

Fecha del CVA

04/03/2026

## DATOS PERSONALES

Nombre *	Maria
Apellidos *	Izquierdo Pulido
Dirección Email	maria_izquierdo@ub.edu
ORCID	0000-0001-8233-1177

## Situación profesional actual

Puesto	Catedrático de Universidad
Fecha inicio	2020
Organismo / Institución	Universitat de Barcelona
Departamento / Centro	Departamento de Nutrición, Ciencias de la Alimentación y Gastronomía / Facultad de Farmacia y Ciencias de la Alimentación

## Situación profesional anterior

Periodo	Puesto / Institución / País
2019-2023	Directora del Departament de Nutrició, Ciències de l'Alimentació i Gastronomia / Facultat de Farmàcia i Ciències de l'Alimentació - Universitat de Barcelona
2017-2018	Vicedecana del Campus Torribera de l'Alimentació / Facultat de Farmàcia i Ciències de l'Alimentació - Universitat de Barcelona
2008-2022	Coordinadora del Programa de Doctorado Alimentación y Nutrición / Universidad de Barcelona
1997-2020	Profesor Titular / Universitat de Barcelona

## Formación académica

Grado/Master/Tesis	Universidad / País	Año
Grado en Nutrició Humana i Dietètica	Universidad Católica de Murcia / España	2019
Màster en Direcció de Marketing	Escuela de Administración de Empresas / España	2006
Màster Ciències Alimentació i Nutrició	Universidad de Barcelona / España	1991
Doctora en Farmàcia	Universitat de Barcelona / España	1991
Llicenciada en Farmàcia	Universitat de Barcelona / España	1987

## MÉRITOS MÁS RELEVANTES

### Publicaciones

- Artículo científico.** Diez-Hernández, M.; Parilli-Moser, I.; Zerón-Ruggerio, MF.; Izquierdo-Pulido, M.(/4). 2025. Emotional and Uncontrolled Eating Mediate the Well-Being Adiposity Relationship in Women but Not in Men. *Nutrients*. <https://doi.org/10.3390/nu18010111>.
- Artículo científico.** Zerón-Ruggerio, M.F.; Ibarra-Picón, A.; Diez-Hernández, M.; Comas-Basté, O.; Pérez-Cano, F.J.; Cambras, T.; Izquierdo-Pulido, M.(/7). 2025. Daily walnut consumption increases 6-sulfatoxymelatonin urinary levels and can improve sleep

quality: a randomized crossover trial. *Food & Function*. 16-18, pp.7023-7035. <https://doi.org/10.1039/D5FO00971E>

