

Sobre mí

Soy David Palencia, entrenador personal y nutricionista especializado en diversas patologías. Mi enfoque profesional se basa en la evidencia científica, con un compromiso firme hacia la actualización constante y la formación rigurosa.

Formación Académica y Técnica

He completado mi formación en centros de prestigio como:

- ANEF Formación
- EFEN Formación
- ORTHOS En proceso

Además, he participado en numerosas jornadas, cursos y seminarios especializados en los campos de la nutrición, la suplementación deportiva, el entrenamiento saludable y el tratamiento de patologías relacionadas con la salud metabólica y la obesidad.

Formación complementaria y especialización

Seminarios destacados:

- Pérdida de tejido graso – ANEF Formación
- Entrenamiento y obesidad – ANEF Formación
- Actualización en nutrición, saciedad y dieta flexible y metabólica – ANEF Formación
- Timing de nutrientes, composición corporal y ejercicio físico para pacientes con obesidad – ANEF Formación

Otros cursos relevantes:

- Curso de Primeros Auxilios – EFEN Formación

Filosofía profesional

Trabajo exclusivamente con métodos y estrategias fundamentadas en estudios científicos actualizados. Creo firmemente en una formación continua, que me permite ofrecer un servicio personalizado, efectivo y respetuoso con la salud de cada individuo