



<b>Parte A. DATOS PERSONALES</b>		<b>Fecha del CVA</b>	28/01/2022
Nombre y apellidos	GRACIA LÓPEZ CONTRERAS		
Núm. identificación del investigador	Researcher ID	AAR-4074-2021	
	Código Orcid	0000-0002-0488-8356	

**A.1. Situación profesional actual**

Organismo	UNIVERSIDAD DE GRANADA		
Dpto./Centro	FACULTAD DE CIENCIAS DEL DEPORTE		
Dirección	CARRETERA DE ALFACAR S/N		
Categoría profesional	TITULAR DE UNIVERSIDAD	Fecha inicio	01/06/2009
Espec. cód. UNESCO			
Palabras clave	NATACIÓN , CALIDAD DE VIDA, BIOMECÁNICA, ENSEÑANZA		

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

Licenciatura/Grado/Doctorado	Universidad	Año
LICENCIADA EN EDUCACIÓN FÍSICA	INEF. GRANADA	1989
DIPLOMADA EN FISIOTERAPIA	FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD. U.GRANADA	1992
DOCTORA EN EDUCACIÓN FÍSICA	FAC. DE CC. DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE	2002

**A.3. Indicadores generales de calidad de la producción científica**

Reconocimiento de dos sexenios de investigación. Tramo 2011-2016 y 2017-2022

**Parte B. RESUMEN LIBRE DEL CURRÍCULUM (máximo 3500 caracteres, incluyendo espacios en blanco)**

La investigación desarrollada es continuada, centrada en una línea de investigación coherente y bien definida en actividad física y deporte en el medio acuático. en ella aparecen destacados los siguientes meritos: unas 63 publicaciones: realizadas en revistas indexadas nacionales y extranjeras tales como Journal of sport Sciences; Journal of Strength & Conditioning Research; Journal of Human Kinetics; Applied Physiology, Nutrition, and Metabolism; High Altitude Medicine & Biology; European Journal of Human Movement), Public Health Nutritions; Nutrición Hospitalaria, APUNTS y Retos, tratando de difundir los resultados de nuestros estudios sobre la práctica deportiva, en niveles de rendimiento y poblaciones diversas, en el medio acuático. A ellos se añaden 20 libros o capítulos de libros y más de 60 aportaciones en congresos especializados, nacionales e internacionales. Participación en 15 proyectos de investigación de convocatorias competitivas de las cuales en este documento se presentan los más recientes proyectos de investigación del ministerio de educación y ciencia (I+D+I) orientados al desarrollo del conocimiento biomecánico y del entrenamiento en natación, aplicables tanto al entrenamiento como a la enseñanza e iniciación deportiva y otro proyecto orientado al estudio del efecto de la hidroterapia en la calidad de vida de determinadas poblaciones. Integrante del grupo de investigación Actividad Física y Deportiva en el Medio Acuático (CTS 527) desde su creación en el año 2003, cuyo objetivo es desarrollar y difundir conocimientos, nuevas tendencias y producciones científicas en el ámbito de la actividad física y el deporte. Destacar el desarrollo de los proyectos SWIM I y II cuya continuidad se pretende con la actual solicitud. Proyectos que han tenido gran productividad científica y transferencia.

Desde el punto de vista docente llevo 32 años en la docencia universitaria vinculada siempre a materias relacionadas con el medio acuático y en concreto la natación en todos los niveles universitarios: licenciatura, grado, máster y doctorado. Habiendo dirigido numerosos DEAS, TFG y TFM así como tesis doctoral.

. Estancias internacionales: La Crosse-Wisconsin EE.UU;Finlandia (Vierumaki); Francia (Nantes); Oporto (Portugal) y Rouen (Francia), Liubliana, (Eslovenia) y 1 nacional (Universidad de Jaen).

