

**Parte A. DATOS PERSONALES**

**Fecha del CVA** 16/01/2023

Nombre y apellidos	Francisco J. Amaro Gahete		
DNI/NIE/pasaporte		Edad	31
Núm. identificación del/de la investigador/a	WoS Researcher ID (*)	AAB-4476-2019	
	SCOPUS Author ID(*)		
	Open Researcher and Contributor ID (ORCID) **	0000-0002-7207-9016	

**A.1. Situación profesional actual**

Organismo	Universidad de Granada		
Dpto./Centro	Departamento de Educación Física y Deportiva.		
Dirección	Cam. de Alfacar, 21, 18071 Granada		
Teléfono	+34697287022	Correo electrónico	<a href="mailto:amarof@ugr.es">amarof@ugr.es</a>
Categoría profesional	Profesor Contratado Doctor	Fecha inicio:	01/07/2022
Palabras clave	Metabolismo; Fisiología; Ejercicio; Nutrición; Envejecimiento		

**A.2. Formación académica (título, institución, fecha)**

Licenciatura/Grado/Doctorado	Universidad	Año
Grado en Medicina (Calificación: 8/10)	Universidad de Granada	2022
Doctor en Biomedicina (Calificación: Cum Laude))	Universidad de Granada	2019
Máster de Investigación en Ciencias de la Actividad Física (Calificación: 9,8/10)	Universidad de Granada	2015
Máster Oficial en Profesorado de Educación Secundaria, Bachillerato, Formación Profesional y Enseñanza de Idiomas (Calificación: 9/10)	Universidad de Granada	2014
Máster Propio en Entrenamiento Personal (Calificación: 9,9/10)	Universidad de Granada	2014
Ldo. en Ciencias de la Act. Fis. y Deporte (Calificación: 9.4/10)	Universidad de Granada	2013

**A.3. Indicadores generales de calidad de la producción científica (véanse instrucciones)**

*Publicaciones por posición de autoría y ranking WOS de revistas científicas*

		Posición de autoría				
		1º	2º	Último	Otros	Total
<b>Tesis doctorales dirigidas: 5</b> <i>Actualmente dirigiendo: 10</i>	D1	5	2	3	5	<b>15</b>
<b>Citas totales:</b> 874 (WoS) 1459 (GScholar)	Q1 (no D1)	16	6	14	22	<b>58</b>
	Q2	8	6	15	13	<b>42</b>
	Q3	3	1	1	2	<b>7</b>
	Q4	1	0	0	3	<b>4</b>
	<b>Total</b>	<b>33</b>	<b>15</b>	<b>33</b>	<b>45</b>	<b>126</b>

D: Decil; Q: Cuartil

**Parte B. RESUMEN LIBRE DEL CURRÍCULUM**

Francisco J. Amaro Gahete (FAG) es Licenciado en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte desde 2013 (Calificación: 9,4 sobre 10) y Graduado en Medicina desde 2022 en la UGR. Ha realizado dos Másteres universitarios en el curso 2012-2013 y un Máster universitario más en el curso 2014-2015.

FAG consiguió una ayuda-contrato FPU en el curso 2014-15, obteniendo una de las mejores valoraciones dentro del área de Biomedicina. Durante el disfrute del contrato FPU, FAG completó sus estudios de doctorado, obteniendo el título de Doctor en Biomedicina (Sobresaliente Cum Laude). La Tesis Doctoral presentada estuvo compuesta por un total de 18 artículos de investigación, todos ellos publicados en revistas de muy alto impacto. Actualmente disfruta de un contrato de Profesor Contratado Doctor vinculado al Departamento de Educación Física y Deportiva de la Universidad de Granada. FAG ha recibido recientemente el premio "Fidel Fernández Osuna"



(2020) otorgado por la Real Academia de Medicina y Cirugía de Andalucía Oriental, el prestigioso premio “*PhD Academy Award*” (2021) otorgado por la revista *British Journal of Sport Medicine* (revista top 1 en el área de medicina del deporte en la JCR) a la mejor tesis doctoral internacional en Medicina del Deporte y el Premio Extraordinario de Doctorado en el Área Ciencias de la Salud (2022) otorgado por la Universidad de Granada.

A pesar de su juventud, el FAG ha acreditado sobradamente experiencia y habilidades para ejercer como investigador. Durante la realización de su tesis doctoral ejerció como Project Manager del estudio FIT-AGEING coordinando a un equipo de más de 20 personas. Durante sus estudios doctorado y tras los mismos, FAG ha realizado estancias de investigación en un laboratorio de gran prestigio a nivel mundial: XLab, (University of Copenhagen) con el Prof. Jorn W. Helge. FAG ha adquirido amplia experiencia en el diseño de estudios de investigación, estadística y escritura científica, y técnicas para la evaluación del proceso de envejecimiento, metabolismo energético y la composición corporal en humanos, la obtención de muestras biológicas en humanos, y el análisis ex vivo de tejidos humanos.

