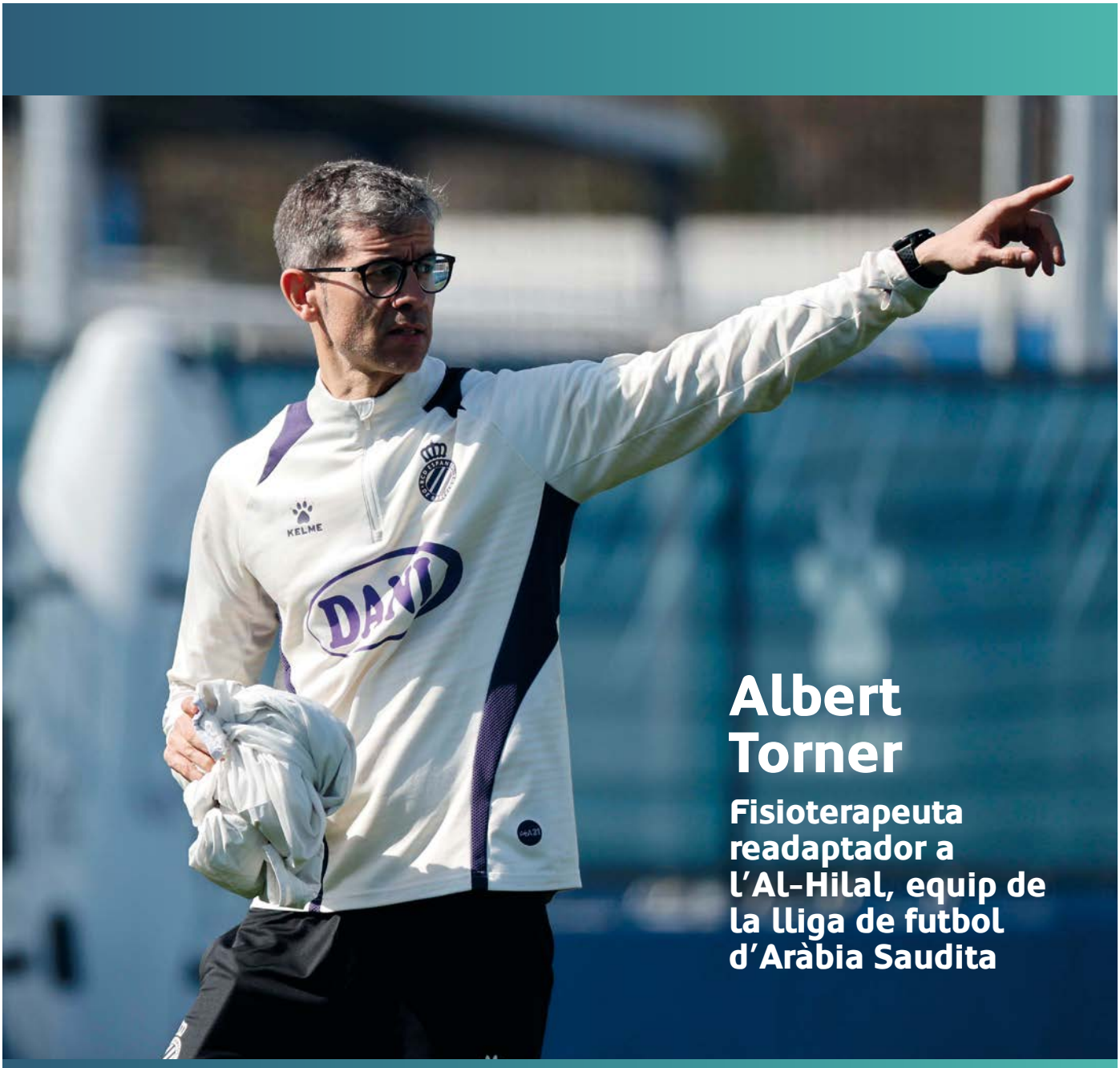


Albert Torner

Fisioterapeuta readaptador a l'Al-Hilal, equip de la lliga de futbol d'Aràbia Saudita

"Amb els esportistes d'elit has de gestionar la pressió i treballar amb la màxima confiança"

Albert, com arribes al món de la fisioteràpia esportiva? Hi havia, des del principi, la voluntat de treballar en el futbol professional?

