

Tarea 6 - Composición del equipo de investigación de vuestro proyecto

Mi equipo de investigación está compuesto por los siguientes miembros:

- **Investigador Principal (yo):** experto en fisiología del ejercicio y nutrición deportiva, así como en el ayuno intermitente y sus posibles efectos en el rendimiento deportivo de los atletas de élite.
- **Nutricionista deportivo:** rol necesario para tener a alguien más que pueda especializarse en diseñar planes adaptados al ayuno intermitente y a las necesidades de los atletas. Si bien es verdad que no vamos a cambiar directamente la dieta de los deportistas, vamos a tener que reajustar el número de ingestas y las cantidades por comida.
- **Médico especializado en el deporte:** es un miembro fundamental para aportar conocimientos sobre la salud general de los atletas y supervisar cualquier impacto del ayuno en su bienestar, así como evaluar los cambios a nivel bioquímico en las analíticas.
- **Fisiólogo del ejercicio:** aunque ya debería ser parte de cada uno de los equipos de competición, es muy bueno tenerlo en el quipo de investigación ya que puede ayudar a diseñar y supervisar los protocolos de entrenamiento, pudiendo así ayudarnos a detectar cambios en el rendimiento en base a la fisiología (ej. detección de cambios en el umbral de lactato)
- **Estadístico:** un rol más que necesario para poder diseñar adecuadamente el estudio y sobretodo realizar un buen análisis de los datos recopilados, nos ayudaría a definir las causalidades y diferenciarlas de las simples correlaciones.
- **Atletas, entrenadores y equipos deportivos:** son la parte esencial ya que sin su participación no se podría realizar la investigación, necesitamos de su aprobación para implementar las medidas de ayuno intermitente y garantizar la viabilidad del estudio.