

image not found or type unknown



www.juventudrebelde.cu

image not found or type unknown



La cuarentena, un rival peligroso Autor: Falco Publicado: 30/05/2020 | 09:00 pm

La cuarentena, un rival peligroso

Nunca antes el mundo del deporte vivió un «frenazo» tan brusco y prolongado como este

Publicado: Sábado 30 mayo 2020 | 09:59:43 pm.

Publicado por: Enio Echezábal Acosta

El mundo del deporte lleva varios meses en un estado que podríamos calificar de «coma inducido», como consecuencia de la crisis sanitaria mundial provocada por la pandemia en que se convirtió el nuevo coronavirus.

Los Juegos Olímpicos han sido postergados para 2021, y tanto la Eurocopa como la Copa América de fútbol también fueron reprogramadas para el próximo calendario, pues los organizadores no consideraron lógico arriesgarse a provocar o incrementar los episodios de contagio, lo cual ocasionaría además pérdidas económicas irreparables.

Durante todo este tiempo, casi ningún torneo que requiera de la presencia física de los atletas ha estado en activo y a día de hoy son pocas las competencias que se realizan a puertas cerradas y con restricciones de personal, como es el caso de las ligas del fútbol de Bielorrusia y Alemania.

A pesar de que la mayoría estemos centrando nuestra atención todo el deporte que estamos dejando de disfrutar, la realidad es que más allá del pensamiento de aficionado, deberíamos fijarnos en las consecuencias que podría tener la COVID-19 para los deportistas de alto rendimiento a mediano y largo plazo.

Juventud Rebelde conversó con Yamil Gutiérrez Jorge, especialista del Instituto de Medicina Deportiva, quien nos habló de la particularidad de la situación que se vive en el presente, pues resulta que nunca antes la humanidad vivió un «frenazo» tan brusco y prolongado como este.

Según Gutiérrez Jorge, ni siquiera durante la Segunda Guerra Mundial atletas de élite tuvieron que abandonar de una forma tan radical sus entrenamientos y citas competitivas. En aquel momento, todos los que tuvieron la posibilidad se «mudaron» a Sudamérica, en donde siguieron con su ciclo regular de preparación, a la espera de que cesaran las hostilidades los restantes continentes.

Teniendo como antecedente las alternativas que se eligieron durante el mayor conflicto bélico de la historia humana, hay que decir que el fenómeno que se está viviendo actualmente en el mundo del deporte no tiene precedentes de ningún tipo. Precisamente por esa razón es que deberíamos hablar de las posibles repercusiones que esta terrible «tregua» puede traer principalmente para los protagonistas de la actividad atlética.

Uno de los peligros fundamentales de este tiempo, en el que los practicantes no cuentan con una supervisión adecuada por parte de sus entrenadores, preparadores y personal médico, es la reaparición de viejas lesiones o surgimiento de algunas nuevas que lastren su futuro rendimiento y también sus resultados.

«La repercusión biológica de este proceso en el cuerpo de los atletas, puede ser equiparable al choque repentino de un auto contra una pared», explicó el doctor Gutiérrez Jorge.

Para el especialista, el problema fundamental de lo que está sucediendo ahora mismo no está solamente centrado en el elemento físico, sino en algo más abarcador, que son los daños biopsicológicos, de los cuales no se tiene ninguna percepción real en este minuto.

«Los atletas están acostumbrados a régimen de vida que incluye un intenso entrenamiento desde muy jóvenes y además de eso, han aprendido a vivir casi todo el año lejos de sus hogares y de sus familias. El hecho de estar ahora todo el tiempo en sus casas, a las cuales no están del todo adaptados, y de no contar con la posibilidad de seguir su preparación específica, puede traer grandes problemas a la hora de recuperar la forma.

Otro de los elementos que marcará el regreso a la actividad competitiva son las condiciones particulares de cada atleta. Los habrá que vuelvan en excelente estado, pues cuentan con gimnasios de primera calidad y espacio suficiente para entrenar; mientras, otros vendrán en un estado peor y posiblemente eso influya y hasta defina sus resultados de cara a los siguientes eventos.

Aunque aún es muy temprano para vaticinar cómo será el mundo deportivo en la etapa posCOVID-19, sí sabemos que muchas cosas habrán cambiado. Después de todo, resulta que este virus ha llegado a convertirse en el rival más duro que muchos deportistas han tenido que enfrentar en su carrera.

<http://www.juventudrebelde.cu/index.php/deportes/2020-05-30/la-cuarentena-un-rival-peligroso>