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

**C.1. Publicaciones**



- Título:** Does jumping conducted before swimming start elicit underwater enhancement?  
**Revista:** *Int. J. Sport. Sci. Coah*  
**Año:** 2022  
**Autores:** Ruiz-Navarro, J.J.\*, Cuenca-Fernández, F.\*, Papic, C., Gay, A., Morales-Ortiz, E., López-Contreras, G., & Arellano, R  
**Índice de impacto (ISI): 2.051 (2020) Cuartil (ISI): Q3**  
**Índice de impacto (SCImago): 0.642 (2020) Cuartil (SCImago): Q3**
- Título:** Lower fatigue and faster recovery of ultra-short race-pace training sessions  
**Revista:** *Research in Sports Medicine*  
**Año:** 2021  
**Página inicial:** 1  
**Página final:** 14  
**Autores:** Cuenca-Fernández, F; Boulosa, D; Ruiz-Navarro, JJ; Gay, A; Morales-Ortiz, E; López-Contreras, G; Arellano, R. **Índice de impacto (ISI): 4.674 Cuartil (ISI): Q1**  
**Índice de impacto (SCImago): 1,397 Cuartil (SCImago): Q1**
- Título:** Swimming with wetsuit and wetsuit at typical vs cold-water temperatures (26 vs 18°C)  
**Revista:** *Int. J. Sports. Med*  
**Año:** 2021  
**Número:** 42  
**Página inicial:** 1  
**Página final:** 8  
**Autores:** Gay, A., Zacca, R., Arturo, A., Morales-Ortiz, E., López-Contreras, G., Fernandes, R., Arellano, R..  
**Índice de impacto (ISI): 3.118 Cuartil (ISI): Q2 (2020)**  
**Índice de impacto (SCImago): 1,012 Cuartil (SCImago): Q1 (2020)**
- Título:** Understanding the effects of training on Underwater Undulatory Swimming performance and kinematics  
**Revista:** *Sport. Biomech*  
**Año:** 2021  
**Página inicial:** 1  
**Página final:** 16  
**Autores:** Ruiz-Navarro, JJ., Adamuz, M., Andersen, J., Cuenca-Fernández, F., López-Contreras, G., Vanrenterghem, J., Arellano, R  
**Índice de impacto (ISI): 2.832 Cuartil (ISI): Q3 (2020)**  
**Índice de impacto (SCImago): 0.752 Cuartil (SCImago): Q2 (2020)**
- Título:** Effects of 2 Types of Activation Protocols Based on Postactivation Potentiation on 50-m Freestyle Performance  
**Revista:** *J. Strength. Cond. Res*  
**Año:** 2020  
**Número:** 11  
**Página inicial:** 3284  
**Página final:** 3292  
**Autores:** Cuenca-Fernandez, F., Ruiz-Teba, A., Lopez-Contreras, G., & Arellano..  
**Índice de impacto (ISI): 3.118 Cuartil (ISI): Q2 (2020)**  
**Índice de impacto (SCImago): 1,012 Cuartil (SCImago): Q1 (2020)**
- Título:** Post high intensity pull-over semi-tethered swimming potentiation in national competitive swimmers  
**Revista:** *J Sports Med Phys Fit*  
**Año:** 2020  
**Número:** 60  
**Página inicial:** 1526-  
**Página final:** 1535  
**Autores:** Cuenca-Fernández, F., Batalha, N., Ruiz-Navarro, JJ., Morales-Ortiz, E., López-Contreras, G., Arellano, R  
**Índice de impacto (ISI): 3.118 Cuartil (ISI): Q2 (2020)**  
**Índice de impacto (SCImago): 1,012 Cuartil (SCImago): Q1 (2020)**
- Título:** Is Swimmers Performance Influenced by Wetsuit Use?  
**Revista:** *International Journal of Sports Physiology and Performance*  
**Año:** 2019  
**Volumen:** 15  
**Número:** 1  
**Página inicial:** 46  
**Página final:** 51  
**Autores:** Gay Párraga, A., López-Contreras, G. and Raúl Arellano  
**Índice de impacto (ISI): 3.979 Cuartil (ISI): Q1**  
**Índice de impacto (SCImago): 1.935 Cuartil (SCImago): Q1**
- Título:** Eccentric flywheel post-activation potentiation influences swimming start performance kinetics  
**Revista:** *Journal of Sports Sciences*  
**Año:** 2019  
**Volumen:** 37  
**Número:** 4  
**Página inicial:** 443  
**Página final:** 451  
**Autores:** Cuenca-Fernández,F, López-Contreras G, Mourão L, de Jesus K, de Jesus K, Zacca, R, Vilas-



