



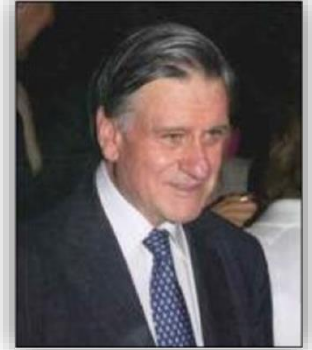
**Programa
de Salut
Integral**

Programa SI! Educació Secundària

Marc general Programa SI! La Fundació SHE i la salut cardiovascular

Què passaria si la societat fos capaç de modificar les seves rutines actuals i adquirir hàbits saludables?

Podem aspirar a un món on els nens, joves i adults tinguin la capacitat d'actuar positivament respecte a la seva salut?



Dr. Valentin Fuster



Science **H**ealth **E**ducation

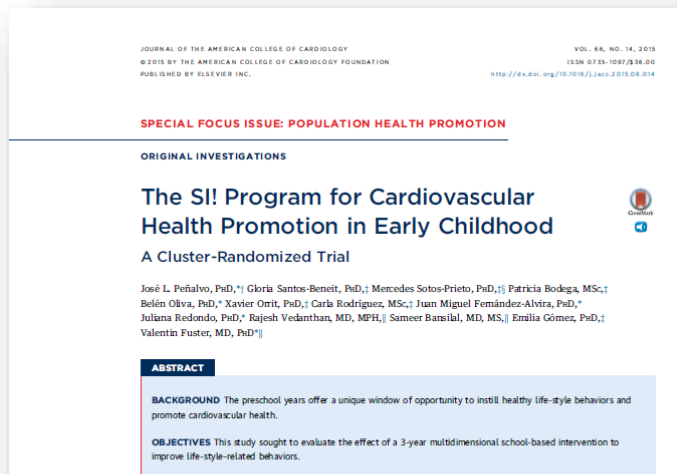
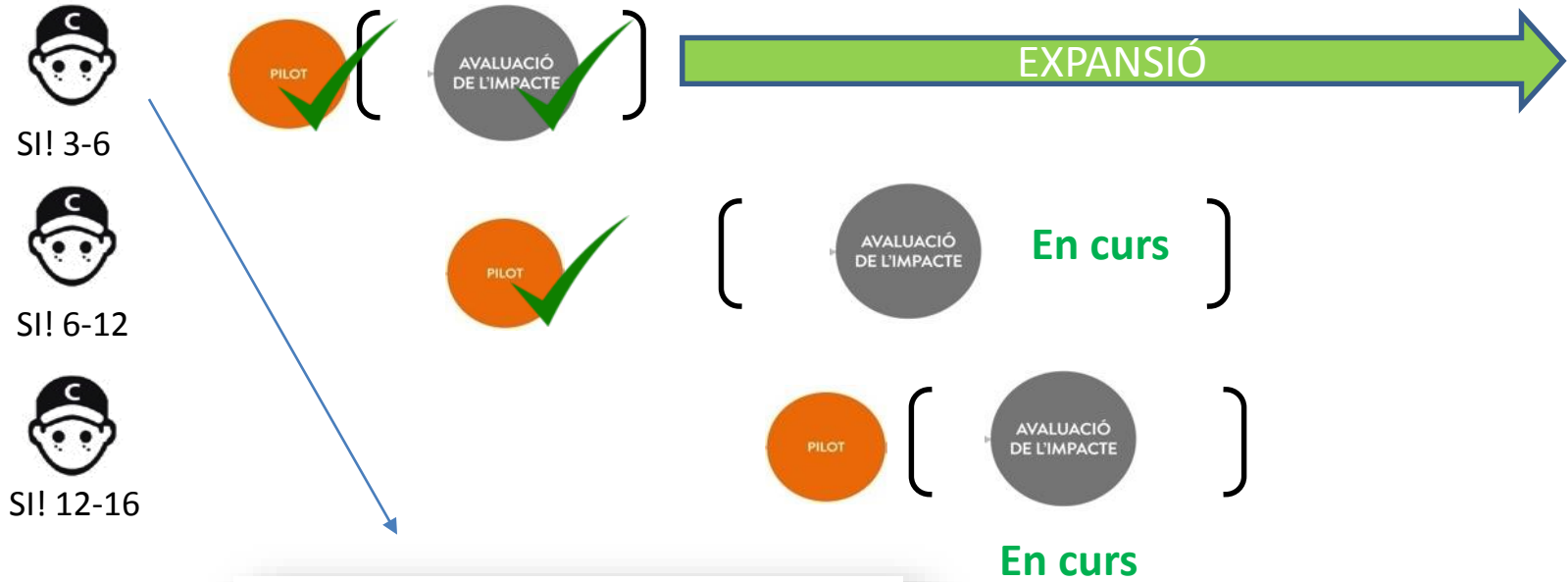
Una fundació sense ànim de lucre que, basant-se en la recerca bàsica i clínica (Science), té l'objectiu de promoure els hàbits saludables (Health) mitjançant la comunicació i l'educació (Education) a la població.

