



Nº Procedimiento: 030569  
Código SIACI: SKAZ



**ANEXO III. INFORMACIÓN CURRICULAR: CURRÍCULUM ABREVIADO (CVA).  
CONVOCATORIA 2023.**

**EXTENSIÓN MÁXIMA 4 PÁGINAS (sin incluir la página 1)**

Para cumplimentarlo, lea detenidamente las instrucciones disponibles en la Sede Electrónica (<https://www.jccm.es/>) y en el Portal de Educación (<http://www.educa.jccm.es/idiuniv/es/investigacion/convocatorias-ayudas-proyectos-investigacion>)

Nombre y Apellidos: Ricardo Mora Rodríguez

<b>Parte A. DATOS PERSONALES</b>		<b>Fecha del CVA</b>	25/04/2023
Nombre y apellidos	RICARDO MORA RODRIGUEZ		
Edad	57		
Núm. identificación del investigador	Researcher ID	611578	
	Código Orcid	0000-0001-9252-4933	

### A.1. Situación profesional actual

Organismo	Universidad de Castilla-La Mancha		
Dpto./Centro	Actividad Física y ciencias del deporte		
Dirección	Avda. Carlos III, s/n		
correo electrónico	<a href="mailto:Ricardo.mora@uclm.es">Ricardo.mora@uclm.es</a>		
Categoría profesional	Catedrático de Universidad	Fecha inicio	Marzo 2010
Espec. cód. UNESCO	Fisiología del ejercicio 241106; Regulación de la temperatura 241109		
Palabras clave	Fisiología del ejercicio; Regulación de la temperatura		

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

Licenciatura/Grado/Doctorado	Universidad	Año
Doctor en fisiología del ejercicio	The University of Texas at Austin (EE.UU.)	1998
Master en Ciencias	The University of Texas at Austin (EE.UU.)	1993
Licenciado en Educación Física	Universidad Politécnica de Madrid (España)	1989

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

5 sexenios de investigación reconocidos por ANECA última adjudicación 01/01/2020.

Director de 13 tesis doctorales (1 premio extraordinario, 8 mención internacional, 6 doctorandos desarrollando su tesis con becas pre-doctorales FPU MEC, FPI Junta comunidades de Castilla-La Mancha o plan propio UCLM).

129 publicaciones de revistas indexadas en Journal of Citation Index (Scopus) con la mitad en el primer cuartil por área. 3742 citas.

Índice H = 33

1 libro publicado en su segunda edición (ed. Médica Panamericana). 5 capítulos de libro internacional con ISBN.

6 proyectos de Investigación competitivos del plan nacional (2006-2024, ver arriba).

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

Ricardo Mora-Rodríguez es catedrático de la Universidad de Castilla-La Mancha desde 2010 y dirige el laboratorio de Fisiología del Ejercicio desde su inceptión en 2002. Ricardo completó su licenciatura en 1989 y obtuvo una beca Fulbright-MEC para formarse en los EE.UU. Entre el 1990-1993, trabajó bajo la dirección del Dr. Edward Coyle (> 130 publicaciones JCR e índice H = 67) en su tesis de master en el Laboratorio de Rendimiento Humano de la Universidad de Texas en Austin. Mientras trabajaba como profesor asistente e investigador, en el periodo de 1993-1998, desarrolló su tesis doctoral titulada "Los efectos de la epinefrina propranolol y la concentración plasmática de ácidos grasos sobre el metabolismo de grasas y carbohidratos durante el ejercicio". Su trabajo de tesis obtuvo el premio de disertación excepcional de 1998 en la Universidad de Texas y el premio de joven investigador del Colegio Americano de Medicina Deportiva (ACSM). Usó isótopos estables para estudiar la cinética de sustratos metabólicos (grasas y carbohidratos) durante el reposo y el ejercicio. El objetivo principal de ese trabajo fue comprender el papel de las hormonas

(catecolaminas) y los receptores adrenérgicos en el metabolismo de las grasas y los carbohidratos. Tras cursar créditos en bioquímica y fisiología animal, terminó dominando las técnicas de trazadores metabólicos que se están implementando en su investigación actual.