- 3 **Artículo científico**. Zerón-Ruggerio, M.F.; Santamaría-Orleans, A.; Izquierdo-Pulido, M.(/3). 2024. Late bedtime combined with more screen time before bed increases the risk of obesity and lowers diet quality in Spanish children. *Appetite*. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2024.107293>
- 4 **Artículo científico**. Ramírez-Contreras, C.; Farran-Codina, A.; Zerón-Ruggerio, M.F.; Izquierdo-Pulido, M. (AC). (4/4). 2023. Relative Validity and Reliability of the Remind App as an Image-Based Method to Assess Dietary Intake and Meal Timing in Young Adults. *Nutrients*. <https://doi.org/10.3390/nu15081824>
- 5 **Artículo científico**. Ramírez-Contreras, C; Santamaría-Orleans, A; Izquierdo-Pulido, M; Zerón-Ruggerio, M.F.(/4). 2022. Sleep dimensions are associated with obesity, poor diet quality and eating behaviors in school-aged children. *Frontiers In Nutrition*. <https://doi.org/10.3389/fnut.2022.959503>
- 6 **Artículo científico**. Miranda-Peñarroya, G.; Zerón-Ruggerio, M.F.; Vallejo-Gracia, M.; Sorio-Fuentes, R.; Saenger-Ruiz, F.; Izquierdo-Pulido, M. (AC). (6/6). 2022. Adherence to Healthy Lifestyle Habits Is a Determinant of the Effectiveness of Weight Loss among Patients Undergoing Endoscopic Bariatric Therapies. *Nutrients*. <https://doi.org/10.3390/nu14112261>
- 7 **Artículo científico**. Zerón-Ruggerio, M.F.; Hernáez, Á.; Cambras, T.; Izquierdo-Pulido, M.(/4). 2022. Emotional eating and cognitive restraint mediate the association between sleep quality and BMI in young adults. *Appetite*. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2021.105899>
- 8 **Artículo científico**. Zerón-Ruggerio, MF; Alda, JA; Carpio-Arias, TV; Izquierdo-Pulido, M; Cambras, T.(/5). 2022. Seasonality and ADHD: Summer time is associated with less symptoms of inattention among children and adolescents with ADHD. *Journal of Affective Disorders*. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2022.07.036>
- 9 **Artículo científico**. Rueda-Galindo, L., Zerón-Ruggerio, M.F., Egea, A.J.E, Serrancolí, G., Izquierdo-Pulido, M.(/1). 2022. A Mediterranean-Style Diet Plan Is Associated with Greater Effectiveness and Sustainability in Weight Loss in Patients with Obesity after Endoscopic Bariatric Therapy. *Medicina (Kaunas)*.
- 10 **Artículo científico**. Ramírez-Contreras C, Zerón-Ruggerio MF, Izquierdo-Pulido M.(/1). 2022. Life before and after COVID-19: The 'New Normal' Benefits the Regularity of Daily Sleep and Eating Routines among College Students. *Nutrients*. <https://doi.org/10.3390/nu14020351>
- 11 **Artículo científico**. Ríos-Hernández, A.; Gilchrist, C.; Chelimo, C-; et al; Grant, Cameron. (/10). 2022. The relationship between diet and sleep in 2-y-old children: Results from Growing Up in New Zealand. *Nutrition*. <https://doi.org/10.1016/j.nut.2021.111560>
- 12 **Artículo científico**. Barnadas Solé, C.; Zerón Ruggerio, M.F.; Foncillas Corvinos, J.; Díez-Noguera, A.; Cambras, T.; Izquierdo-Pulido, M.(/6). 2021. Sleeve gastrectomy in patients with severe obesity restores circadian rhythms and their relationship with sleep pattern. *Chronobiology International*. 38-4, pp.565-575. <https://doi.org/10.1080/07420528.2020.1866003>
- 13 **Artículo científico**. Miranda-Peñarroya, G.; Vallejo-Garcia, M.; Ruiz-León, A.; Saenger-Ruiz, F.; Sorio-Fuentes, R.; Izquierdo-Pulido, M.; Farran-Codina, A.(/7). 2021. Development and Validation of a Short Questionnaire on Dietary and Physical Activity Habits for Patients Submitted to Bariatric Endoscopic herapies. *Obesity Surgery*. <https://doi.org/10.1007/s11695-021-05754-7>
- 14 **Artículo científico**. Ramírez-Contreras, C.; Farran-Codina, A.; Izquierdo-Pulido, M.; Zerón-Ruggerio, M.F.(/4). 2021. A higher dietary restraint is associated with higher BMI: a cross-sectional study in college students. *Physiology & Behavior*. <https://doi.org/10.1016/j.physbeh.2021.113536>
- 15 **Artículo científico**. Celorio-Sarda, Ricard; Comas-Baste, Oriol; Latorre-Moratalla, M. Luz; et al; Vidal-Carou, Maria del Carmen. (/9). 2021. Effect of COVID-19 Lockdown on Dietary Habits and Lifestyle of Food Science Students and Professionals from Spain. *Nutrients*. 13-5, pp.1-13. <https://doi.org/10.3390/nu13051494>
- 16 **Artículo científico**. Zerón-Ruggerio, M.F.; Díez-Noguera, A.; Izquierdo-Pulido, M.; Cambras, T.(/4). 2021. Higher eating frequency is associated with lower adiposity and

robust circadian rhythms: a cross-sectional study. *The American Journal of Clinical Nutrition*. 113-1, pp.17-27. <https://doi.org/10.1093/ajcn/nqaa282>