Dediquem els nostres esforços a crear un marc de referència del que significa i comporta una educació que incideixi en l'adquisició d'hàbits saludables des de la infància.

Antecedents

Programa SI! Per Etapes Educatives

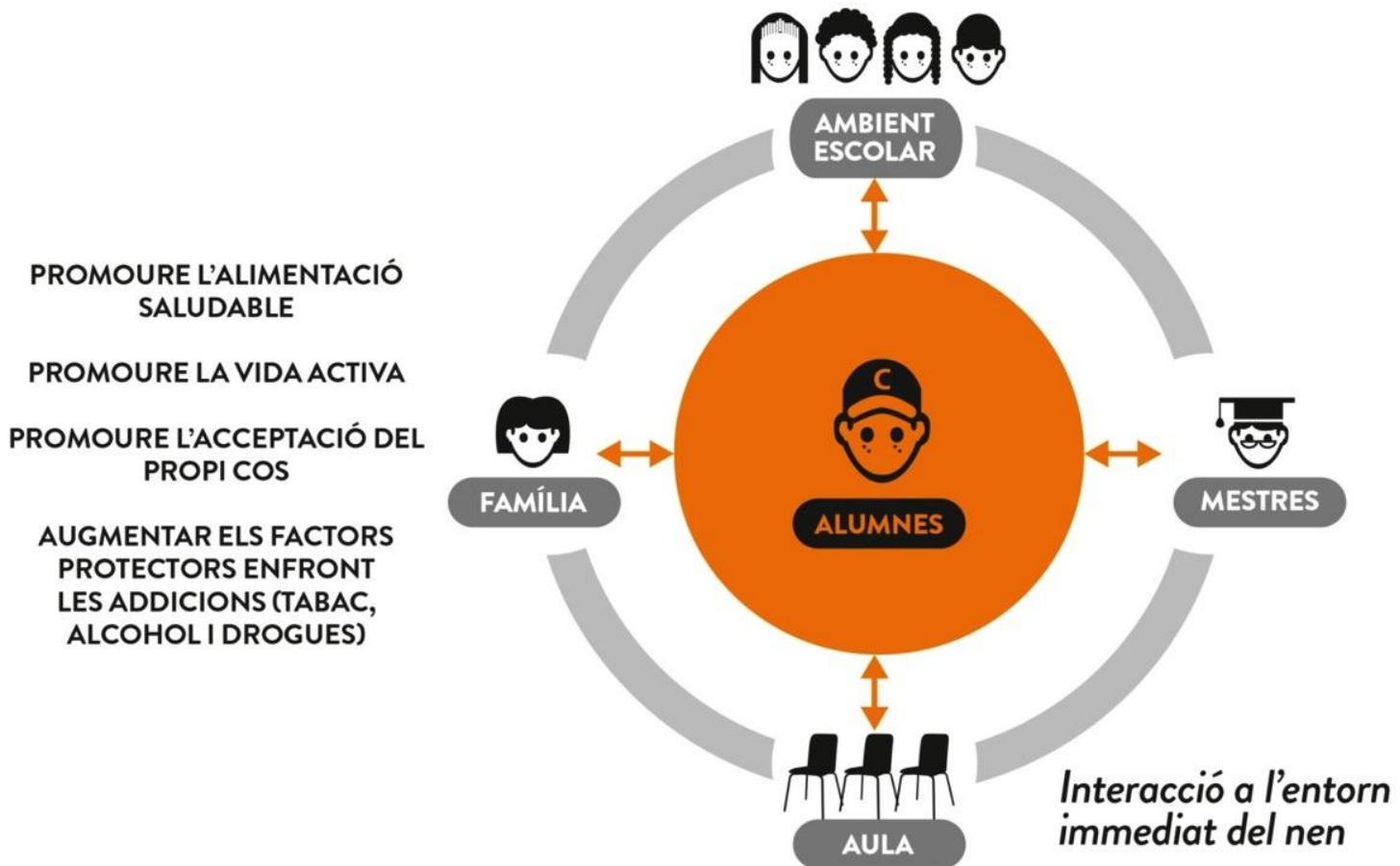
10/11	11/12	12/13	13/14	14/15	15/16	16/17	17/18	18/19	19/20	20/21	21/22	22/23	23/24	24/25
-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------