FAG ha contribuido notablemente al avance en el conocimiento del proceso de envejecimiento y el metabolismo energético humano, así como el papel que juega el ejercicio físico como elemento modulador. Investigaciones contenidas en su Tesis Doctoral (<https://n9.cl/0cs17>) han puesto de manifiesto que los niveles plasmáticos de proteína Klotho (la cual está considerada un potente marcador de envejecimiento biológico) son mayores en individuos con una mayor condición física, y que un programa de ejercicio incrementa los niveles plasmáticos de esta proteína. De confirmarse esta idea, tendría importantísimas implicaciones clínicas en una sociedad en la que tanto la prevalencia de enfermedades metabólicas, así como la esperanza de vida son cada vez mayores.

FAG es autor de 126 artículos publicados, y de 15 en vías de elaboración/publicación. El sumatorio del índice de impacto de las publicaciones de las que FAG es autor es de 557 mientras que el factor de impacto promedio de sus publicaciones es 4.5. Un total de 43 (35%) artículos publicados por FAG tuvieron lugar gracias a la colaboración con investigadores de centros de investigación situados en el extranjero. FAG mantiene una activa y fructífera colaboración con varios grupos de investigación de diferentes países, destacando: a) Grupo liderado por el Prof. Jorn Helge de la Universidad de Copenhagen (Dinamarca), b) Grupo liderado por el Prof. Eric Ravussin del Pennintong Biomedical Research Center (Luisiana, Estados Unidos); c) Grupo liderado por el Prof. Jose E Galgani de la Universidad Pontificia de Santiago de Chile (Chile); d) Grupo liderado por el Prof. Patrick Rensen de la Universidad de Leiden (Países bajos).

FAG es autor de más de 75 comunicaciones (más de 15 ponencias invitadas) en congresos y jornadas nacionales e internacionales. FAG ha formado parte del equipo de investigación/trabajo de más de 15 proyectos de investigación financiados en convocatorias competitivas de entidades públicas o privadas. Además, ha formado parte del comité organizador de importantes conferencias y congresos internacionales. Sin perjuicio de lo anterior, FAG ha mantenido una intensa actividad de divulgación científica, que ha incluido la participación en cursos y jornadas con estudiantes, apariciones en prensa escrita y audiovisual (televisiones y radio de alcance nacional), y redacción de artículos divulgativos en páginas web. FAG es revisor de prestigiosas revistas científicas entre las cuales cabe destacar *Science*, *British Journal of Sport Medicine*, *Journal of Clinical Endocrinology and Metabolism*, *Aging NY*, *Scientific Reports*, *Frontiers in Physiology*, *Advances in Nutrition*, *Clinical Nutrition*, *British Journal of Nutrition*, *Diabetology & Metabolic Syndrome*, *Plos Medicine* o *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*, entre otras. Además, ha sido editor invitado en dos números especiales de la revista *Nutrients* [IF:4,171, Q1] y un número especial de la revista *Frontiers in Physiology* [IF:4,134, Q1].

### **Parte C. MÉRITOS MÁS RELEVANTES** (ordenados por tipología)

#### **C.1. Publicaciones (se incluyen 10 relevantes; consultar el resto → Pubmed: <https://bit.ly/3F58lq1> // ResearchGate: <https://bit.ly/3s6VyU4>)**

1. **Amaro-Gahete FJ\***. Exercise training increases levels of the anti-ageing Klotho protein: health-related cardiometabolic implications. The FIT-AGEING randomised controlled trial. *British Journal of Sport Medicine*, 2021: 1. **IF (WOS): 18.488. D1 - Sport Sciences.**
2. **Amaro-Gahete FJ\***, De-la-O A, Jurado-Fasoli, Sanchez-Delgado G, Ruiz JR, Castillo M. Metabolic rate in sedentary adults, following different exercise training interventions: THE FIT-AGEING randomized controlled trial. *Clinical Nutrition*, 2020: 39 (11): 3230-3240. **IF (WOS): 7.324. D1 - Nutrition & Dietetics.**
3. **Amaro-Gahete FJ\***, De-la-O A, Jurado-Fasoli, Martinez-Tellez B, Ruiz JR, Castillo M. Exercise Training as a Treatment for Cardiometabolic Risk in Sedentary Adults: Are Physical Activity Guidelines the Best Way to Improve Cardiometabolic Health? The

