

Parte A. DATOS PERSONALES

Nombre	Natalia		
Apellidos	Romero Franco		
Sexo	Mujer	Fecha de Nacimiento	
DNI/NIE/Pasaporte			
URL Web			
Dirección Email			
Open Researcher and Contributor ID (ORCID)	0000-0002-8760-1348		

A.1. Situación profesional actual

Puesto	Profesor Titular de Universidad		
Fecha inicio	2022		
Organismo / Institución	Universitat de les Illes Balears		
Departamento / Centro	Departamento de Enfermería y Fisioterapia		
País	España	Teléfono	
Palabras clave			

A.2. Situación profesional anterior (incluye interrupciones en la carrera investigadora - indicar meses totales, según texto convocatoria-)

Periodo	Puesto / Institución / País
2016 - 2021	Profesor Contratado Doctor Interino / Universidad de las Islas Baleares
2015 - 2016	Profesor Ayudante Doctor / Universidad de las Islas Baleares
2014 - 2015	Profesor Ayudante Doctor / Universidad Católica San Antonio de Murcia
2014 - 2014	Becaria de Investigación / Fundación General de la Universidad de Alcalá
2022 -	Profesor Titular de Universidad / Universidad de las Islas Baleares

A.3. Formación académica

Grado/Master/Tesis	Universidad / País	Año
Ciencias de la Actividad Física y el Deporte	Universidad Internacional Isabel I de Castilla / España	2020
Estabilidad y propiocepción en atletismo	Universidad de Jaén / España	2014
Máster Oficial en Educación y Docencia en Ciencias de la Actividad Física y Salud.	Universidad de Jaén / España	2010
Fisioterapia	Universidad de Jaén / España	2009

Parte B. RESUMEN DEL CV

Resumen del CV - Doble graduada en Fisioterapia (Universidad de Jaén) y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte (Universidad Isabel I), y doctora por la Universidad de Jaén con mención internacional desde 2014. Experta en fisioterapia deportiva, especialmente en el campo de la prevención de lesiones y en la aplicación de las nuevas tecnologías para la evaluación y tratamiento. Docente en formación de grado y postgrado universitarios desde 2014, con una producción científica iniciada en 2012. En el ámbito de la investigación, investigadora principal del proyecto ACTITUD1.0, financiado por el Consejo Superior de Deportes (CSD) (febrero 2023 - noviembre 2023), y ACTITUD2.0 por el Ministerio de Educación en la convocatoria de Plan de Generación del Conocimiento 2022 (septiembre 2023 - agosto 2026), un proyecto diseñado para aumentar la información sobre suelo pélvico entre mujeres deportistas y posibilitar su tele-tratamiento a través de una app. Estos y otros

proyectos han dado como resultados de producción científica más de medio centenar de artículos científicos, todos publicados en revistas indexadas en JCR, además de jornadas de transferencia en el ámbito deportivo y congresos científicos. Como tareas de dirección de trabajos, codirectora de una tesis doctoral defendida en 2017, y directora de otras 3 actualmente en fase de desarrollo, todas ellas dentro del ámbito de la salud y el deporte. Como apoyo a la producción científica, dos estancias en centros de prestigio en Oporto y Buenos Aires. Actualmente, atleta de alto nivel (DAN) y olímpica en los JJOO de Tokio2020, en la prueba de 800 m. Como méritos adicionales, primer premio de 'Mujer y Deporte' concedido por el Consejo Superior de Deportes en 2008, 2009 y 2010.

Parte C. LISTADO DE APORTACIONES MÁS RELEVANTES

C.1. Publicaciones más importantes en libros y revistas con "peer review" y conferencias

AC: Autor de correspondencia; (nº x / nº y): posición firma solicitante / total autores. Si aplica, indique el número de citas

