

Nota de prensa

El Dr. Valentín Fuster resalta la importancia de la educación en la prevención de enfermedades cardiovasculares en la celebración del 10 aniversario de la Fundación SHE

- El evento ha contado con la asistencia de Maria Eugenia Gay, delegada del Gobierno en Cataluña; Josep Maria Argimon, *conseller* de Salud de la Generalitat de Cataluña; Jaume Collboni, 1º teniente de alcalde del Ayuntamiento de Barcelona; y Antonio Vila Bertrán, director general de la Fundación "la Caixa"
- La Fundación SHE, que cuenta con el apoyo de la Fundación "la Caixa", lleva diez años investigando para generar y validar hipótesis científicas para educar en hábitos saludables en la sociedad, especialmente en la infancia, y poder actuar sobre variables que afectan a la salud cardiovascular, cuyas enfermedades son la primera causa de muerte en el mundo

Barcelona, 30 de septiembre de 2022. Coincidiendo con el Día Mundial del Corazón, la Fundación Science, Health & Education (SHE), que cuenta con el apoyo de la Fundación "la Caixa", organizó ayer en el Museo de la Ciencia CosmoCaixa un acto institucional de celebración de su 10 aniversario, en el que el Dr. Valentín Fuster, presidente de la Fundación SHE, y Josep Corbella, periodista especializado en ciencia y salud, dialogarán sobre la labor de la Fundación SHE durante sus 10 años de trayectoria, las actividades desarrolladas este año para conmemorar la efeméride y los objetivos futuros.

El evento contó con la presencia de Maria Eugenia Gay, delegada del Gobierno en Cataluña; Josep Maria Argimon, *conseller* de Salud de la Generalitat de Cataluña; Jaume Collboni, 1º teniente de alcalde del Ayuntamiento de Barcelona; y Antoni Vila Bertrán, director general de la Fundación "la Caixa".

10
ANIVERSARIO



Foundation
for Science, Health
and Education



Fundación "la Caixa"

Nota de prensa

En su intervención, el Dr. Fuster destacó la relevancia de la Fundación SHE en la difusión y promoción de los hábitos saludables, especialmente entre niños y jóvenes, que atenúen en el futuro los riesgos modificables de afecciones cardiovasculares. Según indicará, es mejor concienciar a las nuevas generaciones, ya que lo que se aprende de pequeño puede durar toda la vida especialmente si se va recordando periódicamente las ideas fundamentales. Esta situación se ha comprobado en casi todas las edades y territorios en los que se han desarrollado intervenciones similares: Nueva York, América Latina y España. De hecho, en el caso de los adultos esta intervención es más complicada por la dificultad de que cambien de hábitos, si no es, como han demostrado los estudios de la Fundación SHE, que cuenten con el apoyo de un grupo de ayuda y un recordatorio frecuente de los mensajes clave.

El Dr. Fuster explicó también la importancia del ambiente escolar, la familia y la comunidad para difundir y consolidar los hábitos de salud.

Resultados del Programa SI!

Estos aprendizajes se desprenden sobre todo de la implementación en las escuelas, adaptado a cada nivel formativo, del Programa SI! (Salud Integral), programa que lleva a cabo la Fundación SHE, desarrollado por expertos, y aplicado por docentes previamente formados. Algunas de las principales conclusiones extraídas hasta ahora son:

- Es importante realizar la promoción de la salud desde la primera infancia, porque la salud cardiovascular empeora ya desde la adolescencia y hay hábitos relacionados con la alimentación y la actividad física que son fundamentales.
- Se debe trabajar desde una dimensión multidisciplinar, con la participación de entidades locales educativas y científicas para adaptar el programa al contexto en el que se implementa.
- El papel del profesorado es esencial, por eso se les forma específicamente, para que puedan explicar correctamente los mensajes de la promoción de la salud.

10
ANIVERSARIO



Foundation
for Science, Health
and Education



Fundación "la Caixa"

Nota de prensa

- El entorno de niños y adolescentes, representado en la escuela y las familias, tiene una gran influencia tanto en lo relativo a la salud cardiovascular como en el efecto de las acciones de promoción de la salud, por eso es necesario actuar en las escuelas y conseguir la complicidad de las familias.
- Existe una relación entre el contexto socioeconómico de las familias y la salud de los niños y adolescentes, ya que en las más desfavorecidas suele existir un menor impacto de estos programas.
- La apuesta por el refuerzo periódico de los conocimientos adquiridos es vital para asegurar la persistencia de hábitos de salud y, por tanto, para generar una sociedad futura más sana.

En este sentido, una de las actividades que se ha organizado para celebrar el aniversario de la Fundación SHE ha sido un concurso escolar entre los alumnos para, justamente, consolidar los conocimientos adquiridos con el Programa SI! De esta forma, los niños han podido repasar y fortalecer los hábitos saludables.