Boas J.P, Fernandes R.J and Arellano-Colomina, R

**Índice de impacto (ISI): 2.597 Cuartil (ISI): Q2**

**Índice de impacto (SCImago): 1,127 Cuartil (SCImago): Q1**

**Título:** Eccentric flywheel post-activation potentiation influences swimming start performance kinetics

**Revista:** Journal of Sports Sciences

**Año:** 2018

**Volumen:** Published on line 02 aug 2018

**Autores:** Cuenca-Fernández, Francisco; **López-Contreras, Gracia**; Raúl Arellano

**Índice de impacto (ISI): 2.811 Cuartil (ISI): Q2**

**Índice de impacto (SCImago): 1,127 Cuartil (SCImago): Q1**

**Título:** Nonlocalized postactivation potentiation performance enhancement (PAPE) effects in trained athletes: a pilot study

**Revista:** Applied Physiology, Nutrition, and Metabolism

**Año:** 2017

**Volumen:** 42

**Número:** 10

**Página inicial:** 1122

**Página final:** 1125

**Autores:** Cuenca-Fernández, Francisco; **López-Contreras, Gracia**; Raúl Arellano

**Índice de impacto (ISI): 2.518 Cuartil (ISI): Q2**

**Índice de impacto (SCImago): 1,112 Cuartil (SCImago): Q2**

**Título:** Does Swimming at a Moderate Altitude Favor a Lower Oxidative Stress in an Intensity-Dependent Manner? Role of Nonenzymatic Antioxidants

**Revista:** High Altitude Medicine & Biology

**Año:** 2016

**Volumen:** 18

**Número:** 1

**Página inicial:** 46

**Página final:** 55

**Autores:** Casuso-Pérez, Rafael Antonio; Aragón-Vela, Jerónimo; **López-Contreras, Gracia**; N-gomes, Silvana; Cristina Casals; Barranco-Ruiz, Yalra; Mercadé-Torras, Jordi Joan; Rodriguez-Huertas, Jesus

**Índice de impacto (ISI): 1.705 Cuartil (ISI): Q4**

**Índice de impacto (SCImago): 0,572 Cuartil (SCImago): Q3**

**Título:** Biomechanical characteristics of adults walking forward and backward in water at different stride frequencies

**Revista:** Journal of Sports Sciences

**Año:** 2016

**Volumen:** 34

**Número:** 3

**Página inicial:** 224

**Página final:** 231

**Autores:** Cadenas-Sánchez, Cristina ; Raúl Arellano; Taladriz -Blanco, Sonia; **López-Contreras, Gracia**

**Índice de impacto (ISI): 2.539**

**Índice de impacto (SCImago): 1,189 Cuartil (SCImago): Q1**

**Título:** Influencia del programa SWEP (Study Water Exercise Pregnant) en los resultados perinatales: protocolo de estudio

**Revista:** Nutrición Hospitalaria

**Año:** 2016

**Volumen:** 33

**Número:** 1

**Página inicial:** 162

**Página final:** 176

**Autores:** Aguilar-Cordero, Josefa; Rodríguez Blanque, Raquel; Sanchez-garcia, Juan Carlos; Lopez-sanchez, Antonio Manuel; Baena-García, Laura; **López-Contreras, Gracia**

**Índice de impacto (ISI): 0.747**

**Índice de impacto (SCImago): 0,381 Cuartil (SCImago): Q3**

**Título:** Effect of two types of activation protocols based on PAP, on swimming start performance

**Revista:** Journal of Strength and Conditioning Research

**Año:** 2015

**Volumen:** 29

**Número:** 3

**Página inicial:** 647

**Página final:** 655

**Autores:** Cuenca-Fernández, Francisco; **López-Contreras, Gracia**; Arellano-Colomina, Raúl

**Índice de impacto (ISI): 1,978**

**Índice de impacto (SCImago): 1,228 Cuartil (SCImago): Q1**

## C.2. Proyectos

**Proyecto:** SWIM FOR LIFE:

**Código:** B-SEJ-164-UGR20

**Ámbito del proyecto:** Andaluz

**Programa financiador:** PROYECTOS DE I+D+I EN EL MARCO DEL PROGRAMA OPERATIVO FEDER



#### **ANDALUCÍA 2014-2020.**

**Entidad financiadora:** Programa Operativo FEDER Andalucía

**Responsable:** Arellano Colomina, Raúl y Gracia López Contreras

**Fecha inicio:** 01/07/2021 **Fecha fin:** 31/06/2023

**Cuantía total (EUROS):** 20000

**Proyecto:** SWIM II: Medidas específicas e innovadoras en el agua: aplicadas a la mejora del rendimiento en natación

**Código:** PGC2018-102116-B-100

**Ámbito del proyecto:** Nacional

**Programa financiador:** DG de Investigación y gestión del Plan Nacional de I+D+i Subdirección General de Proyectos de Investigación.convocatoria 2018