- Artículo científico.** Elena Vico-Moreno; Elisa Bosch-Donate; Juan Carlos Fernández-Domínguez; Andreu Sastre-Munar; Beatriz Bachero-Mena; Natalia Romero-Franco. (6/6). 2025. Effects of an Innovative Educational Program on Female Athletes' Knowledge and Habits Related to Pelvic Floor Care: A Quasi-Experimental Study. *Frontiers In Public Health*. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2025.1664696>
- Artículo científico.** Vico-Moreno, Elena; Fernández-Domínguez, Juan Carlos; Romero-Franco, Natalia (AC); Molina-Mula, Jesús; González-Trujillo, Antonio; Bosch-Donate, Elisa. (3/6). 2025. An online workshop to raise awareness of pelvic floor in track and field female athletes: a quasi-experimental study. *Archives of Gynecology and Obstetrics*. 311-3, pp.715-722. <https://doi.org/10.1007/s00404-024-07790-x>
- Artículo científico.** Bosch, Elisa; Vico-Moreno, Elena; Fernández-Domínguez, Juan Carlos; González Trujillo, Antonio; Sastre-Munar, Andreu; Romero-Franco, Natalia. (6/6). 2024. Symptomatology and knowledge regarding pelvic floor dysfunctions and influence of gender stereotypes in female athletes. *Scientific Reports*. <https://doi.org/10.1038/s41598-024-61464-x>
- Artículo científico.** Hernández Trujillo, JA; González Rivera, MD; Romero Franco, N; González Hernández, JM. (3/4). 2024. Acute Effects of voluntary isometric contractions at maximal shortening vs ballistic stretching on flexibility, strength and jump. *PeerJ*.
- Artículo científico.** Díaz-Mohedo E; Carrillo-León AL; Calvache-Mateo A; Ptak M; Romero-Franco N; Fernández-Domínguez JC.(5/6). 2024. App-Mohedo®: A Mobile app for the management of chronic pelvic pain. A design and development study. *International Journal of Medical Informatics*. <https://doi.org/10.1016/j.ijmedinf.2024.105410>
- Artículo científico.** Castilla-López C; Romero-Franco N. (AC). (2/2). 2024. Well-being Fluctuations and injuries during an entire season in male professional soccer players: an observational study. *Research In Sports Medicine*. <https://doi.org/10.1080/15438627.2024.2330959>
- Artículo científico.** Sastre-Munar A; Jiménez-Reyes P; Romero-Franco N. (AC). (3/3). 2023. Effects of a Six-week multimodal training programme on the sprinting ability of adolescent rugby sevens players. *Journal of Sports Sciences*. <https://doi.org/10.1080/02640414.2023.2257514>
- Artículo científico.** Castilla-López C; Romero-Franco N. (AC). (2/2). 2023. Low-load Strength resistance training with blood flow restriction compared with high-load strength resistance training on performance of professional soccer players: a randomized controlled trial. *Journal of Sports Medicine and Physical Fitness*. <https://doi.org/10.23736/S0022-4707.23.14974-7>
- Artículo científico.** Castilla-López C; Romero-Franco N. (AC). (2/2). 2023. Blood Flow restriction is not useful as soccer competition recovery in youth male national-level soccer players: a crossover randomised controlled trial. *Sports*. 11-5, pp.99-1-99-12. <https://doi.org/10.3390/sports11050099>

