



## El caso Moinelo: una sabia decisión

Mucho se ha hablado y debatido en estos días sobre el tema de Liván Moinelo y su decisión de no lanzar en los play off por el equipo Industriales

**Publicado: Jueves 02 enero 2020 | 10:29:26 pm.**

**Publicado por: Yasser Aguiar Alpizar**

Mucho se ha hablado y debatido en estos días sobre el tema de Liván Moinelo y su decisión de no lanzar en los play off por el equipo Industriales. Los fanáticos azules se frotaron las manos al tenerlo de refuerzo y hasta el mismo director del equipo, Rey Vicente Anglada, debió sentir la misma sensación al contar con el poderoso brazo del pequeño, pero veloz zurdo pinareño, para cerrar los juegos junto a Andy Rodríguez. Sin duda, hubiera sido una valiosa incorporación.

Sin embargo, Moinelo decide, de manera acertada, lo mejor para todos. Lo mejor para él, para el equipo Industriales y para la Federación Cubana de Béisbol. Valiente y sabia decisión la de apostar por la cultura de la prevención... de lesiones.

Y es que, según numerosos estudios de prestigiosas universidades publicados en la Revista de Medicina Deportiva de los Estados Unidos The American Journal of Sports Medicine, la primera causa de lesiones en el béisbol, principalmente en los lanzadores, es la fatiga o cansancio extremo.

Dichas investigaciones aseguran que la mayor ocurrencia de lesiones en el codo y el hombro de los serpentineros tiene como causa el excesivo trabajo o sobreuso que conlleva al mencionado padecimiento.

Muchos son los factores de riesgo identificados ya. Entre los de mayor prevalencia que provocan lesiones en los lanzadores se encuentran lanzar excesivamente en días consecutivos y la cantidad de apariciones, lanzamientos por apariciones y lanzamientos acumulados durante una temporada entera.

Para serpentineros entre 14 y 20 años de edad, un factor de riesgo es lanzar más de 75 lanzamientos por partido y 600 lanzamientos por temporada. Los lanzadores juveniles con más de 80 lanzamientos por partido tienen cuatro veces más probabilidades de afectarse el codo o el hombro. Y los tiradores con más de ocho meses de

actividad tienen cinco veces más probabilidad de entrar al quirófano.

También aumenta el riesgo el hecho de lanzar muchos pitcheos de rectas por entradas (mayor esfuerzo en un período corto de tiempo) y lanzar con menor tiempo entre lanzamiento y lanzamiento (menor tiempo de recuperación). La velocidad de los lanzamientos está directamente relacionada con la ocurrencia de lesiones.

En el ámbito beisbolero cubano es una creencia que los lanzamientos en rompimiento tienden a lesionar el brazo, y es todo lo contrario, los lanzamientos que tienen más probabilidades de lesionar el brazo son los lanzamientos en recta. Mientras más duro tire un lanzador más probabilidades de afectarse el brazo, pues los estudios demuestran que el codo sufre mucho más estrés biomecánico. Los pitcheos en rompimiento tienen menor probabilidad de lesiones, siempre y cuando el lanzador realice de manera correcta la biomecánica del lanzamiento.

Las investigaciones también alertan sobre las consecuencias de lanzar con fatiga lo cual tiene relación directa con el reconocimiento de la zona de strike.

Finalmente, estos estudios recomiendan entre tres y cuatro meses de descanso sin hacer ningún tipo de ejercicio que implique que el brazo cruce por encima del hombro y durante ese período solo trabajar la parte física.

Con eso argumentos considero acertada la decisión del zurdo vueltabajero de no lanzar en este momento de su descanso e inicio de su preparación. Recordemos que Moinelo fue seleccionado como refuerzo del equipo Leñadores de Las Tunas para participar en la LXI Serie del Caribe prevista para efectuarse en Barquisimeto, Venezuela, desde el 2 de febrero de 2019 y que terminó jugándose del 4 al 10 de ese mismo mes en Panamá.

Luego tuvo la pretemporada y temporada en la exigente Liga japonesa. Además, integró la selección que representó a Cuba en los Juegos Panamericanos de Lima 2019, celebrados del 26 de julio al 11 de agosto, continuó en el campeonato nipón, en el cual alcanzó 60 apariciones en temporada regular, más 15 salidas en los play off con las que ayudó a su franquicia, Halcones de Softbank, a retener el título, y con poco descanso se unió al equipo nacional para el Premier 12, del 6 al 10 de noviembre último.

Desde 1998, el Acuerdo con las Ligas Invernales establece la Clausula de Fatiga extrema la cual protege y limita a la vez la participación tanto de bateadores y lanzadores con una cierta cantidad de entradas lanzadas. En el caso de los relevistas se establece una restricción para los que participaron en más de 55 juegos en el nivel AAA o mayor.

No tengo dudas de que, científicamente hablando, lo mejor y más recomendable para todos: para la salud del atleta, para el resultado del equipo de Industriales y para los importantes eventos que tiene por delante la Federación Cubana de Béisbol como la Serie del Caribe y el Preolímpico a efectuarse en Arizona, Estados Unidos, en marzo venidero, es que Moinelo no lance ahora en la postemporada de la Serie Nacional.

<http://www.juventudrebelde.cu/deportes/2020-01-02/el-caso-moinelo-una-sabia-decision>