

Nota de premsa

## **El Dr. Valentí Fuster ressaltava la importància de l'educació en la prevenció de malalties cardiovasculars en la celebració del 10è aniversari de la Fundació SHE**

- L'esdeveniment ha comptat amb l'assistència de Maria Eugènia Gay, delegada del Govern a Catalunya; Josep Maria Argimon, conseller de Salut de la Generalitat de Catalunya; Jaume Collboni, 1r tinent d'alcalde de l'Ajuntament de Barcelona; i Antoni Vila Bertrán, director general de la Fundació "la Caixa"
- La Fundació SHE, que compta amb el suport de la Fundació "la Caixa", porta deu anys investigant per generar i validar hipòtesis científiques per educar en hàbits saludables la societat, especialment la infància, i poder actuar sobre variables que afecten la salut cardiovascular, les malalties de les quals són la primera causa de mort al món

**Barcelona, 30 de setembre de 2022.** Coincidint amb el Dia Mundial del Cor, la Fundació Science, Health & Education (SHE), que compta amb el suport de la Fundació "la Caixa", va organitzar ahir al Museu de la Ciència CosmoCaixa un acte institucional de celebració del seu 10è aniversari, en què el Dr. Valentí Fuster, president de la Fundació SHE, i Josep Corbella, periodista especialitzat en ciència i salut, van dialogar sobre la tasca de la Fundació SHE durant els seus 10 anys de trajectòria, les activitats desenvolupades enguany per commemorar l'efemèride i els objectius futurs.

L'esdeveniment va comptar amb la presència de Maria Eugènia Gay, delegada del Govern a Catalunya; Josep Maria Argimon, conseller de Salut de la Generalitat de Catalunya; Jaume Collboni, 1r tinent d'alcalde de l'Ajuntament de Barcelona; i Antoni Vila Bertrán, director general de la Fundació "la Caixa".

En la seva intervenció, el Dr. Fuster va destacar la rellevància de la Fundació SHE en la difusió i promoció dels hàbits saludables, especialment entre nens i joves, que atenuïn en el futur els riscos modificables d'afeccions cardiovasculars. Segons indicarà, és millor conscienciar les noves generacions, ja que allò que s'aprèn de petit pot durar tota la vida

---

## Nota de premsa

especialment si es va recordant periòdicament les idees fonamentals. Aquesta situació s'ha comprovat en gairebé totes les edats i territoris on s'han desenvolupat intervencions similars: Nova York, Amèrica Llatina i Espanya. De fet, en el cas dels adults aquesta intervenció és més complicada per la dificultat que canviïn d'hàbits, si no és, com han demostrat els estudis de la Fundació SHE, que comptin amb el suport d'un grup d'ajuda i un recordatori freqüent dels missatges clau.

El Dr. Fuster va explicar també la importància de l'ambient escolar, la família i la comunitat per difondre i consolidar els hàbits de salut.

### **Resultats del Programa SI!**

Aquests aprenentatges es desprenen sobretot de la implementació a les escoles, adaptat a cada nivell formatiu, del Programa SI! (Salut Integral), programa que duu a terme la Fundació SHE, desenvolupat per experts, i aplicat per docents prèviament formats. Algunes de les principals conclusions extretes fins ara són:

- És important fer la promoció de la salut des de la primera infància, perquè la salut cardiovascular empitjora ja des de l'adolescència i hi ha hàbits relacionats amb l'alimentació i l'activitat física que són fonamentals.
- S'ha de treballar des d'una dimensió multidisciplinària, amb la participació d'entitats locals educatives i científiques per adaptar el programa al context on s'implementa.
- El paper del professorat és essencial, per això se'ls forma específicament, perquè puguin explicar correctament els missatges de la promoció de la salut.
- L'entorn de nens i adolescents, representat en l'escola i les famílies, té una gran influència tant en allò relatiu a la salut cardiovascular com en l'efecte de les accions de promoció de la salut, per això cal actuar a les escoles i aconseguir la complicitat de les famílies.
- Hi ha una relació entre el context socioeconòmic de les famílies i la salut dels nens i adolescents, ja que en les més desfavorides sol existir un menor impacte d'aquests programes.

---

## Nota de premsa

- L'aposta pel reforç periòdic dels coneixements adquirits és vital per assegurar la persistència d'hàbits de salut i, per tant, per generar una societat futura més sana.

En aquest sentit, una de les activitats que s'ha organitzat per celebrar l'aniversari de la Fundació SHE ha sigut un concurs escolar entre els alumnes per, justament, consolidar els coneixements adquirits amb el Programa SI!. D'aquesta manera, els nens han pogut repassar i enfortir els hàbits saludables.