Disseny de la intervenció

Intervenció pedagògica

COMPONENTS I NIVELLS D'INTERVENCIÓ



Mesuraments a l'institut

Mesures

QÜESTIONARIS

- General (online)
 - Dieta
 - Activitat física
 - Emocions
 - Substàncies addictives
 - Preguntes pròpies de la intervenció



- 2 Questionaris de freqüència de consum d'aliments
 - Curt (online)
 - Llarg (a casa)

ANTROPOMETRIA

Perímetre de la cintura



Pes

Percentatge de greix corporal



Talla

Pressió arterial



Acceleròmetres

- Registre la quantitat i intensitat d' activitat física realitzada durant **7 dies**.
- **Plantilla que complementa** la informació recollida per l'acceleròmetre durant el temps que no el porten posat.



Bioquímica

- A partir d'una gota de sang (en dejú) extreta a través d'un capil·lar s'obtindran els nivells de glucosa, colesterol i triglicèrids del participant.



Saliva i Orina

- A partir d'una mostra de saliva i d'orina es determinaran certs compostos nutricionals procedents de la ingesta.



- **Estudi de la composició corporal** ràpid, precís i exacte que permet conèixer la distribució del greix corporal.
- Es realitza a l'IDIBAPS (Institut d'Investigació Biomèdica August Pi i Sunyer) – Hospital Clínic
- Té una durada de 20-30min.
- Només es realitza en el 50% dels alumnes, i només en aquells que hagin donat autorització expressa dins el CI.
- **Se'ls trucarà per telèfon** des de l'hospital per concertar una cita fora de l'horari escolar.



Consentiments informats

Aplicació educativa on-line i mesures



Consentiment Informat
Versió 18-07-2017



FULL DE CONSENTIMENT INFORMAT-PROGRAMA SI! SECUNDÀRIA

TÍTOL DEL PROJECTE: Intervenció educativa en escolars per fer front a l'obesitat i promoure la salut cardiovascular en adolescents espanyols: un assaig controlat i aleatoritzat per grups.

Centres participants: Universitat de Barcelona (UB), Centro Nacional de Investigaciones Cardiovasculares Carlos III (CNIC), Foundation for Science Health and Education (Fundació SHE).

Investigadors principals: Dra. Rosa M. Lameula, Dr. Juan M. Fernández-Alvira, Dra. Gloria Santos-Benett

Jo (nom i cognoms)

autoritzo el/la meu/va fill/a (nom i cognoms)

de l'institut..... curs/grup..... a participar en l'estudi.

- He llegit el full informatiu que acompanya aquest consentiment.
- He pogut fer preguntes sobre l'estudi.
- He rebut suficient informació sobre l'estudi.
- He estat informat/ada que les dades personals recollides en aquest estudi es tractaran de forma estrictament confidencial, segons la Llei orgànica 15/1999 de Protecció de dades personals i la seva normativa de desenvolupament.
- He estat informat/ada que les dades obtingudes només es faran servir per a la finalitat específica d'aquest estudi.

