

El post-Mundial, un gran reto para los clubs y sus equipos médicos según el Dr. José Silberberg

[Multimedia](#)

José María Silberberg, cirujano especialista en Traumatología y Ortopedia y experto en Medicina Deportiva, advierte de la necesidad de un plan, específico para cada jugador, que ayude a la readaptación a las competiciones de clubs tras el Mundial de Qatar, disputado a mitad de temporada

Con Argentina celebrando la consecución del título, termina uno de los campeonatos mundiales más atípicos de la historia del fútbol. Su celebración en otoño, en Qatar, interrumpiendo las competiciones nacionales y continentales de clubs, ha alterado la planificación y preparación física convencional de los equipos, especialmente de los que aportan mayor cantidad de jugadores a las diferentes selecciones nacionales. Esta circunstancia y, sobre todo, el post-Mundial, supone un gran desafío para preparadores físicos y equipos médicos, que deberán tener previstas medidas para compensar ese extra de esfuerzo y estrés competitivo.

[José María Silberberg](#), cirujano especialista en Traumatología y Ortopedia y que ha prestado servicios recientemente a la Selección de Ecuador en partidos previos de preparación para el Mundial, considera necesaria una planificación física especial para que los jugadores afronten la reanudación de las competiciones de clubs con las máximas garantías.

Según su experiencia y la de los equipos multidisciplinares con los que trabaja, el modelo ideal para los deportistas consiste en planes específicos para cada individuo, según su especialidad o disciplina deportiva, con metodologías para fases de readaptación -que será el caso del post-mundial-, o, en caso de lesiones, contar con el apoyo de tecnología de diagnóstico de última generación, tratamientos innovadores y mínimamente invasivos y terapias de recuperación.

En esta época del año, todos los jugadores que han ido al Mundial estaban jugando en sus respectivas ligas en ambos hemisferios, unos en la temporada de otoño y otros en la temporada de primavera, por lo que llegan al campeonato en un estado de forma excepcional, y sin una carga excesiva de trabajo por lo que se refiere a la acumulación de partidos. De hecho, en este Mundial de Qatar 2022 se han podido ver partidos con un altísimo ritmo de juego.

La gran pregunta es cómo afectará el Mundial desde ahora, cuando los jugadores vuelven a sus clubs de origen. Estos minutos de Mundial tienen un peso especial en la gestión emocional de cada jugador, según explica el Dr. José Silberberg.

Además, los meses de diciembre y abril han sido descritos en la literatura como los meses en los que más lesiones se registran en las competiciones de clubs, por lo que hay que estar atentos a ello, en opinión de este experto: "Para los jugadores que han participado en Qatar, será un plus que los cuerpos técnicos y médicos deberán manejar, aunque bajo la individualización de cada jugador, ya que no todos sumaran los mismos minutos ni partidos, ni estarán en las mismas condiciones de estrés emocional". Habrá jugadores que habrán vivido la experiencia mundialista y sumen la totalidad de los minutos y otros que apenas han participado en los partidos; los que llegan a rondas finales, y sobre todo, por cantidad, los que han caído en la fase de grupos o en octavos. Por ello, los trabajos de análisis individualizado a cada jugador por los médicos, fisioterapeutas y preparadores físicos se antoja crucial, siendo el objetivo principal la recuperación de los jugadores en el menor tiempo posible.