Igualmente, el Dr. Fuster comentó el éxito del otro gran evento de este año de celebración: la jornada lúdica organizada en el Planetario de Madrid el pasado mes de junio para otorgar los premios del concurso. En ese encuentro cientos de niños pudieron experimentar, con su familia, diferentes talleres y actividades que sirvieron para fijar los conocimientos sobre una vida saludable.

Refuerzo de grupo en adultos

Otro programa primordial que ha trabajado la Fundación SHE durante estos años es el Programa Fifty-Fifty, enfocado a adultos. Algunos de los principales descubrimientos han sido:

- El apoyo colectivo a través de reuniones periódicas entre iguales después de recibir formación para fomentar hábitos de vida saludables es muy eficaz para mantenerlos en el tiempo.
- Reforzar los mensajes en estos encuentros para que los buenos hábitos persistan.

Nota de prensa

Programa *Healthy Communities*

Por su parte, el proyecto *Healthy Communities* ofrece programas de promoción de la salud a varios niveles de una población para comprobar cómo impacta en la salud cardiovascular de la comunidad. Así, durante estos años se ha comprobado que:

- Adaptar el mensaje y la estrategia de implementación y difusión en cada segmento de edad es esencial.
- La vinculación de entidades locales facilita la acogida de los programas por parte de la población.

Así, actualmente la Fundación SHE está llevando a cabo un estudio, que se está desarrollando en Cardona y Sallent con 2.300 voluntarios, a los que se están tomando mediciones médicas como la tensión, el peso o el índice de masa corporal. Con estos datos se formará un grupo de estudio y otro servirá como control para ver cómo la modificación de los hábitos incide en la salud de la comunidad con el paso de los años. Este estudio durará hasta 2030 y si los resultados confirman la hipótesis de que la intervención -que también incluye la modificación urbanística (creación de rutas saludables, espacios de vida activa, parques urbanos de salud...)- en una comunidad impacta de forma positiva en los hábitos de vida de su ciudadanía, consiguiendo así la mejora de la salud y de la calidad de vida y la reducción del riesgo de padecer enfermedades cardiovasculares, convertirá estas poblaciones y el análisis realizado en un referente médico-científico mundial.

Impacto de estos 10 años

A lo largo de estos 10 años, la Fundación SHE ha desarrollado diferentes actividades y proyectos que han sido exitosos. Así, más de 37.000 alumnos han participado en su programa educativo, más de 2.000 docentes han recibido la formación pedagógica para explicar adecuadamente los contenidos de los programas de la Fundación, hasta 235 centros han aplicado este proyecto, se han participado en 34 congresos y encuentros científicos y se ha publicado una veintena artículos en revistas científicas de alto impacto.

10
ANIVERSARIO



Foundation
for Science, Health
and Education



Fundación "la Caixa"

Nota de prensa

Además, la Fundación SHE llegó a un acuerdo con Sesame Workshop para que su serie más conocida, 'Barrio Sésamo', difundiera la importancia de una vida sana entre los más pequeños. Incluso se creó un personaje especial, el Dr. Ruster, inspirado en el propio Dr. Fuster, para hacer más cercana la figura del médico a los niños y ayudar a divulgar los hábitos saludables.

De esta manera, la Fundación SHE se ha convertido en un referente en el ámbito formativo y científico. Ahora se le abren nuevos horizontes con nuevos proyectos y estudios que deben servir para aportar más conocimiento a la ciencia y la medicina y contribuir así a crear una mejor sociedad futura, y más sana.

Sobre la Fundación SHE

La Fundación SHE (*Science, Health & Education*), con el apoyo de la Fundación "la Caixa", es una fundación sin ánimo de lucro presidida por el Dr. Valentín Fuster, que, basándose en la investigación básica y clínica (*science*), tiene el objetivo de promover hábitos saludables (*health*) mediante la comunicación y la educación (*education*) en la población. Con este propósito, la Fundación pone todo su empeño en la investigación en educación para transmitir hábitos saludables desde la infancia, con el fin de promover un mundo donde menores, jóvenes, adultos y comunidades tengan capacidad de actuar positivamente para su salud. La reducción de riesgos en la sociedad también disminuye el impacto de enfermedades cardiovasculares.

En 2017, la Fundación "la Caixa" se incorporó al patronato de la Fundación SHE para dar continuidad a su labor investigadora.

Para más información:

Prensa de la Fundación SHE:

David Jané: djane@fundacionshe.org / 609 83 90 81

Maria Pérez: mariaperez@solsonacomunicacion.com / 659 22 11 78

10
ANIVERSARIO



Foundation
for Science, Health
and Education



Fundación "la Caixa"

Nota de prensa

Prensa de la Fundación "la Caixa":

Andrea Pelayo: apelayo@fundaciolacaixa.org / 618 126 685

Para más información

Accede a la web de la Fundación SHE:

<https://fundacionshe.org/>