Des de petit sempre he practicat diferents esports i aquest fet va fer que em decantés per estudiar la llicenciatura de Ciències de l'Activitat Física i l'Esport a Lleida, allà em vaig especialitzar en la branca de Salut i va ser on per primera vegada, gràcies al Xavi Peirau, vaig sentir que existia la figura del readaptador esportiu.

Un cop acabada la llicenciatura vaig veure que em faltaven més coneixements sobre la lesió i volia entendre molt millor els seus processos per poder readaptar un esportista, i vaig cursar la Diplomatura de Fisioteràpia a Manresa (FUB) combinant els estudis amb la feina d'entrenador personal. En acabar m'especialitzo en la prevenció i readaptació de lesions amb el Màster de Prevenció i Readaptació de Lesions al Futbol. Aquests estudis em van aportar un gran coneixement per poder integrar conceptes de les dues carreres i dedicar-los a la readaptació de lesions no només amb futbolistes sinó amb qualsevol tipus de pacient esportiu.

En un inici no hi havia la intenció de treballar en el futbol, però a mesura que et vas formant i veus el món laboral te n'adones que el futbol i el futbol professional podia ser una bona sortida si em volia dedicar a la readaptació. Ara ja porto més de 10 anys dedicat professionalment al futbol i em considero un privilegiat d'haver viscut del que més m'apassiona, que és la readaptació i el rendiment esportiu.

Ets fisioterapeuta i també llicenciat en Ciències de l'Activitat Física i de l'Esport. Què t'ha aportat aquesta doble mirada?

Per a mi ha estat fonamental poder unir el coneixement d'aquestes dues carreres. La fisioteràpia m'ha donat una base molt important per entendre què passa en el teixit quan hi ha la lesió, el dolor, la funció i els processos de recuperació. I la formació en activitat física i esport m'ha ajudat a entendre molt millor el moviment, la càrrega, el rendiment i les demandes específiques de l'esport tant a nivell amateur com professional, ja que l'exigència en l'esport professional és molt més alta. Penso que en l'esport i, en aquest cas el futbol professional, no pots entendre una lesió només des de la llitera. Has d'entendre les necessitats de l'esportista i com progressar per assolir l'objectiu que, no només és tornar a entrenar o competir, sinó fer-ho amb el màxim de garanties i minimitzar el risc d'una recaiguda.

Una part molt important de la teva trajectòria professional ha estat vinculada al RCD Espanyol. Què vas aprendre durant aquells anys i fins a quin punt van marcar la teva manera de treballar?

Durant la meva carrera professional he tingut la possibilitat de formar part de dos equips mèdics, a l'RCD Espanyol durant 9 anys, i al Girona FC durant 1 any, tots ells en el primer equip.

L'Espanyol va ser una etapa molt important en la meva formació professional. Els doctors Toni Turmo i Xavi Gasol van ser els qui em va donar la possibilitat de poder iniciar una nova aventura dins d'una estructura esportiva professional, i aquest fet fa que la teva manera de treballar canviï completament ja que formes part d'un equip de treball en què hi ha altres professionals de la salut amb els qui has de conviure en el teu dia a dia, és molt enriquidor.

"ADAPTAR-SE NO SIGNIFICA RENUNCIAR A LA TEVA MANERA DE TREBALLAR. SIGNIFICA SABER QUÈ POTS APORTAR I, AL MATEIX TEMPS, ESTAR DISPOSAT A APRENDRE DELS ALTRES"

A la vegada, has de demostrar una gran capacitat d'adaptació, ja que moltes vegades les situacions d'un any per l'altre poden variar molt, però si s'aconsegueix enllaçar diferents anys amb un projecte sòlid i una idea clara de treball dins dels serveis mèdics, el creixement professional és espectacular. Durant tots aquests anys aprens a conviure amb els jugadors i l'equip tècnic amb els que has de tenir una comunicació molt estreta.

