“No hi haurà un altre cas Menéndez”

“Mai més deixaré sortir un jugador al camp que no hagi revisat exhaustivament”, diu el doctor del Girona

El club reforça l’estructura mèdica, fa unes proves molt més completes als jugadors i procurarà controlar-los més aspectes, com l’alimentació



El doctor Mora , davant del seu centre Foto: J.D.

La idea del club és que els jugadors puguin esmorzar i dinar junts. Com més controlat pugui estar tot, millor

Lejeune em va dir si estava boig quan li vaig proposar jugar contra el Llagostera. Li van buscar el punt feble des del minut 1

Hi havia un estrès intern i extern, un cert estat d’ansietat, però veia els jugadors segurs d’assolir l’objectiu

Antoni Mora és, des de fa tres anys, el cap dels serveis mèdics del Girona, una àrea que, com totes les del club, creixerà i es potenciarà amb l’aterratge a primera divisió.

Després de diversos canvis, sembla que els serveis mèdics del club s’estan estabilitzant.

Fa tres anys que hi som. En comparació amb el que hi havia fins aquell moment, que era fluctuant, és important. Crec que és la manera de fer les coses. Quan vaig arribar al club, l’estructura era feble des del punt de vista mèdic. Hi havia un metge, Juan David Peña, i un massatgista, Juan Carlos Gallego. Les primeres converses les vaig tenir amb Oriol Alsina, i després amb Quique Cárcel. Vaig parlar amb ell i amb el cos tècnic i vaig plantejar que hi volia venir amb la meva gent. Per a mi és fonamental que treballis amb el teu equip i coneguis la gent que treballa amb tu. És la manera de fer bé les coses. Ells tenien emparaulats altres professionals de fisioteràpia. Vam haver de discutir-ho, i el club va acceptar que dugués el meu equip.

En què han evolucionat?

Vam anar construint l’estructura, primer modificant els espais interns amb les possibilitats que el club tenia. Hem anat evolucionant, millorant instal·lacions, sistemes de treball i protocols de funcionament. Vam revolucionar el que hi havia fins aquell moment de proves complementàries. Aportava les sinergies de venir del grup Quiron Salud, que tenia accés a mitjans de diagnòstic. Avui les proves es poden fer de manera immediata, podem demanar de seguida una ressonància, cosa que abans era impensable.

En el seu equip, hi ha inclosos els fisioterapeutes?

Ara hi ha un equip. L’estructura és piramidal, amb el cap de serveis mèdics. I és important que el cap estigui

també en la disciplina del primer equip, per establir uns vincles de confiança amb els jugadors. Vaig incorporar dos fisioterapeutes inicialment, després tres, i ara passem a cinc, adaptats a un equip de primera. A més d'un readaptador, que també penja dels serveis mèdics. I paral·lelament ho hem anat enriquint amb altres professionals. Un dietista nutricionista, un antropometrista que fa mesuraments de plecs un cop al mes, un podòleg i ara s'incorpora també un osteòpata, que vindran un cop per setmana. I com a metges, fins ara érem el doctor Gustavo Lucas i jo. Aquest any, a més de Lucas i jo al 100% del temps, incorporarem el doctor Sergi Sánchez Navarro, especialista en traumatologia, per complementar els diagnòstics.

Tot l'equip està externalitzat? Són professionals externs?

Inicialment, tot penjava de la societat MTD. Enguany el club, amb els nous canvis, ha començat a decidir que una part dels professionals passen a ser plantilla del club, i l'altra continuarà sent de MTD. Hi haurà una part de cada costat.

Quin és el pressupost global dels serveis mèdics?

És una partida important, tenint en compte també que cobrim el filial i tota la base. En un club de primer nivell potser s'hi destinen 3 milions d'euros. Nosaltres, molt menys. És un dels pressupostos més baixos de la categoria en aquest sentit, perquè intentem optimitzar moltes coses.

La meitat d'aquests clubs de primer nivell?

Menys de la meitat. Molt menys de la meitat.

Quines proves es fan en les revisions dels fitxatges?

Se segueix el protocal Aemef (Associació Espanyola de Metges d'Equips de Futbol). L'avantatge de tenir protocols és que tots parlem el mateix idioma. Primer, es fa una analítica exhaustiva de sang i orina. Després d'esmorzar, es fa una exploració física osteoarticular i un interrogatori sobre antecedents, tot i que ja s'ha analitzat l'historial del jugador, si cal parlant amb els serveis mèdics del club d'on prové. Després, una valoració general per aparells: una tanda d'ecografies de tendons i grups musculars que poden ser importants. Després es fan quatre ressonàncies magnètiques i unes 18 radiografies de diferents parts del cos. Als porters, les ressonàncies són d'espatlles i genolls. I als jugadors de camp, de genolls i turmells. Acabat això, es fa tota la part respiratòria i cardiovascular: espirometria, ecocardiograma, electro de repòs i prova d'esforç màxima, en què posem els jugadors al límit. Un cop s'ha acabat, es fa una revisió bucodental i una revisió oftalmològica.