- FIT-AGEING Randomized Controlled Trial. *Journal of Clinical Medicine*, 2019: 8: 2097. **IF (WOS): 5.688; D1 – Medicine General & Internal.**
4. **Amaro-Gahete FJ\***, De-la-O A, Jurado-Fasoli, Ruiz JR, Castillo M. Relationship between plasma S-Klotho and cardiometabolic risk in sedentary adults. *Aging US* 2019: 12 (3): 2698–2710. **IF (WOS): 5.682. D1 – Geriatrics & Gerontology.**
  5. **Amaro-Gahete FJ\***, Sanchez-Delgado G, Ara, I, Ruiz JR. Cardiorespiratory fitness may influence metabolic inflexibility during exercise in obese persons. *J Clin End & Met*, 2019: 104 (12): 5780-5790. **IF (WOS): 5.399. Q1 – Endocrinology & Metabolism.**
  6. Mochón-Benguigui, S., Carneiro-Barrera, A., Castillo, MJ, & **Amaro-Gahete, FJ\***. (2020). Is Sleep Associated with the S-Klotho Anti-Aging Protein in Sedentary Middle-Aged Adults? The FIT-AGEING Study. *Antioxidants*, 9(8), 738. **IF (WOS): 6.312 D1 – Chemistry, Medicinal.**
  7. Ramírez-Maldonado M, Jurado-Fasoli L, Del Coso J, Ruiz JR & **Amaro-Gahete, FJ\***. (2020). Caffeine increases maximal fat oxidation during a graded exercise test: is there a diurnal variation? *Journal of the International Society of Sports Nutrition*, 18 (1):5. **IF (WOS): 5.150. Q1 - Nutrition & Dietetics.**
  8. Martínez-Vizcaíno V, **Amaro-Gahete FJ\***, Fernández-Rodríguez R, Garrido-Miguel, M, Caverro-Redondo I, Pozuelo-Carrascosa D. (2021). Effectiveness of fixed-dose combination therapy (polypill) versus exercise to improve the blood-lipid profile: A network meta-analysis. *Sport Medicine*, 1-13. **IF (WOS): 11.136. D1 – Sport Sciences.**
  9. Carneiro-Barrera A, **Amaro-Gahete FJ**, Guillén-Riquelme A, Jurado-Fasoli L, Sáez-Roca G, Martín-Carrasco C, Buela-Casal G & Ruiz JR (2022). Effect of an Interdisciplinary Weight Loss and Lifestyle Intervention on Obstructive Sleep Apnea Severity: The INTERAPNEA Randomized Clinical Trial. *JAMA Network Open*, 5(4): e3228212. **IF (WOS): 13.366. D1 – Medicine, General & Internal.**
  10. Martínez-Tellez B, Sanchez-Delgado G, Acosta FM, Alcantara JMA, **Amaro-Gahete FJ**, ... Ruiz JR (2022). No evidence of brown adipose tissue activation after 24 weeks of supervised exercise training in young sedentary adults in the ACTIBATE randomized controlled trial. *Nature Communications*, In press. **IF (WOS): 17.694. D1 – Multidisciplinary Sciences.** \*Corresponding author

## **C.2. Proyectos relevantes y relacionados en los últimos 5 años (se adjuntan 5 más relevantes).**

1. Proyecto de investigación: ACTIBATE: Activating Brown Adipose Tissue through Exercise. Effects of an exercise intervention on activity and quantity of Brown adipose tissue: A Randomized Controlled Trial. Financiación: *Ministerio de Economía y Competitividad*. Duración: 2014-2017. Cuantía: 170,000€. IP: Jonatan R. Ruiz. Rol: Investigador.
2. Proyecto de investigación: The SmartMove project: Exercise in the prevention and treatment of obesity and insulin resistance: Smart analysis-smart interventions. Financiación: *Ministerio de Economía y Competitividad*. Duración: 2014-2017. Cuantía: 100,000€. IP: Francisco B. Ortega. Rol: Investigador.
3. Proyecto de investigación: Impact of Whole Body Electromyostimulation on energy metabolism. Financiación: *Wiemspro S.L.* Duración: 2018-2020. Cuantía: 30,000€. IP: Francisco J. Amaro Gahete. Rol: Investigador principal.
4. Proyecto de investigación: Variación diurna de la glucemia y oxidación de grasas en respuesta a ejercicio aeróbico de moderada intensidad en adultos sanos y con obesidad. Financiación: *Universidad de Granada*. Duración: 2022-2023. Cuantía: 1,500€. IP: Francisco J. Amaro Gahete. Rol: Investigador principal.
5. Proyecto de investigación: RESET - Desarrollo y validación de un novedoso software de realidad virtual para mejorar la discapacidad y la calidad de vida en pacientes con ictus. Financiación: *Ministerio de Ciencia e Innovación*. Duración: 2023-2025. Cuantía: 74,709€. IP: Francisco J. Amaro Gahete. Rol: Investigador principal.