Tras un breve puesto de posdoctorado en el Centro de Investigación Muscular de Copenhague (CMRC) bajo la dirección del Dr. Beng Saltin (índice H de 106), fue contratado como docente en el grado de Ciencias del Deporte y en el de Fisioterapia de la Universidad de Castilla-La Mancha en Toledo, España. Durante su primera década, el laboratorio que fundó, se centró en el estudio de la termorregulación y las ayudas ergogénicas para el rendimiento deportivo. En 2001, fue galardonado con el Premio a la Investigación Joven de la Federación Europea de Medicina del Deporte (EFSM). Durante los últimos 10 años, ha reconducido su área de investigación al campo del ejercicio para mejorar la salud. El laboratorio ha estado trabajando para develar y medir, a) la capacidad del ejercicio para compensar una dieta alta en grasas saturadas, b) el poder del entrenamiento físico para superar los componentes del síndrome metabólico (obesidad abdominal, hipertensión, prediabetes y dislipidemia) y c) las interacciones entre el ejercicio y los medicamentos en personas con síndrome metabólico. Ricardo se desempeña habitualmente como revisor de revistas de JCR y es editor asociado de Applied Physiology Nutrition and Metabolism. Ha doctorado a 13 doctorandos (6 de ellos FPU/FPI) y ha obtenido 6 becas competitivas a nivel nacional (MINECO y MICINN, "Retos para la Sociedad") y una beca regional. En la última década, 7 estudiantes de doctorado han defendido su tesis y uno de ellos obtuvo el premio a la mejor tesis en la Universidad de Castilla-La Mancha. Entre 2014 y 2022 su laboratorio ha publicado 36 artículos JCR sobre síndrome metabólico. El síndrome metabólico duplica el riesgo de padecer enfermedades cardiovasculares y en España la prevalencia es superior al 31% en adultos mayores de 45 años. En estos momentos Ricardo dirige el laboratorio en España que más produce en investigación en el área del ejercicio como terapia para mejorar el síndrome metabólico.

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

### C.1. Publicaciones

- Effects of Statins on Fat Oxidation Improvements After Aerobic Exercise Training. Alvarez-Jimenez L, Morales-Palomo F, Moreno-Cabañas A, Ortega JF, **Mora-Rodríguez R.** J Clin Endocrinol Metab. 2023 Apr 13;108(5):e139-e147. doi: 10.1210/clinem/dgac668.PMID: 36394519
- Effect of Yearly Exercise on Medication Expense and Benefit-Cost Ratio in Individuals with Metabolic Syndrome: A Randomized Clinical Trial. Morales-Palomo F, Moreno-Cabañas A, Alvarez-Jimenez L, Ortega JF, **Mora-Rodríguez R.** Med Sci Sports Exerc. 2023 Feb 1;55(2):158-166. doi: 10.1249/MSS.0000000000003053. Epub 2022 Sep 29.PMID: 36171184 Clinical Trial.
- Statins effect on insulin resistance after a meal and exercise in hypercholesterolemic pre-diabetic individuals. Alvarez-Jimenez L, Morales-Palomo F, Moreno-Cabañas A, Ortega JF, **Mora-Rodríguez R.** Scand J Med Sci Sports. 2022 Sep;32(9):1346-1355. doi: 10.1111/sms.14193. Epub 2022 Jun 5.PMID: 35612762 **Free PMC article.** Clinical Trial.
- Effects of chronic metformin treatment on training adaptations in men and women with hyperglycemia: A prospective study. Moreno-Cabañas A, Morales-Palomo F, Alvarez-Jimenez L, Ortega JF, **Mora-Rodríguez R.** Obesity (Silver Spring). 2022 Jun;30(6):1219-1230. doi: 10.1002/oby.23410. Epub 2022 May 17.PMID: 35578807 **Free PMC article.**
- Endurance Exercise Training reduces Blood Pressure according to the Wilder's Principle. **Mora-Rodríguez R,** Ortega JF, Morales-Palomo F, Ramirez-Jimenez M, Moreno-Cabañas A, Alvarez-Jimenez L. Int J Sports Med. 2022 Apr;43(4):336-343. doi: 10.1055/a-1548-6985. Epub 2021 Sep 24.PMID: 34560789 Clinical Trial.
- Effectiveness of statins vs. exercise on reducing postprandial hypertriglyceridemia in dyslipidemic population: A systematic review and network meta-analysis. Alvarez-Jimenez L, Moreno-Cabañas A, Ramirez-Jimenez M, Morales-Palomo F, Ortega JF, **Mora-Rodríguez R.** J Sport Health Sci. 2022 Sep;11(5):567-577. doi: 10.1016/j.jshs.2021.07.006. Epub 2021 Jul 21.PMID: 34298253 **Free PMC article.** Review.
- Concurrent endurance and resistance training enhances muscular adaptations in individuals with metabolic syndrome. Moreno-Cabañas A, Ortega JF, Morales-Palomo F, Ramirez-Jimenez M,