- 17 **Artículo científico.** Barnadas-Solé,C.; Zerón-Ruggerio M.F.; Hernáez, A.; Foncillas-Corvinos, J.; Cambras, T.; Izquierdo-Pulido, M.(/6). 2021. Late bedtime is associated with lower weight loss in patients with severe obesity after sleeve gastrectomy. *International Journal of Obesity*. 45-9, pp.1967-1975. <https://doi.org/10.1038/s41366-021-00859-6>
- 18 **Artículo científico.** Zerón-Ruggerio, María Fernanda; Valeria Carpio-Arias, Tannia; Ferreira-García, Estrella; Díez-Noguera, Antoni; Cambras, Trinitat; Alda, Jose Ángel; Izquierdo-Pulido, Maria. (/7). 2021. ADHD subtypes are associated differently with circadian rhythms of motor activity, sleep disturbances, and body mass index in children and adolescents: a case-control study. *European Child & Adolescent Psychiatry*. 30-12, pp.1917-1927. <https://doi.org/10.1007/s00787-020-01659-5>
- 19 **Artículo científico.** Zerón-Ruggerio, M.F.; Longo-Silva, G.; Hernáez, Á.; Ortega-Regules, A.E.; Cambras, T.; Izquierdo-Pulido, M.(/6). 2020. The elapsed time between dinner and the midpoint of sleep is associated with adiposity in young women. *Nutrients*. <https://doi.org/10.3390/nu12020410>
- 20 **Artículo científico.** Zerón-Ruggerio, M.F.; Díez-Noguera, A.; Izquierdo-Pulido, M.; Cambras, T.(/4). 2020. Adiposity and body mass index of young women are associated with altered 24-hour profile of wrist temperature and sleep quality. *Chronobiology International*. 37-11, pp.1580-1590. <https://doi.org/10.1080/07420528.2020.1785486>
- 21 **Artículo científico.** Zerón-Ruggerio, M.F., Hernáez, A., Porrás-Loaiza, A.P., Cambras, T., Izquierdo-Pulido, M.(/1). 2019. Eating jet lag: A marker of the variability in meal timing and its association with body mass index. *Nutrients*. <https://doi.org/10.3390/nu11122980>
- 22 **Artículo científico.** Zeron-Ruggerio, MF.; Cambras, T.; Izquierdo-Pulido, M.(/3). 2019. Social Jet Lag Associates Negatively with the Adherence to the Mediterranean Diet and Body Mass Index among Young Adults. *Nutrients*. <https://doi.org/10.3390/nu11081756>
- 23 **Artículo científico.** Schröder, H.; Bawaked, R.A.; Ribas-Barba, L.; Izquierdo-Pulido, M.; Roman-Viñas, B.; Fito, M.; Serra-Majem, L.(/7). 2017. Cumulative effect of obesogenic behaviours on adiposity in Spanish children and adolescents. *Obesity Facts*. 6-10, pp.584-596. <https://doi.org/10.1159/000480403>
- 24 **Artículo científico.** Marventano, S.; Izquierdo Pulido, M.; Sánchez-González, C.; Godos, J.; Speciani, A.; Galvano, F.; Grosso, G.(/7). 2017. Legume consumption and CVD risk: a systematic review and meta-analysis. *Public Health Nutrition*. 20-2, pp.245-254. <https://doi.org/10.1017/S1368980016002299>
- 25 **Artículo científico.** Ríos-Hernández, A.; Alda, JA.; Farran-Codina, A.; Ferreira-García, E.; Izquierdo-Pulido, M.(/5). 2017. The Mediterranean Diet and ADHD in Children and Adolescents. *Pediatrics*. 139-2, pp.1-9. <https://doi.org/10.1542/peds.2016-2027>
- 26 **Artículo científico.** Bawaked, R.A.; Schröder, H.; Ribas-Barba, L.; Izquierdo-Pulido, M.; Pérez-Rodrigo, C.; Fito, M.; Serra-Majem, L.(/7). 2017. Association of diet quality with dietary inflammatory potential in youth. *Food & Nutrition Research*. <https://doi.org/10.1080/16546628.2017.1328961>
- 27 **Capítulo de libro.** Zerón-Ruggerio, M.F.; Izquierdo-Pulido, M.(/2). 2018. Legumes and obesity. *Legumes. Nutritional Quality, Processing and Potential Health Benefits*. Royal Society of Chemistry. ISBN 978-1-78801-161-7.
- 28 **Capítulo de libro.** Izquierdo-Pulido, M.(/1). 2015. *Nutrigenética y deporte: hacia una personalización en la dieta del deportista*. Nutrición Molecular. Mc Graw Hill. ISBN 978-607-15-1271-0.
- 29 **Capítulo de libro.** Izquierdo-Pulido, M.; Ríos, A.; Farran-Codina, A.; Alda JA.(/4). 2015. The role of diet and physical activity in children and adolescents with ADHD. *Recent Advances in Pharmaceutical Sciences V. Research Signpost*. ISBN 978-81-308-0561-0.
- 30 **Revisión.** Zerón-Ruggerio, M.F.; Doblás-Faxeda, S.; Díez-Hernández, M.; Izquierdo-Pulido, M.(/4). 2023. Are Emotional Eating and Other Eating Behaviors the Missing Link in the Relationship between Inadequate Sleep and Obesity? A Systematic Review. *Nutrients*. <https://doi.org/10.3390/nu15102286>
- 31 **Revisión.** Ros, E.; Izquierdo-Pulido, M.; Sala-Vila, A.(/3). 2018. Beneficial effects of walnut consumption on human health: role of micronutrients. *Current Opinion in Clinical Nutrition and Metabolic Care*.