- 10 **Artículo científico.** Vico-Moreno E.; Sastre-Munar A.; Fernández-Domínguez JC.; Romero-Franco N.(4/4). 2022. Motor control and regularity of menstrual cycle in ankle and knee injuries of female basketball players: a cohort study. *International Journal Of Environmental Research And Public Health*. 19-21, pp.14357-1-14357-10. <https://doi.org/10.3390/ijerph192114357>
- 11 **Artículo científico.** Rodríguez-López ES; Acevedo-Gómez MB; Romero-Franco N (AC); Basas-García A; Ramírez-Parenteau C; Calvo-Moreno S; Fernández-Domínguez JC. (3/7). 2022. Urinary Incontinence among elite track and field athletes according to their event specialization: a cross-sectional study. *Sports Medicine-Open*.
- 12 **Artículo científico.** Sastre-Munar, A.; Pades-Jiménez, A.; García-Coll, N.; Molina-Mula, J.; Romero-Franco, N.(5/5). 2022. Injuries, Pain, and Catastrophizing Level in Gymnasts: A Retrospective Analysis of a Cohort of Spanish Athletes. *Healthcare*.
- 13 **Artículo científico.** Pedro Jiménez-Reyes; Víctor Cuadrado-Peñafiel; Juan A Párraga-Montilla; Natalia Romero-Franco (AC); Arturo Casado. (4/5). 2022. Anaerobic Speed reserve, sprint force-velocity profile, kinematic characteristics, and jump ability among elite male speed- and endurance-adapted Milers. *International Journal Of Environmental Research And Public Health*.
- 14 **Artículo científico.** Natalia Romero-Franco (AC); Jesús Molina-Mula; Elisa Bosch-Donate; Arturo Casado. (1/4). 2021. Therapeutic exercise to improve pelvic floor muscle function in a female sporting population. *Physiotherapy*. <https://doi.org/10.1016/j.physio.2021.04.006>
- 15 **Artículo científico.** Natalia Romero-Franco; Javier Romero-Franco; Pedro Jiménez-Reyes. (1/3). 2019. Jogging and Practical-duration foam-Rolling exercises on range of motion, proprioception, and vertical jump in athletes. *Journal of Athletic Training*. <https://doi.org/10.4085/1062-6050-474-18>
- 16 **Artículo científico.** Carlos Balsalobre-Fernández; Natalia Romero-Franco; Pedro Jiménez-Reyes. (2/3). 2018. Concurrent Validity and reliability of an iphone app for the measurement of ankle dorsiflexion and inter-limb asymmetries. *Journal of Sports Sciences*.
- 17 **Artículo científico.** Natalia Romero-Franco; Juan Antonio Párraga-Montilla, Enrique Manuel Molina-Flores, Pedro Jiménez-Reyes. (1/2). 2018. Effects of Combining Running and Practical Duration Stretching on Proprioceptive Skills of National Sprinters. *Journal of Strength and Conditioning Research*. 00-00, pp.1-8. <https://doi.org/10.1519/JSC.0000000000002620>
- 18 **Artículo científico.** Ángel Pérez-Silvestre; Daniel Albert-Lucena; Guido F Gómez-Chiguano; Gustavo Plaza-Manzano; Daniel Pecos-Martín; Tomás Gallego-Izquierdo; Patricia Martín- Casas; Natalia Romero-Franco. (8/8). 2018. Six Weeks of multi-station program on the knee proprioception and performance of futsal players. *Journal of Sports Medicine and Physical Fitness*. <https://doi.org/10.23736/S0022-4707.18.08141-0>
- 19 **Artículo científico.** Romero-Franco N; Jiménez-Reyes P; Castaño-Zambudio A; et al; Balsalobre-Fernández C. (1/9). 2016. Sprint Performance and mechanical outputs computed with an iPhone app: comparison with existing reference methods. *European Journal Of Sport Science*. <https://doi.org/10.1080/17461391.2016.1249031>
- 20 **Artículo científico.** Romero-Franco, N. y Jiménez-Reyes, P.(/1). 2015. Unipedal Postural Balance and Countermovement Jump Following a Warm-up and Plyometric Training Session: a Randomized Controlled Trial. *Journal of Strength and Conditioning Research*. 29-11, pp.3216-3222. <https://doi.org/10.1519/JSC.0000000000000990>
- 21 **Artículo científico.** Romero-Franco, N.; Martínez-López, E.J.; Hita-Contreras, F. y Martínez-Amat, A.(/3). 2015. Indoor-season changes in the stabilometry of sprinters and middle-distance runners. *Science & Sports*. 30-3, pp.155-162. <https://doi.org/10.1016/j.scispo.2014.06.006>
- 22 **Artículo científico.** Romero-Franco, N.; Martínez-López, E.J.; Hita-Contreras, F.; Lomas-Vega, R. y Martínez-Amat, A.(/4). 2015. Effects of an anaerobic lactic training on the postural stability of athletes. *Journal of Sports Medicine and Physical Fitness*. 55-6, pp.578-586.