- Alvarez-Jimenez L, **Mora-Rodriguez R.** Scand J Med Sci Sports. 2021 Jul;31(7):1440-1449. doi: 10.1111/sms.13950. Epub 2021 Mar 27. PMID: 33730398 Clinical Trial.
- Effects of antihypertensive medication and high-intensity interval training in hypertensive **metabolic syndrome** individuals. Ramirez-Jimenez M, Morales-Palomo F, Moreno-Cabañas A, Alvarez-Jimenez L, Ortega JF, **Mora-Rodriguez R.** Scand J Med Sci Sports. 2021 Jul;31(7):1411-1419. doi: 10.1111/sms.13949. Epub 2021 Mar 15. PMID: 33662166 Clinical Trial.
  - Exercise Reduces Medication for **Metabolic Syndrome** Management: A 5-Year Follow-up Study. Morales-Palomo F, Moreno-Cabañas A, Ramirez-Jimenez M, Alvarez-Jimenez L, Valenzuela PL, Lucia A, Ortega JF, **Mora-Rodriguez R.** Med Sci Sports Exerc. 2021 Jul 1;53(7):1319-1325. doi: 10.1249/MSS.0000000000002591. PMID: 33433153 Clinical Trial.
  - The use of a graded exercise test may be insufficient to quantify true changes in  $\dot{V}O_{2max}$  following exercise training in unfit individuals with **metabolic syndrome**. Moreno-Cabañas A, Ortega JF, Morales-Palomo F, Ramirez-Jimenez M, Alvarez-Jimenez L, Pallares JG, **Mora-Rodriguez R.** J Appl Physiol (1985). 2020 Oct 1;129(4):760-767. doi: 10.1152/jappphysiol.00455.2020. Epub 2020 Sep 3. PMID: 32881617 **Free article.**
  - Substitution of parts of aerobic training by resistance training lowers fasting hyperglycemia in individuals with **metabolic syndrome**. Moreno-Cabañas A, Ortega JF, Morales-Palomo F, Ramirez-Jimenez M, Alvarez-Jimenez L, **Mora-Rodriguez R.** Appl Physiol Nutr Metab. 2021 Jan;46(1):69-76. doi: 10.1139/apnm-2020-0281. Epub 2020 Jul 13. PMID: 32659116
  - Mora-Rodriguez, R., Ortega, J.F., Morales-Palomo, F., Ramirez-Jimenez, M., Moreno-Cabañas, A. Effects of statin therapy and exercise on postprandial triglycerides in overweight individuals with hypercholesterolaemia. **British Journal of Clinical Pharmacology.** 2020; 86 (6), pp. 1089-1099. Q2 area "Endocrinology and metabolism".
  - Ortega, J.F., Morales-Palomo, F., Ramirez-Jimenez, M., Moreno-Cabañas, A., Mora-Rodriguez, R. Exercise improves metformin 72-h glucose control by reducing the frequency of hyperglycemic peaks. **Acta Diabetologica,** 2020; 57 (6), pp. 715-723. Q2 area "Endocrinology and metabolism".
