

LES LESIONS EN EL FUTBOL BASE FORMATIU A DEBAT



A la seu de la **Federació Catalana de Futbol**, s'ha celebrat aquesta tarda un seminari amb professionals i experts en medicina i futbol per tractar sobre les lesions en el futbol base formatiu.

El President de la FCF, **Andreu Subies**, ha donat la benvinguda als assistents assegurant que «hi ha inquietud pel que representen aquestes lesions al món del futbol. Són gent jove, nens i nenes petits, i la preocupació i la responsabilitat de la Federació és molta». **Andreu Subies** ha agrait als ponents i experts la seva voluntat en aquest tema tant delicat. «Som els millors en el que fem. Això també implica una forta responsabilitat. Tot passa per la formació, la prevenció, i la cultura de l'esport que ha d'avançar pel manteniment físic, la cardioprotecció, el respecte, els protocols per que les lesions dels més petits disminueixin. Hem de ser valents, passar a l'acció i fer un pas endavant prenent mesures per protegir als nostres».

A continuació, ha pres la paraula la moderadora del seminari **Núria Solé**, membre de la **Taula Assessora de l'Esport Català** explicant que des de la Secretaria General de l'Esport hi ha un interès per conèixer les dades d'aquestes lesions per estudiar-les i intentar, mitjançant trobades com la d'avui, de donar solucions per reduir el nombre de lesionats.

La primera part del seminari s'ha dedicat a l'aspecte mèdic que han donat els participants de la **Mutualitat Catalana de Futbolistes**. El primer en donar-les ha estat **Ramón Cugat**, prestigiós traumatòleg mundial i President del Consell Mèdic Assessor de la Mutualitat Catalana de Futbolistes. Cugat ha posat damunt la taula l'elevat nombre de lesions que hi ha en el futbol base formatiu català. «En vuit anys hi ha hagut 2.500 genolls creuats. Només la temporada passada vam tenir 926 lesions

d'aquestes característiques. Això fa por. Es trenquen genolls nens de tan sols 7 anys, no són jugadors professionals. Malgrat que les operacions quirúrgiques són efectives, deriven a la llarga en artrosi amb tot el que comporta pel futur d'aquests nens i nenes». Ramon Cugat ha prestat molta atenció a les noies jugadores «La nena es trenca més que el noi, perquè l'anatomia és diferent amb els genolls cap a dins en el cas de les noies. La qualitat del col·lagen també és diferent entre els dos sexes» Però sobretot, el traumatòleg de la Mutualitat ha tornat a insistir en una de les seves frases conegudes: «Per fer esport s'ha d'estar en forma». «Si preparem la nostra massa muscular patirem menys lesions» ha insistit el metge, «baixarem les lesions si tenim bons fisioterapeutes, readaptadors, preparadors físics, i bons entrenadors».

Per la seva banda, el **Director General de la Mutualitat Catalana de Futbolistes, Miquel Pardo**, ha donat les xifres de lesions que envolten al futbol base formatiu català. Unes dades que demostren que amb la instal·lació dels camps de gespa artificial progressivament han augmentat fins al doble les lesions dels nostres esportistes. De les xifres dels anys 2003-2004 (amb pocs camps de gespa artificial) a la temporada actual, la sinistralitat s'ha duplicat. La diferència amb el futbol sala és considerable, ja que amb una superfície com el parquet les lesions són molt inferiors. I s'ha tornat a evidenciar el alt número de lesions entre les nostres jugadores de futbol femení.

Posades les dades i la problemàtica que comporten les lesions en el futbol base formatiu català, han començat les ponències sobre els possibles factors causants d'aquesta sinistralitat.

En primer lloc, ha pres la paraula **Ignasi Sanabre**, Director Comercial de Palau Turf. Ha estat molt clar a l'afirmar que «la gespa artificial és un paviment segur. És el paviment més estudiat del món». Ha presentat un estudi de la UEFA que s'ha fet durant sis anys entre 20 clubs i 2200 lesionats entre les superfícies de gespa artificial i natural. Les conclusions han estat:

- No hi ha més lesions entre la gespa natural i l'artificial.
- La naturalesa de les lesions entre una superfície i altre són diferents.