**Entidad financiadora:** Ministerio De Ciencia Innovación Y Universidades

**Responsable:** Arellano Colomina, Raúl

**Fecha inicio:** 01/01/2019 **Fecha fin:** 31/12/2021

**Cuantía total (EUROS):** 38236

**Proyecto:** SWIM: MEDIDAS ESPECIFICAS E INNOVADORAS EN EL AGUA

**Código:** DEP2014-59707-P

**Ámbito del proyecto:** Nacional

**Programa financiador:** PROYECTOS DE INVESTIGACIÓN DEL PLAN NACIONAL, CONVOCATORIA 2014

**Entidad financiadora:** Ministerio De Economía Y Competitividad

**Responsable:** Raúl Arellano

**Fecha inicio:** 01/01/2015 **Fecha fin:** 31/12/2018

**Cuantía total (EUROS):** 36300

**Proyecto:** SEGUIMIENTO LONGITUDINAL Y MODULACION GENETICA EN FIBROMIALGIA. EFECTOS DEL EJERCICIO FISICO Y LA HIDROTERAPIA EN DOLOR, SALUD Y CALIDAD DE VIDA

**Código:** DEP2013-40908-R

**Ámbito del proyecto:** Nacional

**Programa financiador:** PROYECTOS DE INVESTIGACION DEL PLAN NACIONAL CONVOCATORIA 2013

**Entidad financiadora:** Ministerio De Economía Y Competitividad

**Responsable:** Delgado-Fernandez, Manuel

**Fecha inicio:** 01/01/2014 **Fecha fin:** 31/12/2017

**Cuantía total (EUROS):** 121000

#### **C.5: Tesis y trabajos dirigidos**

**Tesis:** MARCADORES DE ESTRÉS COMO HERRAMIENTAS PARA OPTIMIZAR LA INTENSIDAD DEL ENTRENAMIENTO EN NADADORES EN HIPOXIA FRENTE A NORMOXIA

**Doctorando:** SILVANA NOBREGA GOMES **Universidad:** UNIVERSIDAD DE GRANADA

**Facultad/Escuela:** FACULTAD DE CIENCIAS DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEL DEPORTE **Fecha:** 2012

**TFM:** KINEMATIC ANALYSIS OF BACKWARD AND FORWARD WALKING ON LAND AND IN SHALLOW WATER

**Alumna:** CRISTINA CADENAS SÁNCHEZ

**Universidad:** UNIVERSIDAD DE GRANADA **Facultad/Escuela:** FACULTAD DE CIENCIAS DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEL DEPORTE **Fecha:** Julio 2013

**TFM:** EFECTOS DE DIFERENTES PROGRAMAS DE ACTIVACIÓN SOBRE LAS SALIDAS DE NATACIÓN.

**Alumno:** FRANCISCO CUENCA FERNÁNDEZ

**Universidad:** UNIVERSIDAD DE GRANADA **Facultad/Escuela:** FACULTAD DE CIENCIAS DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEL DEPORTE **Fecha:** septiembre 2013

#### **TFM**

**Autor:** Gay Párraga, Ana;

**Título:** Acute effect of wearing wetsuit on 400m performance in a swimming pool and in a swimming flume

**Director:** Arellano-Colomina, Raúl; López-Contreras, Gracia

**Universidad:** Universidad de Granada. Facultad de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte

**Fecha:** 30/06/2016

#### **C.6. Premios recibidos**

##### **XIV PREMIO I.A.D. INVESTIGACIÓN**

**Fecha de concesión:** 2003

**Cuantía concedida:** 1800 EUR

**Resumen:** PRIMER PREMIO EN EL BLOQUE TEMATICO DE RENDIMIENTO DEPORTIVO CON LA TESIS TITULADA: " INFLUENCIA DE LAS MODIFICACIONES PRODUCIDAS POR LA EJECUCIÓN DE VARIACIONES TÉCNICAS SOBRE LOS FACTORES BIOMECÁNICOS DEL ESTILO CROL EN NATACION".

##### **VIII CONVOCATORIA DE PREMIOS DE EXCELENCIA DOCENTE**

**Fecha concesión:** 21/01/2020

**Entidad:** UNIVERSIDAD DE GRANADA

**Rol:** Docente

**Ámbito:** Autonómico

**Fecha:** 21 enero 2020