Per tant, tenir un bon ambient de treball i una bona comunicació entre tots és molt important per poder tenir bons resultats.
Segur, te n'adones que el fisioterapeuta readaptador no treballa només amb el cos del jugador, treballa amb una persona que té expectatives, incertesa, pressió, por de tornar a lesionar-se i ganes de tornar a jugar. Totes aquestes situacions fan que aprenguis moltíssim en la gestió i comunicació cap a l'esportista.

Per això estic molt agraït a professionals que han confiat amb mi per poder estar durant 9 anys al RCD Espanyol, especialment a l'entrenador Manolo González que, durant 3 anys, va poder consolidar una estructura molt potent dels serveis mèdics, i també aquest últim any a l'Oriol Balañá, responsable dels serveis mèdics del Girona FC.

Com canvia l'enfocament professional quan passes a tractar futbolistes d'elit, on hi ha una enorme exigència física, esportiva i també mediàtica?
Jo sempre dic que a l'hora de tractar pacients, ja siguin professionals o no, el grau d'exigència, compromís i responsabilitat ha de ser màxim, però quan tractes esportistes professionals aquests aspectes es veuen magnificats.

En el futbol veiem que hi ha professionals externs al club que treballen amb l'esportista, ja sigui perquè la seva agència de representació els hi ofereix aquest servei o perquè ells, de manera personal, han contractat aquests serveis. Per tant, ja no parlem només de la gestió amb el jugador lesionat sinó també amb el seu entorn. La confiança de l'esportista cap a la figura del fisioterapeuta readaptador de club ha de ser mútua en tot el procés perquè són moltes hores amb l'esportista i qualsevol error o falta de comunicació pot complicar el procés de readaptació.

"EN L'ELIT ÉS MOLT IMPORTANT TENIR CRITERI, COMUNICACIÓ I CAPACITAT PER PRENDRE DECISIONS, NO NOMÉS CONEIXEMENTS TÈCNICS"

En l'esport d'elit no només vols que el jugador estigui recuperat de la lesió, sinó que et veus obligat a preparar-lo per tolerar les demandes reals de la competició, i això fa que la responsabilitat sigui molt alta. I hi ha una altra part molt important: gestionar la pressió. El jugador vol tornar, l'equip el necessita, l'entrenador té unes necessitats i nosaltres hem de mantenir sempre el criteri clínic i esportiu.

En el futbol professional, recuperar un jugador va molt més enllà de la lesió en si. Quin paper té el fisioterapeuta en tot aquest procés?
El fisioterapeuta readaptador és una peça dins d'un equip multidisciplinari. La nostra feina comença entenent la lesió, però continua amb la recuperació de la funció, la progressió de càrregues, el treball de força, la readaptació i la preparació per tornar a la competició. Hem de tenir comuni-

cació constant amb la resta de professionals com metges, readaptadors, nutricionistes, podòlegs, psicòlegs, preparadors físics i entrenadors.

Per a mi, l'objectiu final és que el jugador pugui tornar a entrenar i competir amb confiança i amb les capacitats necessàries per fer-ho minimitzant el risc de recidiva.



Has viscut de prop lesions importants i processos de recuperació llargs. Com es gestiona la relació amb el jugador en aquests moments? El fisioterapeuta acaba assumint també un paper d'acompanyament?
Sens dubte. Hi ha moments molt bons i moments difícils perquè la recuperació no és lineal. En aquests casos, la relació humana és molt important. Has d'escoltar, explicar, donar seguretat quan toca, però també ser honest quan alguna cosa necessita més temps.