Pot ser rellevant un problema bucodental?

Si tens una infecció bucodental, els gèrmens es traslladen als punts ossis, a algunes articulacions especialment, i afecten. Eloi, per exemple, va millorar molt un problema de pubàlgia després de solucionar un problema bucodental.

Quant costen totes aquestes proves?

A una persona normal li costarien cap a 4.000 euros, si pagués totes les proves que li fan. Nosaltres mirem d'ajustar molt el preu, que sigui assumible.

Amb aquesta revisió, minimitzen molt el risc que hi hagi un altre cas Álex Menéndez.

Des que soc aquí, el club ha madurat en moltes coses, i una és aprendre dels errors que es poden produir. Nosaltres teníem uns protocols legals de revisions, que ens permetien que des que entrava un jugador teníem quinze dies per poder fer proves i tirar enrere. Però la part que a mi em toca és minimitzar que això passi. No és que tinguem una síndrome Menéndez, però sí que Menéndez marca un abans i un després. No hi haurà un altre cas com aquest. Mai més deixaré sortir un jugador al camp que no hagi revisat exhaustivament. No vol dir que no ho hagués fet abans, sinó que els jugadors s'han de mirar molt exhaustivament i prematura, i no és gens recomanable, per al club, per als serveis mèdics ni per a la part jurídica, que pugui saltar al terreny de joc a fer res si no ha passat prèviament això. Aquest és el meu desig. El club mana, però és el que toca fer.

Hi ha clubs de primer nivell que fan revisions, potser clandestines, mesos abans de fitxar?

Gustavo Lucas va estar a Dubai i amb l'Atlético B. Sergi Sánchez era mà dreta de Borrell en el Barça. És pràctica comuna dels grans clubs, quan amb temps i previsió fan un fitxatge, poder enviar el seus serveis mèdics, d'una manera més clandestina o menys, a fer una revisió al jugador. Això es fa. És tan habitual com que els scouters vagin a veure jugar un futbolista. Si t'interessa, has de procurar saber si està bé.

De nutricionista, ja n'hi ha: Sergi Mateu. És important?

El nutricionista estarà en plantilla del club i es dedicarà exclusivament a fer la planificació, com fa per exemple la Sílvia Tremoleda en el City. És bo que hi sigui, tot i que un esportista no pot estar sotmès permanent-ment a un estrès de no poder menjar res. El happy day ha de poder existir. Sense excedir-se, perquè no es trobaran bé, però són professionals i ho saben. Algun jugador que un dia ha sortir de la rutina habitual ha vist com el cos ho rebia malament.

Pep Guardiola, ja al Barça, volia controlar molt els menjars i fer dinar els jugador plegats. Anirà per aquí la cosa?

La idea del club és que els jugadors puguin esmorzar i dinar junts, dins del club. Els projectes que es treballen inclouen aquesta idea. Això és l'ideal, no estem inventant res. Què passa? Que estem pendents de la provisionalitat d'on estarem. Però és clar que el futur és que com més controlat està, millor. Les dietes han de ser personalitzades. Hi ha uns productes bàsics per a tot i després cadascú té el seu complement específic. Cadascú té el seu biotip.

Per evitar ensurts en el control antidopatge, els jugadors els han de dir tot el que prenen?

Tots els jugadors tenen l'obligació, i ho saben, que qualsevol cosa que prenen l'han de comunicar al metge de l'equip. Qualsevol cosa que surti dels aliments convencionals. Que es pugui considerar un fàrmac, o fins i tot una crema, com l'anestèsica per als tatuatges, que pot donar positiu.

Quin producte crida l'atenció?

Excessos brutals de cafeïna. Hi ha un màxim de mil·ligrams que pots prendre. Per sobre, es considera que estàs hiperestimulat. Després, i a part de les drogues de consum habitual, també s'ha de tenir en compte un broncodilatador. Si ets asmàtic i ho tens acreditat, no passarà res. Però si no, tots sabem que pots intentar millorar la capacitat respiratòria.

Quan saben quins jugadors s'han de sotmetre al control?

Abans del descans, ens avisen a metges i delegats que hi haurà control. Es fa un sorteig a cegues entre tots els convocats, i surten dos jugadors per cada equip i un reserva, per si a algun dels triats se l'han d'endur a l'hospital

per lesió.

Si hi ha algun positiu en els controls, es fa saber? És públic?

Sí. No s'amaguen mai. Sortirien publicats. Si hi ha un positiu, no te n'escapes.

Deia que cada jugador té un perfil diferent. Físicament, n'hi ha algun que l'hagi sorprès?

N'hi ha un amb una capacitat física, de resistència i solidesa espectacular: Pere Pons. És brutal, tant la capacitat física com la de recuperació. Sembla que sigui de ferro. Aday té una estructura física brutal; es podria dedicar al culturisme. I també és físicament molt fort i resistent Pablo Maffeo. El més elàstic, amb diferència, és Longo.

Què és el més estrany que li ha demanat un jugador?

