

Ponencia:

## **BASES MOLECULARES DE LA MICROBIOTA PARA LA MEJORA DEL RENDIMIENTO METABÓLICO EN PRUEBAS DE RESISTENCIA**



La función metabólica es crucial en el desempeño atlético. El avance de las recientes investigaciones abogan por mantener una mayor ingesta de HC durante el ejercicio, sin embargo, este impacto puede promover cambios adaptativos en el estado de la microbiota intestinal y la salud de la barrera epitelial. Una importante limitación del rendimiento deportivo en pruebas de resistencia son las molestias gastrointestinales y la incapacidad para tolerar altas ingestas energéticas. El tratamiento mecanicista de la nutrición deportiva, obvia el impacto que estas condiciones puede producir sobre la microbiota y la salud intestinal. Además, la relación entre el huésped y su microbiota puede favorecer el rendimiento deportivo y mejorar la eficiencia metabólica, el aclaramiento de la acidosis y el lactato. En la ponencia se expondrán datos relevantes a la función de la microbiota sobre el rendimiento y la salud del deportista, así como datos explicativos sobre procesos reactivos y pérdida en capacidad adaptativa del deportista.

**Dr. JESÚS ÁLVAREZ-HERMS**

Doctor en Fisiología  
(Universidad de Barcelona).

Doctor en Biomedicina y Biología  
Molecular (Universidad del País Vasco).

Licenciado en CAFyD (INEFC-Universidad Barcelona).

TGS en Nutrición y Dietética.

Entrenador Nacional en Ciclismo y Atletismo.

Investigador científico en el ámbito de la salud y el rendimiento con más de 50 publicaciones indexadas en revistas científicas.

Profesor en Ciencias de la Salud (Fisiopatología) y colaborador en diferentes universidades.

Asesor, preparador y entrenador de diferentes disciplinas deportivas tanto amateur como profesional (JJOO).



X: @jesusah80 / IG: phymolab / web: [www.phymolab.es](http://www.phymolab.es)