

Las manos que cuidan a un campeón NBA

A caballo entre Estados Unidos y España, lleva casi una década tratando a Pau Gasol, que acaba de proclamarse campeón de la NBA con Los Angeles Lakers.

David Rodríguez Carenas - Lunes, 22 de Junio de 2009 - Actualizado a las 00:00h.



Fisioterapia

Hoy hace una semana que Pau Gasol ganó el anillo de campeón de la NBA con el equipo más glamouroso del baloncesto, Los Angeles Lakers. Se trata de un nuevo paso en el deporte patrio, porque es el primer español en vencer en la que está considerada la mejor liga de baloncesto del mundo y además lo ha hecho con un papel estelar.

El cuerpo está hecho para moverse; por eso recuperamos con movilidad, educando al músculo atrofiado y creando coherencia con las partes óseas

Todo lo ha conseguido incrementando aún más el gran esfuerzo con el que se prepara cada temporada y en ello tiene bastante que decir su fisioterapeuta de confianza desde poco después de iniciar su carrera NBA en 2001, Joaquín Juan.

Juan trabaja en la Clínica Castellana 28 junto a Domingo Delgado, traumatólogo y cirujano del Ruber Internacional que fuera médico del Real Madrid. Juntos llevan colaborando unos cinco años y hace dos decidieron abrir el actual centro, de aparato locomotor.

¿Qué sintió cuando acabó el partido que le daba el anillo a Pau Gasol?

-La misma sensación de felicidad y respeto por su figura que un aficionado, pero sintiéndome un poco más afortunado por vivirlo de cerca. En cualquier caso, todos los que estamos en un servicio de salud sabemos que estamos para cuando se tuercen las cosas.

De alguna forma, el éxito de Gasol se debe en parte a su trabajo.

-Somos muy dados a hablar de porcentajes de responsabilidad en los éxitos. Pau nació con unas características físicas y hasta mí ha pasado por otras manos. Él busca herramientas con las que trabajar.

Su consulta está en Madrid y Pau en Estados Unidos. ¿Cómo lo hacen?

-Mucho trabajo lo hacemos en verano con su preparador físico, Pepe Casal. Al fin y al cabo, en la NBA tienen casi cuatro meses de verano, porque la liga está muy comprimida. Durante la competición le visito seis veces para hacerle pequeños tratamientos y planificar.

Al final todo se basa en la confianza: quiere que le veas tú esté donde esté.

¿Lo nota mucho en Pau?

-Sí. De hecho, cuando fichó por los Lakers, que tienen un servicio médico acostumbrado a grandes esfuerzos, pensé que iría menos, pero ha sido al revés, porque hay más exigencia.

¿Cuáles son las lesiones habituales en un jugador de baloncesto?

-En los jugadores pequeños el problema son las rodillas, por sus rápidos desplazamientos laterales. Los grandes sufren más en tobillos y espalda, por los saltos y los constantes impactos.

¿Por qué los deportistas se recuperan más rápido que el resto de los mortales?

-Su tono muscular es mayor, pero también nosotros podemos hacer cosas. En Castellana 28 pensamos que el cuerpo está hecho para moverse y recuperamos mediante movimientos, educando el músculo atrofiado y creando coherencia con las partes óseas.

¿Qué lesiones han dado más guerra a Gasol? Todos recordamos lo de Japón...

-Yo empecé con Pau por una fascitis plantar que le dio mucha guerra dos años. Era una fisurita que en la semifinal del Mundial de Japón de 2006 desembocó en una fractura en la cola del quinto metatarsiano.

Ahora no tiene problemas con los pies, salvo con los ligamentos del tobillo, porque es hiperlaxo. Los otros problemas los tiene en la espalda, ya que es muy alto y rápido.

Este año Gasol ha dicho que estaba más preparado físicamente.

-Hemos intentado aumentar su estado físico, y hemos hecho más hincapié en la dieta y el entrenamiento, aumentando el descanso.

Ahora se habla de si irá al Europeo. ¿Puede aguantar sin parar en verano?

-Es necesario parar. Físicamente se puede aguantar, pero la cabeza necesita desconectar del baloncesto. Se trata de algo personal; ahora tiene dos meses y debe ver si tiene fuerzas.

El ritmo NBA no es normal

El ritmo NBA no es normal.

-Asusta. Son más de cien partidos en ocho meses, con constantes viajes de avión de miles de kilómetros. Por eso allí el entrenamiento -que es tan importante como el descanso- es el partido.

Una vez allí se acostumbran, pero cuando vuelven a España se tienen que acostumbrar al ritmo de aquí.

¿Qué le ha sorprendido de la NBA?

-El mito. Allí hay buenos profesionales, pero el nivel europeo no tiene nada que envidiar. Cuando vas allí no sólo absorbes conocimiento, también compartes. Al igual que pasa con los jugadores, están viendo que nuestra medicina está muy a la par.

Además de a Pau Gasol, también lleva a otros deportistas.

-Sí, sobre todo baloncestistas, como Raúl López, Garbajosa, Juan Carlos Navarro, Marc Gasol y Sergio Rodríguez. También ciclistas, como Oscar Sevilla y Santi Pérez, y tenistas como Anabel Medina, en muchos casos con trabajo compartido con sus fisioterapeutas.

Lo de Raúl López tiene que ser un caso complejo.

-Es un máster en rodillas (sufrió una rotura del ligamento cruzado de la rodilla derecha y posteriormente se le rompió la plastia, y en la izquierda tuvo un desprendimiento del cartílago, lo que truncó su carrera NBA). Le trato desde que volvió de Estados Unidos.

Es un problema muscular muy complicado. Ya lleva cuatro años sin problemas de rodilla y aún le quedan tres o cuatro años al mejor nivel.