  - Morales-Palomo, F., Ramirez-Jimenez, M., Ortega, J.F., Moreno-Cabañas, A., Mora-Rodriguez, R. Exercise training adaptations in metabolic syndrome individuals on chronic statin treatment () **Journal of Clinical Endocrinology and Metabolism,** 2020; 105 (4), pp. E1695-E1704. Q1 area "Endocrinology and metabolism".
  - Guadalupe-Grau A, Fernandez-Elias VE, Ortega JF, Dela F, Helge JW, Mora-Rodriguez R. Effects of 6-month aerobic interval training on skeletal muscle metabolism in middle-aged metabolic syndrome patients. **Scand J Med Sci Sports.** 2018; 28(2):585-595. Factor de impacto= 3.623 Q1 del area "Sport Science".
  - Morales-Palomo F, Ramirez-Jimenez M, Ortega JF, Mora-Rodriguez R. Exercise Periodization over the Year Improves Metabolic Syndrome and Medication Use. **Med Sci Sports Exerc.** 2018; 50(10):1983-1991. Factor de impacto= 4.291 Q1 area "Sport Science".
  - Mora-Rodriguez R, Ortega JF, Morales-Palomo F, Ramirez-Jimenez M. Weight loss but not gains in cardiorespiratory fitness after exercise-training predicts improved health risk factors in metabolic syndrome. **Nutr Metab Cardiovasc Dis.** 2018; 28(12):1267-1274. Factor de impacto= 3.318 Q2 area "Cardiac & Cardiovascular Systems".
  - Ramirez-Jimenez M, Morales-Palomo F, Ortega JF, Mora-Rodriguez R. Effects of intense aerobic exercise and/or antihypertensive medication in individuals with metabolic syndrome. **Scand J Med Sci Sports.** 2018; 28(9):2042-2051. Factor de impacto= 3.623 Q1 del area "Sport Science".
  - Morales-Palomo F, Ramirez-Jimenez M, Ortega JF, Pallares JG, Mora-Rodriguez R. Cardiovascular Drift during Training for Fitness in Patients with Metabolic Syndrome. **Med Sci Sports Exerc.** 2017; 49(3):518-526. Factor de impacto= 4.291 Q1 area "Sport Science".
  - Mora-Rodriguez R, Ortega JF, Guio de Prada V, et al. Effects of Simultaneous or Sequential Weight Loss Diet and Aerobic Interval Training on Metabolic Syndrome. **Int J Sports Med.** 2016; 37(4):274-281. Factor de impacto= 2.453 Q2 area "Sport Science".
  - Mora-Rodriguez R, Ortega JF, Hamouti N, et al. Time-course effects of aerobic interval training and detraining in patients with metabolic syndrome. **Nutr Metab Cardiovasc Dis.** 2014; 24(7):792-798. Factor de impacto= 3.318 Q2 area "Cardiac & Cardiovascular Systems".