Comprenc que la participació del/da meu/va fill/a i de la seva família és voluntària. Comprenc que tant el/la meu/va fill/a com la seva família poden abandonar l'estudi quan vulguin sense haver de donar explicacions. A més a més, m'han facilitat les dades de contacte dels investigadors de l'estudi per tal de poder solucionar qualsevol dubte que pogués sorgir referent a aquest estudi.

Donem lliurement la nostra conformitat per participar en l'estudi:

En la seva totalitat Sense densitometria d'energia dual (DEXA)

Correu electrònic: Telèfon:/.....

Adreça:

Localitat: Província: CP:

(Data) (Signatura de l'adolescent) (Signatura de la mare, pare o tutor legal)*

(Data) (Signatura de l'investigador)

Autoritzo a ser contactat/ada quan el/la meu/va fill/a tingui 20 anys mitjançant el correu electrònic i el telèfon anteriorment indicats.

* Si la tutela és compartida, hauran de signar ambdós progenitors (si només signés un, cal adjuntar una delegació escrita del progenitor absent al present).

Còpia per al pare, mare o tutor.

Aquest projecte ha estat aprovat pel Comitè d'ètica de la Investigació de l'Institut de Salut Carlos III, la Fundació Unió Catalana d'Hospitals i la Comissió de Bioètica de la Universitat de Barcelona.



informatiu per a Famílies
18-07-2017



Barcelona, 18 de juliol de 2017

volguts pares i mares,

El meu fill/a ha estat seleccionat per participar en el Programa SI! de promoció de la salut cardiovascular en adolescents, que duen a terme la Fundació SHE, la Fundació Centre Nacional d'Investigacions Cardiovasculares Carlos III i la Universitat de Barcelona. Aquest programa s'implantarà des del setembre de 2017 fins al juny de 2021 a 24 centres educatius secundària situats a la Comunitat de Madrid i a Catalunya. Vosaltres tenen l'oportunitat de participar com a voluntaris d'aquest programa.

Objectius del programa

L'adolescència és un període crític durant el qual s'estableixen i reforcen estils de vida (alimentació, ritme físic, sedentarisme, etc.) que condicionaran la salut cardiovascular durant l'etapa adulta. Aquest motiu, l'objectiu d'aquesta iniciativa és valorar i millorar la salut cardiovascular i els estils de vida dels adolescents a l'inici de l'educació secundària (inici del primer curs), a la meitat d'aquesta (fi del segon curs) i al final (fi del quart curs). Les proves que farem inclouen:

- Questionari d'alimentació (questionari de freqüència de consum d'aliments).
- Questionari general sobre salut cardiovascular i estils de vida, percepció de la imatge i estat de maduresa.
- Mesures antropomètriques als adolescents: pes, estatura, circumferència de cintura i percentatge de greix.
- Mesura de la pressió arterial.
- Ús d'acceleròmetres pel registre objectiu de l'activitat física (petit dispositiu que es porta al canell).
- Mesures de paràmetres bioquímics (colesterol total, HDL, LDL, triglicèrids i glucosa) mitjançant l'extracció d'una gota de sang capil·lar.
- Determinació de compostos dietètics (polifenols i metabòlits) en una mostra d'orina i saliva.
- Anàlisi de la composició corporal mitjançant una densitometria d'energia dual (DEXA). Aquesta prova serà de caràcter opcional.
- Questionari general dirigit a pares i mares sobre aspectes sociodemogràfics i estils de vida (tabaquisme, dieta, activitat física, etc.).

El meu fill/a accepta voluntàriament participar en aquest estudi i accepta que el seu fill/a serà contactat/ada per correu electrònic i telèfon durant el desenvolupament de l'estudi. A més a més, m'han facilitat les dades de contacte dels investigadors de l'estudi per tal de poder solucionar qualsevol dubte que pogués sorgir referent a aquest estudi.

Comprenc que la participació del/da meu/va fill/a i de la seva família és voluntària. Comprenc que tant el/la meu/va fill/a com la seva família poden abandonar l'estudi quan vulguin sense haver de donar explicacions. A més a més, m'han facilitat les dades de contacte dels investigadors de l'estudi per tal de poder solucionar qualsevol dubte que pogués sorgir referent a aquest estudi.