- Passar a jugar de gespa artificial a natural suposa un risc de lesió.
- Les lesions de genoll són similars en tots dos terrenys.

El problema, ha conclòs **Ignasi Sanabre**, està en el manteniment que es fan dels camps de gespa artificial. «El manteniment bàsic no es fa (descompactació, renovació del cautxú, airejar, inspecció línies de marcatge, paràmetres biomèdics, el rec). No es compleix amb el manteniment que recomana la indústria instal·ladora».

Un altre dels factors que pot influir en aquest increment de lesions al futbol base formatiu ha estat tractat per **Miquel Gumila**, ex preparador físic del **RCD Espanyol** durant les temporades 2013-2015. Gumila ha donat un altre toc d'atenció: «Els màxims culpables d'aquestes lesions són els entrenadors i els preparadors físics. Hem empitjorat a l'hora de fer els entrenaments. Ara s'entrena més la tàctica i la pràctica que no pas la preparació física. No fem entrenaments base i hem disminuït el treball base». Per **Miquel Gumila** s'han triplicat els entrenaments en els nanos, hi ha poc descans i no es compleixen les recuperacions necessàries. **Gumila** ha donat solucions: «Control d'entrenaments; formació condicional; optimitzar les càrregues; visió dels entrenaments joc vs jugador; millors estratègies de prevenció; introducció de la tecnologia i plans individualitzats dels nostres nens.

La part psicològica l'ha aportat el psicòleg esportiu infantil **Pere Alastrué**. Sota una frase ha impartit la seva ponència: «...els esportistes amb nivells elevats d'estrès pateixen més lesions». Ha denunciat la pressió que suporten els nens al futbol. L'angoixa que es produeix en tot el que envolta a l'infant: família, personal tècnic, companys, l'excés de rivalitat al vestidor. «Tot el futbol base sembla estar dirigit cap a l'EGO. Tot el que s'entrena està dirigit al partit, a guanyar. Els valors son molt importants, sí, però ho es més el partit del pròxim dissabte».

Finalment, **Carles Barcons**, metge traumatòleg i director del **FC DAMM** ha parlat dels últims incidents mèdics que ha patit aquest club, model del futbol base català, i que han posat de manifest que cal actual en unes clares direccions per evitar-los. Primer la mort sobtada que va patir un dels seus jugadors a un partit a Sant Cugat, que gràcies a un Desfibril·lador Automàtic Extern va poder salvar la vida. Un fet que ha provocat que la DAMM es

preocupi de fer cursos de formació a fisioterapeutes i delegats del club perquè sempre hi hagi algun membre del club preparat en el camp per saber utilitzar el DEA.

L'altre fet va tenir com a protagonista un pare que malgrat saber que el seu fill estava lesionat va intentar enganyar als metges del club. Un fet intolerable que van detectar. I finalment, una greu lesió d'uns dels seus jugadors patida aquesta mateixa temporada, una fractura greu de turmell d'un dels seus cadets. Pocs dies després **Carles Barcons** s'adonava que el seu jugador estava jugant amb una bota de gespa natural a un camp de gespa artificial.

Ramon Agenjo Bosch, president del CF DAMM ha parlat del model del seu club. «Tractem amb menors, ells no tenen poder de decisió. Davant una desgràcia, el club és el responsable. Al **CF DAMM** ens interessa formar als jugadors. Si un metge ens diu que un jugador no està per jugar, no juga i punt. Els valors han d'estar escrits en la porta del club i qui no els entengui que no entri».

El seminari ha finalitzat amb un debat obert on han intervingut metges de la Mutualitat Catalana de Futbol, àrbitres, fisioterapeutes, i membres de clubs com el **Terrassa, Turó de la Peira, FC Barcelona, RCD Espanyol, Gramanet** o **Sant Cugat**.

La cloenda l'ha fet Josep Maldonado, President de la Taula Assessora de l'Esport Català, que ha agraït a tots els ponents i assistents la participació en un diàleg fluït sobre un tema que preocupa i que s'ha de treballar en profunditat per disminuir les lesions en el futbol base formatiu català.