Cofinanciado por  
la Unión Europea

Nº Procedimiento: 030569

Código SIACI: SKAZ



Agencia de Investigación e Innovación  
de Castilla-La Mancha

## C.2. Proyectos

- 1. Referencia del proyecto:** PID2020-116159RB-IOO MICIIN 2021-2025  
**Título:** EFECTIVIDAD DEL ENTRENAMIENTO FÍSICO AERÓBICO EN LOS FACTORES DEL SÍNDROME METABÓLICO ALTERANDO EL MOMENTO DE INGESTA DE MEDICACIÓN Y COMIDA.  
**Investigador principal** (nombre y apellidos): Ricardo Mora Rodriguez  
**Entidad financiadora:** MINISTERIO DE CIENCIA E INNOVACION  
**Duración** (fecha inicio-fecha fin, en formato DD/MM/AAAA): 01/09/2021 hasta: 01/09/2024  
**Financiación recibida** (en euros): 96.000 €  
Relación con el proyecto que se presenta: mismo tema/**está muy relacionado**.  
Estado del proyecto o contrato: **Propuesta de resolución definitiva**
- 2. Referencia del proyecto:** DEP2017-83244-R  
**Título:** INTERACCIONES ENTRE EL ENTRENAMIENTO FISICO Y LA MEDICACION CRÓNICA CON ANTIHIPERTENSIVOS, ESTATINAS E HIPOGLUCEMIANTES EN PERSONAS CON SINDROME METABOLICO.  
**Investigador principal** (nombre y apellidos): Ricardo Mora Rodriguez  
**Entidad financiadora:** MINISTERIO DE ECONOMIA, INDUSTRIA Y COMPETITIVIDAD  
**Duración** (fecha inicio-fecha fin, en formato DD/MM/AAAA): 01/01/2017 hasta: 31/12/2020  
**Financiación recibida** (en euros): 83.000 €  
Relación con el proyecto que se presenta: mismo tema/**está muy relacionado**.  
Estado del proyecto o contrato: **concedido**.
- 3. Referencia del proyecto:** DEP2014-52930-R  
**Título:** INTERACCIONES ENTRE EL ENTRENAMIENTO FISICO Y LA MEDICACION CON HIPOGLUCEMIANTES E HIPOTENSORES EN PERSONAS CON SINDROME METABOLICO.  
**Investigador principal** (nombre y apellidos): Ricardo Mora Rodriguez  
**Entidad financiadora:** MINISTERIO DE ECONOMIA Y COMPETITIVIDAD  
**Duración** (fecha inicio-fecha fin, en formato DD/MM/AAAA): 01/01/2015 hasta: 31/12/2017  
**Financiación recibida** (en euros): 121.000 €  
Relación con el proyecto que se presenta: mismo tema/**está muy relacionado**.  
Estado del proyecto o contrato: **concedido**.
- 4. Referencia del proyecto:** DEP2011-28615  
**Título:** EFECTOS DE 16 SEMANAS DE ENTRENAMIENTO COMBINADO AERÓBICO Y DE FUERZA EN LOS COMPONENTES DEL SÍNDROME METABÓLICO; EVOLUCIÓN DE CADA COMPONENTE.  
**Investigador principal** (nombre y apellidos): Ricardo Mora Rodriguez  
**Entidad financiadora:** MINISTERIO DE CIENCIA E INNOVACIÓN. MINISTERIO DE ECONOMIA Y COMPETITIVIDAD  
**Duración** (fecha inicio-fecha fin, en formato DD/MM/AAAA): 01/01/2012 hasta: 31/12/2014  
**Financiación recibida** (en euros): 174.000 €  
Relación con el proyecto que se presenta: mismo tema/**está muy relacionado**.  
Estado del proyecto o contrato: **concedido**.
- 5. Referencia del proyecto:** PEII11-0269-9255  
**Título:** EJERCICIO Y GRASA MONOINSATURADA EN LA DIETA SUMAN SUS ACCIONES EN LA PREVENCIÓN DEL SÍNDROME METABÓLICO EN ADULTOS CON SOBREPESO.  
**Investigador principal** (nombre y apellidos): Ricardo Mora Rodriguez  
**Entidad financiadora:** CONSEJERÍA DE EDUCACIÓN, CIENCIA Y CULTURA (JUNTA DE COMUNIDADES DE CASTILLA - LA MANCHA).  
**Duración** (fecha inicio-fecha fin, en formato DD/MM/AAAA): 1/4/2011 hasta 1/4/2012  
**Financiación recibida** (en euros): 30.000,00 €  
Relación con el proyecto que se presenta: mismo tema/**está muy relacionado**.  
Estado del proyecto o contrato: **concedido**.



Nº Procedimiento: 030569  
Código SIACI: SKAZ



**6. Referencia del proyecto:** DPS-2008-0969

**Título:** EFECTOS DEL EJERCICIO Y LA COMPOSICIÓN DE GRASAS EN LA DIETA EN LOS DESÓRDENES METABÓLICOS DERIVADOS DE LA OBESIDAD

**Investigador principal** (nombre y apellidos): Ricardo Mora Rodríguez

**Entidad financiadora:** MINISTERIO DE CIENCIA E INNOVACIÓN (INSTITUTO DE SALUD CARLOS III)

**Duración** (fecha inicio-fecha fin, en formato DD/MM/AAAA): 27/12/2008 hasta: 27/12/2011

**Financiación recibida** (en euros): 68.970,00 €

Relación con el proyecto que se presenta: mismo tema/**está muy relacionado**.

