis in Young Socioeconomically Vulnerable Hispanic and Non-Hispanic Black Adults. *J Am Coll Cardiol* 2022;80:219-229.
- Santos-Beneit G, Fernández-Jiménez R, de Cos-Gandoy A et al. Lessons Learned From 10 Years of Preschool Intervention for Health Promotion: JACC State-of-the-Art Review. *J Am Coll Cardiol* 2022;79:283-298.
- Fernández-Jiménez R, Santos-Beneit G, de Cos-Gandoy A et al. Prevalence and correlates of cardiovascular health among early adolescents enrolled in the SII Program in Spain: a cross-sectional analysis. *Eur J Prev Cardiol* 2022;29:e7-e10.
- Laveriano-Santos EP, Arancibia-Riveros C, Parilli-Moser I et al. Total urinary polyphenols and ideal cardiovascular health metrics in Spanish adolescents enrolled in the SII Program: a cross-sectional study. *Sci Rep* 2022;12:15468.
- Ramírez-Garza SL, Laveriano-Santos EP, Arancibia-Riveros C et al. Urinary Nitric Oxide Levels Are Associated with Blood Pressure, Fruit and Vegetable Intake and Total Polyphenol Excretion in Adolescents from the SII Program. *Antioxidants (Basel)* 2022;11.
- Laveriano-Santos EP, Marhuenda-Muñoz M, Vallverdú-Queralt A et al. Identification and Quantification of Urinary Microbial Phenolic Metabolites by HPLC-ESI-LTQ-Orbitrap-HRMS and Their Relationship with Dietary Polyphenols in Adolescents. *Antioxidants (Basel)* 2022;11.
- Laveriano-Santos EP, Quílez-Rada P, Marhuenda-Muñoz M et al. Microbial Phenolic Metabolites in Urine Are Inversely Linked to Certain Features of Metabolic Syndrome in Spanish Adolescents. *Antioxidants (Basel)* 2022;11.
- ESC Preventive Cardiology 2024. 04-2024. Atenas, Grecia.
- Póster: Adherence to a obesogenic dietary pattern and adiposity during adolescence. Martínez-Gómez J et al.
- Póster: Socioeconomic determinants of the adherence to an obesogenic dietary pattern during adolescence. Martínez-Gómez J et al.
- XIV Congreso Internacional Dieta Mediterránea. 03-2024. Barcelona, España.
Póster: Unlocking the Power of Polyphenols: A Promising Biomarker of Anti-Inflammatory Diet in Adolescents. Arancibia-Riveros C et al.

NUEVO LIBRO
Siempre Adelante
El Dr. Valentín Fuster acaba de presentar su nuevo libro, "Siempre adelante", en el que comparte sus aprendizajes vitales y su trascendental investigación sobre las causas del infarto, que revolucionó la salud cardiovascular mundial. A través de un relato sincero y emotivo, narra sus éxitos, tropiezos y derrotas, así como sus experiencias más personales, con la esperanza de inspirar a los jóvenes en su camino profesional y vital.