Amb els anys aprens que no sempre has de parlar. A vegades simplement has d'estar allà. El jugador ha de saber que el que li dius no és simplement per tranquil·litzar-lo, sinó perquè hi ha un criteri darrere.

Després d'anys treballant a Catalunya i en el futbol espanyol, arriba l'oportunitat de continuar la carrera a l'estranger. Què et porta a fer aquest pas?
No vaig buscar-ho, tot va venir per una trucada d'un company, el Carlos Lozano, amb el que havíem coincidit al RCD Espanyol, que m'ofereix la possibilitat d'incorporar-me als serveis mèdics del primer equip de l'Al-Hilal on ell ja portava 2 anys. Després de comentar-ho amb diferents professionals que treballen allà i pensar-ho amb la família vam prendre la decisió d'aprofitar l'oportunitat i sortir de la meva zona de confort.

M'ho he agafat com un repte personal i també familiar perquè podrem viure una experiència professional que també ens permet créixer a nivell familiar, amb la meva dona, l'Eva, i els nostres fills Pep i Carlota, de 7 i 5 anys.

Què suposa arribar a l'Aràbia Saudita i incorporar-se a un cos tècnic amb professionals de procedències, cultures i maneres de treballar diferents? Quina capacitat d'adaptació exigeix?
Entrar al club amb el Carlos Lozano em facilita molt la integració al serveis mèdics. L'Al-Hilal té una estructura mèdica molt important amb un responsable dels serveis mèdics espanyols, 4 fisioterapeutes, 3 massatgistes, 1 nutricionista i 1 readaptador. L'equip mèdic està format per espanyols, brasilers, portuguesos, grecs i tunisians, amb la qual cosa exigeix molta capacitat d'adaptació i molta comunicació, però d'altra banda fa que cada professional aporti experiències i maneres de veure el futbol diferents.

AQUESTA NOVA ETAPA ÉS UN REPTE PROFESSIONAL I TAMBÉ FAMILIAR. ENS HO HEM AGAFAT AMB MOLTES GANES

T'has d'adaptar a les noves maneres de treballar i a la cultura. Els horaris i les rutines són molt diferents a les d'Espanya. Aquí, per exemple, durant els mesos de més calor s'entrena a les 19.00 h del vespre i s'acaba bastant tard. En èpoques del Ramadà, els entrenaments poden començar perfectament a les 22.00 h.

Treballar fora també significa adaptar-se a una altra cultura, idioma, ritmes de vida i entorn personal. Què és el que més t'ha costat i què és el que més t'està aportant aquesta experiència més enllà de la fisioteràpia?
El més difícil és probablement tot el que implica començar de zero en un lloc nou. Quan arribes a un altre país, coses que abans eren automàtiques deixen de ser-ho. El sistema administratiu, l'idioma, els desplaçaments, les compres, l'escola dels nens, la vida familiar... Tot requereix un període d'adaptació. Però al mateix temps això és el que més t'aporta. Aprens a tenir paciència, a relativitzar problemes, a comunicar-te d'una altra manera i a sortir de la teva zona de confort.

Després del camí que has recorregut, si poguessis parlar amb el primer Albert Torner que començava a dedicar-se a la fisioteràpia esportiva, quin consell li donaries? I quin repte professional et queda encara per complir?
Ostres! Doncs li diria que tingui paciència, a dia d'avui molts professionals que surten de la carrera volen escalar i créixer molt ràpid i poder arribar a dedicar-te a l'elit es un procés lent que cal madurar. També li diria que treballi, que sigui curiós, que pregunti, que es rodegi de bons professionals, que no tingui por a equivocar-se i que sigui bona persona. I pel que fa al futur, crec que encara em queden molts reptes. Ara mateix, estar a l'Al-Hilal és un capítol nou i molt important, però no penso tant en arribar a un punt concret com en continuar evolucionant professionalment i poder aportar cada vegada més dins d'un entorn d'alt rendiment. Si alguna cosa he après durant aquests anys és que el més interessant de la professió és que sempre pots seguir creixent.