No m'han demanat coses extraordinàriament rares. Hem tingut un jugador que només prenia suc de taronja per beure. Només suc. Ni aigua. Al camp per refrescar-se la boca, aigua, però res més. Fins i tot als hotels ja em deien que li havien preparat el suc de taronja natural. Sempre. A tots els àpats.

Durant els partits, donen batuts als jugadors?

Abans de començar un partit es donen activadors. Per protegir el sistema cardiovascular, per escalfar des del punt de vista de suplementació la massa i el flux muscular. Aquests activadors es compren. Després, cadascú té les seves manies. També donem uns recuperadors a la mitja part, uns gels que ja venen preparats. I al final uns recuperadors globals, uns batuts que els preparem nosaltres. Jo sempre he estat molt maniàtic amb treballar amb fabricants que em garanteixin que el 100% del que ens serveixen és correcte, per evitar cap ensurt.

És de consum obligatori?

No els hi obliguem. Nosaltres proposem, però no es força. Després hi ha les toleràncies personals de cadascú.

Quina és la lesió més rara?

Una de les lesions que han marcat és la de Juncà, que es va fer una cicatriu tova que triga molt a cicatritzar i té grans riscos de recaure. Va ser una lesió que ens va donar molts problemes. Sempre que hi ha una lesió d'aquestes, els serveis mèdics reben. És el rol que ens toca. També la de Sobrino al peroné, que es va allargar molt i quan ja estava perfectament bé, se'n va anar. En positiu, la fita més important va ser la de Lejeuene al braç. Una fractura que era molt fotuda, vam tenir la valentia i la imaginació, perquè a vegades fa falta ser imaginatiu, d'atrevir-nos. Em va dir si estava boig, quan li vaig proposar de jugar diumenge contra el Llagostera.

Va ser un miracle?

Perquè es produeixi un miracle esportiu fan falta dues coses. Un metge que tingui la valentia de fer-ho i un jugador que tingui la voluntat imperiosa de curar-se sí o sí. Va ser una intervenció. Es va col·locar una placa que ve amb la forma del colze i nou cargols. No es bellugava ni volent. Va jugar amb una protecció acceptada per competir. Sabedors que rebria cops només començar el partit, perquè tothom li buscaria el punt feble. Des del minut 1, li va passar. I quan va pujar a rematar, també. Ell es va indignar, va dir que això era antiesportiu, i em va explicar que el rival va dir que li havien donat ordres des de la banqueta.

Lejeune també es va 'recuperar' d'una lesió d'encreuats...

Sí. Hi ha lesions que, respecte al primer diagnòstic, tenen un canvi en positiu o en negatiu. Quan és en positiu, tothom està content i ningú diu res. Quan és negatiu, tothom critica. Amb el futbol no s'ha de practicar una medicina defensiva, però sí ser prudent a l'hora d'emetre el primer diagnòstic. I això ha estat un error meu per poder donar satisfacció a la resposta immediata. I després hi ha els errors. Tots els equips del món s'han menjat lesions històriques que han durat mesos i mesos.

L'ascens tan desitjat

Va arribar a patir. Va veure la plantilla força desfeta?

No. Veia els jugadors bastant segurs d'assolir l'objectiu. Acumulaven la lògica fatiga física i psicològica, i els que havien estat anys en el club, l'estrès de tres anys. Hi havia un cert estat d'ansietat o angoixa. Qualsevol ser humà que pot assolir una fita està sotmès a una pressió mental. El mister va decidir treballar l'aspecte psicològic, que va portar ell directament a excepció de dues visites, i la seva tasca va ser positiva. Feia les xerrades adients. Va ser part d'encert saber gestionar tot això. Tothom va sumar el seu granet de sorra. Els jugadors són els grans protagonistes, però hi ha l'entrenador, envoltat d'un cos tècnic, i la resta de professionals. Tots. Hi havia un estrès intern i extern. El dels aficionats, fins i tot els mitjans. Tots teníem allò que és inevitable. Si perds tres partits, ai ai ai. Era normal, i més amb els precedents. Tot i això, em quedo amb el que va dir Susaeta a algun jugador a Oviedo: "Estigueu tranquils, pujareu segur. No us atraparem, la resta. Els altres també perdrem." I així va ser.

El partit de l'ascens també va ser el més plàcid.

Quan a dos equips els va bé un punt, se sol empatar. És el més normal. Arreglat? No. No cal. No ens fem mal. No pujar hauria estat un drama i hauria pogut marcar de manera negativa el futur del club. I si el Saragossa arriba a baixar, no vull ni imaginar-me el que hauria passat. Tots dos necessitàvem un punt. I el vam aconseguir. El dia del Lugo, no vaig entendre l'extraordinària eufòria dels seus jugadors després d'empatar. He de ser mal pensat? Sí, és clar.

Publicat a:
-L'Esportiu. Comarques Gironines 03-07-2017 Pàgina 6

Font del document:
http://www.lesportiudecatalunya.cat/futbolcat/article/1184780-no-hi-haura-un-altre-cas-menendez.html