Igualment, el Dr. Fuster va comentar l'èxit de l'altre gran esdeveniment d'aquest any de celebració: la jornada lúdica organitzada al Planetario de Madrid el passat mes de juny per atorgar els premis del concurs. En aquella trobada centenars de nens van poder experimentar, amb la seva família, diversos tallers i activitats que van servir per fixar els coneixements sobre una vida saludable.

### **Reforç de grup en adults**

Un altre programa cabdal que ha treballat la Fundació SHE durant aquests anys és el Programa Fifty-Fifty, enfocat a adults. Algunes de les principals descobertes han sigut:

- El suport col·lectiu a través de reunions periòdiques entre iguals després de rebre formació per fomentar hàbits de vida saludables és molt eficaç per mantenir-los en el temps.
- S'ha de reforçar els missatges en aquestes trobades perquè els bons hàbits persisteixin.

### **Programa *Healthy Communities***

De la seva banda, el projecte *Healthy Communities* ofereix programes de promoció de la salut a diversos nivells d'una població per comprovar com impacta en la salut cardiovascular de la comunitat. Així, durant aquests anys s'ha comprovat que:

- Adaptar el missatge i l'estratègia d'implementació i difusió a cada segment d'edat és essencial.

---

## Nota de premsa

- La vinculació d'entitats locals facilita l'acollida dels programes per part de la població.

Així, actualment la Fundació SHE està duent a terme un estudi, que s'està desenvolupant a Cardona i Sallent amb 2.300 voluntaris, a qui se'ls està prenent mesuraments mèdics com ara la tensió, el pes o l'índex de massa corporal. Amb aquestes dades es formarà un grup d'estudi i un altre servirà com a control per veure com la modificació dels hàbits incideix en la salut de la comunitat amb el pas dels anys. Aquest estudi durarà fins el 2030 i si els resultats confirmen la hipòtesi que la intervenció – que també inclou la modificació urbanística (creació de rutes saludables, espais de vida activa, parcs urbans de salut...) - en una comunitat impacta de manera positiva en els hàbits de vida de la seva ciutadania, aconseguint, així, la millora de la salut i de la qualitat de vida i la reducció del risc de patir malalties cardiovasculars, convertirà aquestes poblacions i l'anàlisi realitzat en un referent medico-científic mundial.

### **Impacte d'aquests 10 anys**

Al llarg d'aquests 10 anys, la Fundació SHE ha desenvolupat diverses activitats i projectes que han sigut reeixits. Així, més de 37.000 alumnes han participat al seu programa educatiu, més de 2.000 docents han rebut la formació pedagògica per explicar adequadament els continguts dels programes de la Fundació, fins a 235 centres han aplicat aquest projecte, s'ha participat a 34 congressos i trobades científiques i s'ha publicat una vintena d'articles a revistes científiques d'alt impacte.

A més a més, la Fundació SHE va arribar a un acord amb Sesame Workshop perquè la seva sèrie més coneguda, 'Barri Sèsam', difongués la importància d'una vida sana entre els més petits. Fins i tot es va crear un personatge especial, el Dr. Ruster, inspirat en el propi Dr. Fuster, per fer més propera la figura del metge als nens i per ajudar a divulgar els hàbits saludables.

D'aquesta manera, la Fundació SHE ha esdevingut un referent en l'àmbit formatiu i científic. Ara se li obren nous horitzons amb nous projectes i estudis que han de servir

## Nota de premsa

per aportar més coneixement a la ciència i la medicina i contribuir així a crear una millor societat futura, i més sana.

### **Sobre la Fundació SHE**

La Fundació SHE (*Science, Health & Education*), amb el suport de la Fundació "la Caixa", és una fundació sense ànim de lucre presidida pel Dr. Valentí Fuster, que, basant-se en la recerca bàsica i clínica (*science*), té l'objectiu de promoure hàbits saludables (*health*) mitjançant la comunicació i l'educació (*education*) en la població. Amb aquest propòsit, la Fundació posa tot la seva obstinació en la recerca en educació per transmetre hàbits saludables des de la infància, amb la finalitat de promoure un món on menors, joves, adults i comunitats tinguin capacitat d'actuar positivament per a la seva salut. La reducció de riscos en la societat també disminueix l'impacte de les malalties cardiovasculars.

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

### **Per a més informació:**

#### **Premsa de la Fundació SHE:**

David Jané: [djane@fundacionshe.org](mailto:djane@fundacionshe.org) / 609 83 90 81

Maria Pérez: [mariaperez@solsonacomunicacion.com](mailto:mariaperez@solsonacomunicacion.com) / 659 22 11 78

#### **Premsa de la Fundació "la Caixa":**

Andrea Pelayo: [apelayo@fundaciolacaixa.org](mailto:apelayo@fundaciolacaixa.org) / 618 126 685

### **Per a més informació**

#### **Accedeix a la web de la Fundació SHE:**

<https://fundacionshe.org/>