

A través de una empresa nacida de las investigaciones del Instituto Madrileño de Estudios Avanzados IMDEA Nutrición

La Comunidad de Madrid aplica la nutrigenética para mejorar el rendimiento de futbolistas no profesionales

- *ChronoSport* combina un test genético deportivo con un plan de acción personalizada de entrenamiento, alimentación y recuperación
- Los beneficiarios serán los integrantes de los más de 300 clubes de fútbol que agrupa ProLiga

14 de marzo de 2026.- La Comunidad de Madrid aplicará la investigación nutrigenética al deporte base gracias a un acuerdo entre *Precision for Health* -empresa biotecnológica nacida de las investigaciones del Instituto de Estudios Avanzados IMDEA Nutrición- y la entidad ProLiga, que agrupa a más de 300 clubes de fútbol no profesional. El objetivo es lograr reducir el riesgo de lesiones, potenciar el rendimiento y mejorar la salud de los más jóvenes mediante el estudio del ADN de los deportistas.

En las categorías, muchas decisiones nutricionales siguen basadas en protocolos generales y experiencia acumulada, sin disponer de información objetiva sobre las diferencias individuales. Factores como la genética, el metabolismo, el riesgo de lesión o la capacidad real de esfuerzo no siempre se miden con precisión. Para cubrir este hueco surge esta alianza entre investigación y clubes de fútbol, que permitirá aplicar la nutrigenética en la práctica deportiva.

La solución creada para desarrollar este programa se denomina *ChronoSport*. A partir de una muestra de saliva de los jugadores, combina un test genético con un plan de acción personalizado que detalla cómo entrenar, alimentarse y recuperarse según las características individuales, optimizando su rendimiento y la salud en general. Para ello, se estudian un total de 26 variantes genéticas relacionadas con el riesgo de lesiones, potencia frente a resistencia o la capacidad de recuperación, así como el metabolismo y los biorritmos.

Este análisis permite conocer cómo el cuerpo procesa los nutrientes, una información clave para ajustar la alimentación y potenciar la energía, resistencia y recuperación con precisión científica. También revela la predisposición genética al rendimiento deportivo, lo que facilita el diseño de entrenamientos más efectivos y seguros desde el inicio; y cómo los genes influyen en el sueño,



Medios de Comunicación

la digestión y los ritmos diarios, para ayudar a organizar el día a día, descansar mejor y vivir de forma saludable.