

POTENCIA TUS DEFENSAS

DR. A. ESCRIBANO ZAFRA
DR. A. ESCRIBANO OCÓN



Potencia tus defensas

Dr. A. Escribano Zafra, Dr. A. Escribano Ocón

Una guía para prevenir enfermedades. Conoce, entrena y mantén en forma tu sistema defensivo para optimizarlo de la mejor manera.

Una guía para prevenir enfermedades. Conoce, entrena y mantén en forma tu sistema defensivo para optimizarlo de la mejor manera.

Los virus, las bacterias y otros microorganismos atacan el sistema inmunológico cada día. Su correcto funcionamiento se convierte en la barrera de protección más eficaz.

En estas páginas el prestigioso Dr. Escribano Zafra, en colaboración con su hijo, el también médico Antonio Escribano Ocón, nos aportan el conocimiento científico con el que conseguiremos que el organismo esté fuerte. *Potencia tus defensas* te ayudará a reconocer las señales del cuerpo, a mejorar tu salud, a prevenir enfermedades y a aumentar tu calidad de vida.

Fecha de publicación:

01/09/2020

Sello Editorial:

Espasa

Contacto de prensa

Nombre: Fernanda Azeredo

Teléfono: 914230355

Email: fazeredo@planeta.es

Nombre: Elena Suárez

Teléfono: 618697367

Email: elena.suarez@planeta.es

Nombre: Sara Ayllón

Teléfono: 914230353

Email: sayllon@planeta.es

Nombre: Nuria Quintanar

Teléfono: 914230377

Email: nquintanar@espasa.es

Nombre: Luisa Paunero

Teléfono: 914 23 03 78

Email: lpaunero@planeta.es

Nombre: Laura Fernández

Teléfono: 91 423 03 28

Email: lfernandez@planeta.es

Nombre: María Luque

Teléfono: 916008074

Email: mluquec@planeta.es



Dr. A. Escribano Zafra

Antonio Escribano Zafra

Antonio Escribano Zafra es licenciado y doctor en Medicina por la Universidad de Sevilla. Especialista en endocrinología y nutrición y medicina de la educación física y el deporte, además de catedrático extraordinario de Nutrición Deportiva y director de la cátedra internacional de Nutrición Deportiva (UCAM-Murcia). Profesor de Nutrición, Hidratación y Deporte en la Universidad de Navarra (UNAV). Imparte clases de Fisiología humana y Fisiología y Bioquímica del ejercicio y de la nutrición en diferentes universidades españolas y extranjeras. Es doctor *honoris causa* por la Universidad San Ignacio de Loyola de Lima (Perú) y presidente del Comité Consultivo de la Facultad de Ciencias de la Salud, Nutrición y Deporte de la Universidad San Ignacio de Loyola de Lima y San Ignacio University (Miami, Estados Unidos).

Ha coordinado el área de nutrición de más de veinte equipos de fútbol y de múltiples deportistas, tanto en España como en Europa. Es miembro de la Comisión de Nutrición y Hábitos saludables del Comité Olímpico Español.

Es en la actualidad responsable médico del área de nutrición de la Federación Española de Fútbol y lo ha sido también durante años de la Federación Española de Baloncesto. Ha impartido más de ochocientas conferencias sobre nutrición, deporte y hábitos saludables en diferentes eventos científicos nacionales e internacionales.

Es colaborador habitual del programa *El Transistor*, de Onda Cero, y *Salud al día*, de Canal Sur Andalucía, así como participante en diferentes programas de radio y televisión.

Autor de los libros *Aprende a comer y a controlar tu peso* (Espasa, 2015), *Come bien, vive más y mejor* (Espasa, 2016), *Batidos para la vida* (Espasa, 2018) y *Dieta para el cerebro* (Espasa, 2020).

Dr. A. Escribano Ocón

Antonio Escribano Ocón es Licenciado y Doctor en Medicina. Ha cursado estudios de licenciatura y doctorado en las Universidades de Navarra, Sevilla y Cádiz. Especialista en Medicina Interna. Máster en Nutrición Clínica. Máster Oficial en Nutrición en la Actividad Física y el Deporte. Máster en Fisiología del Deporte. Máster en Enfermedades Infecciosas y Tratamiento Antimicrobiano. Experto Universitario en Ecografía Clínica y Experto Universitario en Inmunonutrición. En la actualidad cursa el grado oficial de Nutrición Humana y Dietética y está en posesión del FIFA Diploma in Football Medicine.

Es Profesor Visitante de la Universidad San Ignacio de Loyola en Lima (Perú). Profesor del Máster oficial en Nutrición en la Actividad física y el Deporte de la Universidad Católica San Antonio de Murcia. Profesor colaborador en la asignatura de Nutrición, Hidratación y Deporte del grado de Nutrición Humana y Dietética de la Universidad de Navarra. Es también colaborador docente en diferentes cursos nacionales e internacionales de la UEFA.

Ha presentado múltiples comunicaciones a congresos nacionales e internacionales, y es autor y coautor de varias publicaciones.

Miembro de la Sociedad Española de Medicina Interna, de la Sociedad Española de Enfermedades Infecciosas y Microbiología Clínica, de la Sociedad Española de Arteriosclerosis y miembro de los Grupos de Trabajo de Diabetes y Obesidad y de Ecografía Clínica de la Sociedad Española de Medicina Interna.