## Proyectos y Contratos

- 1 **Proyecto.** PID2023-147086OB-I00, Hacia un buen descanso: El impacto de la calidad de la dieta y la microbiota intestinal en la calidad del sueño durante la postmenopausia. Ministerio de Ciencia e Innovación (MICINN). Izquierdo Pulido, María; Zerón Rugerio, María Fernanda. 01/09/2024-31/08/2028. 218.750 €.
- 2 **Proyecto.** CEX2021-001234-M, Institut d'Investigació en Nutrició i Seguretat Alimentària (INSA-UB). Ministerio de Ciencia e Innovación (MICINN). Lamuela Raventos, Rosa María. 01/01/2023-31/12/2026. 2.000.000 €.
- 3 **Proyecto.** 101089376, CHARM-EU Expansion, Inter-institutional campus, Governance, Higher education and Transformation. Education, Audiovisual and Culture Executive Agency (EACEA). Guàrdia Olmos, Joan. 01/01/2023-31/12/2026. 2.105.549 €.
- 4 **Proyecto.** CB12/03/30020, Fisiopatología de la Obesidad y Nutrición (CIBER OBN). Ministerio de Economía y Competitividad. Lamuela Raventos, Rosa María. 12/10/2012-31/12/2026. 867.013,96 €.
- 5 **Proyecto.** Exploring Sleep Quality during Menopause: The Role of Dietary Fiber and Microbiota (SLEPT-Project). Institut de Recerca en Nutrició i Seguretat Alimentària (INSA-UB). Izquierdo Pulido, María; Perez Cano, Francisco Jose. (Universitat de Barcelona). 27/02/2024-26/02/2026. 25.000 €.
- 6 **Proyecto.** CPP2021-008423, Desarrollo y validación de una nueva tecnología de análisis de datos transcriptómicos basada en IA para optimizar el seguimiento y tratamiento personalizado de pacientes con sobrepeso y obesidad. Ministerio de Ciencia e Innovación (MICINN). Izquierdo Pulido, María. 01/03/2022-28/02/2025. 175.741,8 €.
- 7 **Proyecto.** 618518-EPP-1-2020-1-PT-EPPKA2-CBHE-JP, Enhancing Food Safety in the Mediterranean. Education, Audiovisual and Culture Executive Agency (EACEA). Guix Arnau, Susana. 15/01/2021-14/11/2024. 79.154 €.
- 8 **Proyecto.** ACE103/23/000011, NutrivisionVR. ACCIÓ. Agència de Suport a l'Empresa Catalana. Izquierdo Pulido, María. 01/01/2023-31/08/2024. 18.714,38 €.
- 9 **Proyecto.** 2017SGR00741, Grup de Recerca en Activitat Física i Salut. Agència de Gestió d'Ajuts Universitaris i de Recerca (AGAUR). Rosa Angulo. (Universitat de Barcelona). 15/10/2018-15/07/2023.
- 10 **Proyecto.** Eat walnuts & sleep better: Exploring the potential role of walnuts as sleep-promoting food and their impact in body composition. California Walnut Commission. Izquierdo Pulido, María. 15/09/2020-31/03/2023. 89.377,53 €.
- 11 **Proyecto.** ¿Puede el consumo de nueces influir en el sueño y el bienestar? De los indicios a la evidencia científica: The WellNut Study. Institut de Recerca en Nutrició i Seguretat Alimentària (INSA-UB). Zerón Rugerio, María Fernanda; Comas Basté, Oriol. 09/07/2021-08/07/2022. 10.000 €.
- 12 **Proyecto.** Caracterización del perfil metabólico (bacteriano y no bacteriano) en niños y adolescentes con TDAH y evaluación de su valor como marcador diagnóstico. Fundación Alicia Koplowitz. José Angel Alda Díez. (Hospital Sant Joan de Déu). 2017-2019. 45.000 €.
- 13 **Contrato.** Estudio de la transmisión intergeneracional de los hábitos de alimentación, sueño y actividad física en niños y niñas españoles en edad preescolar. ALEXIS PROJECT 2.0 Laboratorios Ordesa, S.L.. 15/11/2022-19/11/2023. 7.960,98 €.
- 14 **Contrato.** Impacte de l'alimentació, el son i l'exercici sobre el pes corporal de nens i adolescents i el desenvolupament d'estratègies per la prevenció de l'obesitat (ALEXIS PROJECT) Laboratorios Ordesa, S.L.. 17/03/2021-30/03/2022. 6.497,56 €.