Donem lliurement la nostra conformitat per participar en l'estudi:

En la seva totalitat Sense densitometria d'energia dual (DEXA)

Correu electrònic: Telèfon:/.....



informatiu per a Adolescents
18-07-2017



Barcelona, 18 de juliol de 2017

Estimada alumne/a,

El meu fill/a ha estat seleccionat per participar en el Programa SI! de promoció de la salut cardiovascular en adolescents, que duen a terme la Fundació SHE, la Fundació Centre Nacional d'Investigacions Cardiovasculares Carlos III i la Universitat de Barcelona. Aquest programa s'implantarà a 24 centres d'educació secundària de la Comunitat de Madrid i a tot el món que el teu institut ha estat seleccionat, tens l'oportunitat de participar com a voluntari d'aquest programa.

L'adolescència és un període crític durant el qual s'estableixen i reforcen estils de vida (alimentació, activitat física, sedentarisme...) durant l'adolescència influirà en la salut cardiovascular quan siguis adult. Per això, volem conèixer la salut cardiovascular i els estils de vida dels adolescents en començar l'educació secundària (inici del primer curs), a la meitat d'aquesta (fi del segon curs) i al final (fi del quart curs), mitjançant una sèrie de proves, com:

- Questionari d'alimentació, questionari general sobre salut cardiovascular i estils de vida, percepció de la imatge i estat de maduresa. També passarem un questionari sobre salut general per als teus pares.

- Mesures antropomètriques als adolescents: pes, estatura, circumferència de cintura, percentatge de greix, tensió arterial, activitat física mitjançant acceleròmetres (petit dispositiu que es duu al canell), i altres paràmetres bioquímics (colesterol, glucosa, triglicèrids) mitjançant una gota de sang d'una dita i mesurament de components de la dieta mitjançant una mostra d'orina i saliva.

- Anàlisi de la composició corporal a partir d'una densitometria d'energia dual (DEXA). La participació de participar en aquest estudi no obliga a realitzar aquesta prova, fer-la és opcional.

Després de les proves, rebdràs un informe amb els resultats de les anàlisis de sang, dels resultats corporals i de l'anàlisi de la composició corporal a partir del DEXA (si s'ha fet), per tal de conèixer el teu estat general de salut. Les mostres que obtinguem no es faran servir amb cap altre objectiu que el de recerca i seran destruïdes després de les anàlisis. Tampoc no farem servir les teves dades per a cap altre objectiu que el de recerca i seran destruïdes. No es farà cap anàlisi genètica a partir de les mostres obtingudes.

Comprenc que la participació del/da meu/va fill/a i de la seva família és voluntària. Comprenc que tant el/la meu/va fill/a com la seva família poden abandonar l'estudi quan vulguin sense haver de donar explicacions. A més a més, m'han facilitat les dades de contacte dels investigadors de l'estudi per tal de poder solucionar qualsevol dubte que pogués sorgir referent a aquest estudi.

Comprenc que la participació del/da meu/va fill/a i de la seva família és voluntària. Comprenc que tant el/la meu/va fill/a com la seva família poden abandonar l'estudi quan vulguin sense haver de donar explicacions. A més a més, m'han facilitat les dades de contacte dels investigadors de l'estudi per tal de poder solucionar qualsevol dubte que pogués sorgir referent a aquest estudi.

Aquest projecte ha estat aprovat pel Comitè d'ètica de la Investigació de l'Institut de Salut Carlos III, la Fundació Unió Catalana d'Hospitals i la Comissió de Bioètica de la Universitat de Barcelona.

Aquest projecte ha estat aprovat pel Comitè d'ètica de la Investigació de l'Institut de Salut Carlos III, la Fundació Unió Catalana d'Hospitals i la Comissió de Bioètica de la Universitat de Barcelona.

Aquest projecte ha estat aprovat pel Comitè d'ètica de la Investigació de l'Institut de Salut Carlos III, la Fundació Unió Catalana d'Hospitals i la Comissió de Bioètica de la Universitat de Barcelona.





Programa de Salut Integral