UNIVERSIDAD DE GRANADA

EFFECTS (CTS-262)
Evaluación funcional y fisiología del ejercicio

Dra. Cristina Canals Garzón



Profesora Sustituta Interina en facultad de Ciencias de la Salud-Universidad de Granada

DATOS DE CONTACTO

- **Correo electrónico:** @email
- **Teléfono:** +34 691029890
- **ORCID**

Docente en el departamento de Enfermería e investigadora postdoctoral, imparte asignaturas de Nutrición y Dietética y Enfermería Familiar y Comunitaria. Su investigación se centra en el efecto de antioxidantes orales sobre el estrés oxidativo inducido por ejercicio físico de alta intensidad. Ha estudiado compuestos como melatonina, CoQ10, maqui y Phlebodium decumanum, con énfasis en su impacto en la salud celular.

Copyright© 2026 Universidad de Granada

FORMACIÓN ACADÉMICA

Doctorado en Biomedicina y Salud Pública | Universidad de Granada | 2022
Máster oficial de Investigación y Docencia en Ciencias de la Actividad Física y Salud | Universidad de Jaén | 2017
Máster propio en Enfermería Escolar | Universidad Cardenal Herrera |
Máster oficial en Profesorado de Enseñanza Secundaria Obligatoria y Bachillerato, Formación Profesional y Enseñanzas de Idiomas, especialidad en procesos sanitarios | Universidad Internacional de la Rioja|
Grado en Enfermería | Universidad de Granada | 2016

CONOCE A LA DRA. CRISTINA CANALS GARZÓN

Docente en el departamento de Enfermería e investigadora postdoctoral. Las clases que imparto actualmente son Nutrición y Dietética y Enfermería Familiar y Comunitaria a los alumnos de grado de segundo curso de enfermería.

La trayectora investigadora está relacionada con diferentes sustancias orales antioxidantes que conllevan un efecto beneficioso en el organismo y que reducen la oxidación celular y estrés oxidativo causado por la práctica de una actividad física de alta intensidad. Algunos de los antioxidantes que se han incluido en la investigación son: Melatonina, Coenzima Q10 (CoQ10), Maqui (frutos rojos característicos de Chile) o Phlebodium Decumanum (helecho típico de Honduras).

Áreas Clave de Especialización:

- Antioxidantes y estrés oxidativo
- Ejercicio de alta intensidad y radicales libres
- Urgencias y emergencias

FUERA DEL LABORATORIO

Algo que hago habitualmente y que hace que desconecte de la rutina diaria es cantar, canto en un coro y cuando tengo un rato en casa. También disfruto mucho pasando tiempo en la naturaleza, de ruta por la montaña o practicando algún deporte como el padel o natación.

Este año también comencé con clases de salsa y bachata, es algo que me relaja mucho.

PUBLICACIONES DESTACADAS Y HALLAZGOS CLAVE

Canals-Garzón, C., Guisado-Barrilao, R., Martínez-García, D., Chirosa-Ríos, I. J., Jerez-Mayorga, D., & Guisado-Requena, I. M. (2022). Effect of antioxidant supplementation on markers of oxidative stress and muscle damage after strength exercise: a systematic review.

Copyright© 2026 Universidad de Granada

International journal of environmental research and public health, 19(3), 1803.

Ponencia internacional: Perfiles metabólicos en los sujetos activos con diabetes tipo I autoinmune frente a los controles sedentarios.

Ponencia internacional: Perspectiva de enfermería sobre covid-19 y vitamina D: una revisión sistemática.

Ponencia internacional: Asociación de covid-19 dependiendo del grupo sanguíneo: una revisión sistemática

Ponencia internacional: Abordaje de enfermería en la enfermedad inflamatoria intestinal y recomendaciones en periodos de brotes a través de la dieta.

Comunicación internacional, Congreso Pleokinetic: Efectos de la fuerza muscular en la salud, rehabilitación y rendimiento deportivo.

Copyright© 2026 Universidad de Granada