

Datos Personales

Herrero Alonso, Juan Azael

E-mail: jaherrero@uemc.es

Formación Académica

Licenciado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte por la Universidad de León, Promoción 1997/2002

Grado de Licenciado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte por la Universidad de León, Diciembre de 2002

Doctor con Mención Europea en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte por la Universidad de León, Junio de 2006

Premio extraordinario de Doctorado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte por la Universidad de León, curso de 2005/06

Acreditado como Profesor de Universidad Privada por la Agencia para la Calidad del Sistema Universitario de Castilla y León, abril 2009

Acreditado como Contratado Doctor y Profesor de Universidad Privada por la ANECA, octubre 2009

Un tramo de investigación en el área Bioquímica y biología molecular (periodo 2005-2010) reconocido por la Agencia para la Calidad del Sistema Universitario de Castilla y León (febrero 2011)

Actividad Investigadora desempeñada

Becario FPI por la Junta de Castilla y León, realizando la tesis *Efectos inducidos por el entrenamiento de fuerza con electroestimulación neuromuscular en la fuerza y potencia muscular*, desde junio de 2003 hasta junio de 2006

Profesor del Programa de Doctorado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte de la Universidad de León. Desde junio de 2006

Responsable del Laboratorio de Fisiología y Biomecánica de la Universidad Europea Miguel de Cervantes de Valladolid. Desde septiembre de 2005

Investigador principal en 4 proyectos de investigación financiados por la Junta de Castilla y León. Investigador colaborador en otros 4 proyectos financiados por entidades públicas o privadas

Líneas de investigación: Efectos agudos y crónicos de la electroestimulación y de la estimulación neuromuscular mecánica en discapacitados físicos (llevadas a cabo ambas en el Centro de Investigación en Discapacidad Física)

Varias publicaciones internacionales indexadas en ISI-JCR y más de cincuenta publicaciones en revistas nacionales e internacionales sin índice de impacto, capítulos de libros y contribuciones a congresos, casi todas sobre entrenamiento de fuerza con electroestimulación

Publicaciones más relevantes

Azael J. Herrero, Héctor Menéndez, Laura Gil, Juan Martín, Teresa Martín, David García-López, Ángel Gil-Agudo, Pedro J. Marín. Effects of whole body vibration on blood flow and neuromuscular activity in spinal cord injury. *Spinal Cord*. 49(4):554-559, 2011

Azael J. Herrero, Juan Martín, Teresa Martín, David García-López, Nuria Garatachea, Beatriz Jiménez, Pedro J. Marín. Whole Body Vibration alters Blood Flow Velocity and Neuromuscular Activity in Friedreich's ataxia. *Clinical Physiology and Functional Imaging*. 31(2):139-44, 2011

Marín PJ, Herrero JA, Zarzosa F, Rhea MM, García-López D. Vertical whole body vibrations improve the total volume of a biceps curl set to failure. *European Journal of Sport Science*. 10(6): 385-390, 2010

David García-López, Azael J. Herrero, Gustavo González-Calvo, Mathew R. Rhea, Pedro J. Marín. Influence of "in series" elastic resistance on muscular performance during a biceps curl set on the cable machine. *Journal of Strength and Conditioning Research*. 24(9): 2449-55, 2010

Pedro J. Marín, Azael J. Herrero, Nuria Sáinz, Matthew R. Rhea, David García-López. Effects of different magnitudes of whole body vibration on arm muscular performance. *Journal of Strength and Conditioning Research*, 24(9): 2506-11, 2010

Azael J. Herrero, Juan Martín, Teresa Martín, Olaia Abadía, Beatriz Fernández y David García-López. Effect of plyometrics and strength training with and without superimposed electrical stimulation on muscle strength and anaerobic performance. A randomized controlled trial. Part II. *Journal of Strength and Conditioning Research*. 24(6): 1616-1622, 2010

Azael J. Herrero, Juan Martín, Teresa Martín, Olaia Abadía, Beatriz Fernández y David García-López. Effect of strength training with and without superimposed electrical stimulation on muscle strength and anaerobic performance. A randomized controlled trial. Part I. *Journal of Strength and Conditioning Research*. 24(6): 1609-1615, 2010

García-López, D.; Izquierdo, M.; Rodríguez, S.; González-Calvo, G.; Sáinz, N.; Abadía, O.; Herrero, J.A. Interset stretching does not influence the kinematic profile of consecutive bench-press sets. *Journal of Strength and Conditioning Research*. 24(5): 1361-68, 2010

García-López, D., Herrero J.A., Abadía, O., García-Isla, F.J., Ualí, I., Izquierdo, M. The Role of Resting Duration in the Kinematic Pattern of Two Consecutive Bench Press Sets to Failure in Elite Sprint Kayakers. *International Journal of Sports Medicine*. 29(9):764-769, 2008

Nicola A. Maffiuletti, Azael J. Herrero, Marc Jubeau, Franco M. Impellizzeri, and Mario Bizzini. Differences in Electrical Stimulation Thresholds between Men and Women. *Annals of Neurology*. 63(4): 507-512, 2008

García-López D, de Paz JA, Jiménez-Jiménez R, Bresciani G, De Souza F, Herrero JA, Alvear-Ordenes I, González-Gallego J. Early explosive force reduction associated with exercise-induced muscle damage. Relationship with soreness and serum creatine kinase. *Journal of Physiology and Biochemistry*. 62(3): 163-170, 2006

Herrero JA, Izquierdo M, Maffiuletti NA, García J. Electromyostimulation and Plyometric Training Effects on Jumping and Sprint Time. *International Journal of Sports Medicine*. 27(7): 533-539, 2006

García-López J, Peleteiro J, Rodríguez-Marroyo JA, Morante JC, Herrero JA, Villa JG
Título: The validation of a new method that estimates jumping height from flight time:
Sportjump-v1.0. *International Journal of Sports Medicine*. 26(4): 294-302, 2005

Experiencia Profesional

Profesor de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Europea Miguel de Cervantes de Valladolid desde septiembre de 2005. Asignaturas impartidas: *Biomecánica, Biomecánica de las habilidades deportivas, Investigación en actividad física y deporte, Metodología de la investigación aplicada y Prácticum en salud y discapacidad*

Profesor de *Entrenamiento con electroestimulación* en el Máster de Entrenamiento Personal de la Universidad Politécnica de Madrid, desde el curso 2007/08

Profesor de *Documentación bibliográfica y análisis crítico de documentos científicos* en el Máster Universitario en Prevención y Readaptación de las Lesiones Deportivas en el Fútbol organizado por la Real Federación Española de Fútbol, desde el curso 2008/09

Director del Centro de Investigación en Discapacidad Física de la Asociación de Paraplégicos y Grandes Minusválidos (ASPAYM) de Castilla y León desde Noviembre de 2007