

EQUIPO EDITORIAL / EDITORIAL TEAM / EQUIPA EDITORIAL**Editor Jefe / Editor in chief / Editor Chefe**

Iñaki Elío Pascual. Universidad Europea del Atlántico, España

Editores Asociados / Associate Editors / Editores associados

Diego Gómez Ceballos. Universidad Internacional Iberoamericana, Puerto Rico

Anna Vila Martí. Universitat de Vic - Universitat Central de Catalunya, España

Sandra Sumalla Cano. Universidad Europea del Atlántico, España

Imanol Eguren. Universidad Europea del Atlántico, España

Secretaría / Secretary / Secretário

Mariana Gómez Vicario, Universidad de Jaén, España

Consejo Científico Internacional / International scientific committee / Conselho científico internacional

Erika Fabiola Gómez García. Universidad Autónoma de Baja California, México

Beatriz Adriana Corona Figueroa. Universidad Autónoma de Guadalajara, México

Saby Camacho López. Nutrir México, México

Fabiola Rivera Ramírez. Universidad Tecnológica del Valle de Toluca, México

Edwin Enrique Martínez Leo. Universidad Latino, México

Patrocinadores:

Funiber - Fundación Universitaria Iberoamericana (España)

Universidad internacional Iberoamericana. Campeche (México)

Universidad Europea del Atlántico. Santander (España) Universidad

Internacional Iberoamericana. Puerto Rico (EE. UU) Universidade

Internacional do Cuanza. Cuito (Angola)

Colaboran:

Centro de Investigación en Tecnología Industrial de Cantabria (CITICAN)

Grupo de Investigación IDEO (HUM 660) - Universidad de Jaén

Centro de Innovación y Transferencia Tecnológica de Campeche (CITTECAM) – México

Lugar de edición:

MLS Journals

Parque Científico y Tecnológico de Cantabria.

C/Isabel Torres 21. 39011 Santander, España

Portada: Tegucigalpa (Honduras)

MLSNHR: es una publicación científica que se edita dos veces al año, meses de junio y diciembre.

SUMARIO • SUMMARY • RESUMO

- Editorial.....92

- Efecto que tienen la frecuencia y horarios de las ingestas sobre el sobrepeso y obesidad.....94
Marina Sáinz Ruiz *Universidad Europea del Atlántico, España*
Effect of meal frequency and meal timing on overweight and obesity

- Evaluación del conocimiento sobre alimentación infantil de madres del proyecto integrado de Cabinda.....111
Upale Kahilo Lamber *Universidad Europea del Atlántico, España*
Assessment of infant feeding knowledge among mothers in the cabinda integrated

- Efecto y comparación de la dieta ceto génica, mediterránea y de bajo índice glucémico en el tratamiento del síndrome de ovario polístico (SOP).....132
Ana Albornos Antón *Universidad Internacional Iberoamericana, España*
Effect and comparison of the ketogenic, mediterranean and low glycemic index in the treatment of ovarian syndrome polycystic (PCOS)

- Percepción del riesgo de padecer diabetes mellitus tipo 2 en adultos de 20-39 años del departamento de Guatemala.....148
Edwin Estuardo Díaz Girón *Universidad Internacional Iberoamericana, España*
Perception of the risk of suffering type 2 diabetes mellitus in young and adults aged 20-39 in the department of Guatemala -

- Distribución de los macronutrientes según los ritmos circadianos.....166
Lara Lozano Carrasco *Universidad Europea del Atlántico, España*
Macronutrient intake distribution according to circadian rhythms to enhance weight loss in overweight and obese individuals

- Influencia de la alimentación en la mejora del rendimiento deportivo en natación de velocidad...184

Jesús Matanza Sota Universidad Europea del Atlántico, España
Influence of nutrition on the improvement of sport performance in speed swimming