Estado del proyecto o contrato: **concedido**.

**7. Referencia del proyecto:** DEP-2006-56076-C06-02

**Título:** ESTUDIO DE LOS EFECTOS AGUDOS Y CRÓNICOS DEL ENTRENAMIENTO DE FUERZA SOBRE LA FATIGA INDUCIDA POR SOBRECALENTAMIENTO

**Investigador principal** (nombre y apellidos): Ricardo Mora Rodríguez

**Entidad financiadora:** MINISTERIO DE EDUCACION Y CIENCIA. SECRETARÍA DE ESTADO DE UNIVERSIDADES E INVESTIGACIÓN

**Duración** (fecha inicio-fecha fin, en formato DD/MM/AAAA): 01/10/2006 hasta: 30/09/2009.

**Financiación recibida** (en euros): 50.820,00€

Relación con el proyecto que se presenta: mismo tema/**está algo relacionado**.

Estado del proyecto o contrato: **concedido**.

### C.3. Contratos, méritos tecnológicos o de transferencia

Proyectos de investigación **artículo 83 universidad-empresa** como IP:

**Título del contrato/proyecto** The effects on performance of a complete rehydration with water, aquarius, powerade or gatorade during exercise in the heat.

**Tipo de contrato:** Contrato de Investigación con Empresa Privada

**Empresa/Administración financiadora** Company: Quaker Oats, Co.

**Entidades participantes:** Universidad Castilla-La Mancha y Gatorade Sports Science Institute

Dates: 25/01/2005 to 25/11/2008

**Investigador responsable:** Ricardo Mora Rodríguez

**Número de investigadores:** 4

**Subvención:** 30.660,00 €

**Título del contrato/proyecto:** HYDRATION RESEARCH PROJECT 2012.

**Tipo de contrato:** Contrato de Investigación con Empresa Privada

**Empresa/Administración financiadora:** European Hydration Institute

**Entidades participantes:** Universidad Castilla-La Mancha y European Hydration Institute

**Duración:** desde: 01/01/2013 hasta: 31/12/2014

**Investigador responsable:** Ricardo Mora Rodríguez

**Número de investigadores** participantes: 4

**Subvención:** 80.000,00 €

**Título del contrato/proyecto:** DEVELOPMENT OF ENTERADE.

**Tipo de contrato:** Contrato de Investigación con Empresa Privada (asesoramiento)

**Empresa/Administración financiadora:** The Coca-Cola company

**Entidades participantes:** Universidad Castilla-La Mancha y The Coca-Cola company

**Duración:** desde: 01/01/2018 hasta: 31/12/2018

**Investigador responsable:** Ricardo Mora Rodríguez

**Número de investigadores** participantes: 4

**Subvención:** 3.272,00 €

### C.4. Patentes



Cofinanciado por  
la Unión Europea

Nº Procedimiento: 030569

Código SIACI: SKAZ



### **C.5, C.6, C.7...**

- Premio nacional de medicina del deporte (3er lugar). Organizado por la Escuela de medicina del Deporte de la Universidad de Oviedo. Fecha de concesión: 01/04/2008.
- Premio nacional de medicina del deporte (3er lugar). Organizado por la escuela de medicina del deporte de la Universidad de Oviedo. Fecha de concesión: 25/03/2007.
- Premio a la mejor INVESTIGACION del congreso de la Federacion Europea de Medicina del Deporte. PREMIO INTERNACIONAL. Fecha de concesión: 01/05/2001.
- Premio a la mejor ponencia del American College of Sports Medicine (ACSM). Conferencia anual en 1998. Fecha de concesión: 05/06/1998.
- Premio a la mejor tesis en la University of Texas at Austin año 1998. The effects of epinephrine propranolol and plasma fatty acid concentration on fat and carbohydrate metabolism during exercise. Fecha de concesión: 15/05/1998.
- 3 estancias en el extranjero Inverstigador Senior modalidad Salvador de Madariaga (2010-2013-2017).

Fecha y firma,

Toledo a 25/04/2023