## **C.3. Contratos**

2022	Profesor Contratado Doctor, Universidad de Granada
2021	Profesor Ayudante Doctor, Universidad de Granada
2021	<u>Beca estancias breves Plan Propio UGR</u> . Universidad de Granada
2020	<u>Profesor Sustituto Interino</u> , Universidad de Granada



2020	<u>Profesor de Universidad Privada</u> , Universidad Camilo José Cela
2019-20	<u>Contrato Posdoctoral (Puente FPU)</u> , Universidad de Granada
2019	<u>Beca para estancias internacionales Albert Renold</u> , European Foundation for the Study of Diabetes
2018	<u>Beca estancias breves Plan Propio UGR</u> , Universidad de Granada
2015-19	<u>Contrato predoctoral de investigación FPU</u> , Ministerio de Educación, Cultura y Deporte
2013-14	<u>Beca de colaboración</u> , Ministerio de Educación, Cultura y Deporte

#### **C.4. Estancias**

CENTRO: Center for Healthy Aging, Department of Biomedical Sciences, University of Copenhagen, Denmark. RESPONSABLE: Jørn W. Helge. DURACIÓN TOTAL: 8 meses

#### **C.5. Otros**

- Docencia
  - Profesor en los Grados de (i) Ciencias de la Actividad Física y del Deporte y (ii) Fisioterapia, Universidad de Granada, España (2021-actualidad).
  - Profesor del *Máster Oficial de Nutrición Clínica*, Universidad de Granada, España (2021-actualidad).
  - Profesor en los Grados de (i) Farmacia y (ii) Nutrición y Dietética, Universidad de Granada, España (2020-2021).
  - Profesor en el *Máster Propio de Optimización del Entrenamiento y Readaptación Físico-Deportiva*, Universidad CEU San Pablo, España (2020).
  - Profesor en los Grados de (i) Fisioterapia y (ii) Ciencias de la Actividad Física y del Deporte, Universidad Camilo José Cela, España (2020).
  - Profesor en el *Máster Propio en Alimentación, Ejercicio y Deporte para la Salud (Food & Fit)*, Universidad de Granada, España (2018-actualidad).
  - Profesor en los Grados de (i) Medicina, (ii) Fisioterapia y (iii) Ciencias de la Actividad Física y del Deporte, Universidad de Granada, España (2016-2020).
- Organización de congresos internacionales:
  - Simposio Internacional: Regulation of energy metabolism in ageing: role of exercise and nutrition. Universidad de Granada, España (12/09/2019). Organizador, coordinador y miembro del comité científico.
  - Simposio Internacional: Role of Brown Adipose Tissue in Human Health. Universidad de Granada, España (21-23/11/2018). Organizador y miembro del comité científico.
- Difusión:
  - Entrevistas nacionales de radio (COPE, CADENA SER, RNE, CANAL SUR RADIO, entre otras): (i) "*Levántate de la silla, pasa más tiempo de pie*", (ii) "*Premio BJSM a la mejor Tesis Doctoral en Medicina del Deporte*", (iii) "*Cafe y quema de grasas: ¿cuál es el mejor momento del día para hacer ejercicio?*", etc.
  - Organización del workshop "*Entrenamiento Interválico de Alta Intensidad: ¿Apto para todos los públicos?*", XVI Congreso Nacional de estudiantes de medicina Ramón y Cajal, Universidad de Granada. 2018.
  - Entrevista en televisión (Canal Sur): *Programa ConCiencia* "Combinación de la ingesta de cafeína y ejercicio físico para la pérdida de grasa corporal", Granada. 2021.
  - Revisor de proyectos de investigación de la Fundación Instituto de Investigación Sanitaria de Canarias (FIISC) (2021)
- Miembro de "EFSD" y "ACSM" (2018-actualidad), y SECF (2020-actualidad).
- Colaboración con empresas privada: Consultor y asesor científico de las empresas (i) Wiemspro S.L. y (ii) Body Global Training S.L. (desde 2013 hasta la actualidad).
- Acreditado por ANECA como Profesor Titular de Universidad