- 23 **Artículo científico.** Romero-Franco, N.; Martínez-López, E.J.; Hita-Contreras, F.; Lomas-Vega, R. y Martínez-Amat, A. (4). 2014. Short-term effects of anaerobic lactic exercise on knee proprioception of track and field athletes. *Isokinetics and Exercise Science*. 22-3, pp.205-210. <https://doi.org/10.3233/IES-140540>
- 24 **Artículo científico.** Romero-Franco, N.; Martínez-López, E.J.; Lomas-Vega, R.; Hita-Contreras, F.; Osuna-Pérez, M.C. y Martínez-Amat, A. (5). 2013. Short-term effects of proprioceptive training with an unstable platform on stabilometry of athletes. *Journal of Strength and Conditioning Research*. 27-8, pp.2189-2197. <https://doi.org/10.1519/JSC.0b013e31827de04c>
- 25 **Artículo científico.** Hita-Contreras F; Martínez-Amat A; Lomas-Vega R; Álvarez P; Mendoza N; Romero-Franco N; Aránega A. (7). 2013. Relationship of body mass index and body fat distribution with postural balance and risk of falls in Spanish postmenopausal women. *Menopause-the Journal of the North American Menopause Society*. <https://doi.org/10.1097/gme.0b013e318261f242>
- 26 **Libro o monografía científica.** Romero-Franco N; Molina-Mula J. (13). 2019. *Fisioterapia Deportiva*. SATSE. ISBN 978-84-949197-2-5.

C.2. Congresos

- 1 Hernández-Trujillo JA; Romero-Franco N; González-Rivera MD; González-Hernández JM. Acute effects of voluntary isometric contractions at maximal shortening on flexibility, strength and jump.. XV Simposio Internacional en el Entrenamiento de Fuerza. 2023. España. Participativo - Ponencia oral (comunicación oral). Congreso.
- 2 A Sastre-Munar; N Romero-Franco. Pain and catastrophism levels in track and field athletes according to their event specialization. IV Congreso Investigación Deportiva en CC AF y Deporte. 2022. España. Participativo - Ponencia oral (comunicación oral). Congreso.
- 3 E Vico-Moreno; A Sastre-Munar; JC Fernández-Domínguez; N Romero-Franco. Conciencia Propioceptiva y lesiones en baloncesto femenino. I Congreso Pleokinetic Functional Dynamometric in Sports Sciences. 2022. España. Participativo - Ponencia oral (comunicación oral). Congreso.
- 4 A Sastre-Munar; N Romero-Franco. SALUTRACK: A Smartphone application to evaluate and monitor injuries and health problems in athletes from Balearic Islands.. TAPAS Conference 2022. 2022. España. Participativo - Ponencia oral (comunicación oral). Congreso.
- 5 Natalia Romero-Franco. El Entrenamiento de mediofondo desde la perspectiva del atleta fisioterapeuta. I Congreso Internacional y III Congreso Nacional Online Rendimiento Deportivo, Actividad Física y Salud y Experiencias Educativas en Educación Física. 2021. España. Participativo - Ponencia invitada/ Keynote. Congreso.

C.3. Proyectos o líneas de investigación

- 1 **Proyecto.** PID2022-138463OA-I00, ANALISIS, CONCIENCIACION Y TELE-REHABILITACION DE LA INCONTINENCIA URINARIA Y OTRAS DISFUNCIONES DE SUELO PELVICO EN MUJERES DEPORTISTAS (Acrónimo: ACTITUD). Ministerio de Ciencia e Innovación, Dirección General de Investigación y Gestión del Plan Nacional de I+D+i.. Natalia Romero Franco. 01/09/2023-31/08/2026. 97.500 €.
- 2 **Proyecto.** EXP_74607, Análisis, Concienciación y Tratamiento de la Incontinencia Urinaria y otras Disfunciones de suelo pélvico en mujeres atletas: PRÁCTICAS SALUDABLES MEDIANTE TELEREHABILITACIÓN (ACTITUD). Consejo Superior de Deportes. Natalia Romero Franco. (Fundació Institut d'Investigació Sanitària Illes Balears (IdISBa)). 01/04/2023-30/11/2024. 125.503,76 €.
- 3 **Proyecto.** DEP2015-70980-R, Monitorización y Fomento de Hábitos Saludables, mediante una Plataforma bsada en SENSORES Portables y Asesores Virtuales, para la Promoción del Envejecimiento Activo. Projectes R+D+I per a grups de recerca emergents i competitiu. Víctor Manuel Soto Hermoso y Manuel Noguera García. 01/01/2016-31/12/2018. 102.850 €.