



afde

asociación
fisioterapia
deportiva
de elite

fisioNEWS

2

Puntos de interés:

- Entrevistamos a Carlos Moya
- Entrevista del fisioterapeuta elite: Marc Boada
- Ya tenemos fechas para el curso de NIVEL II.
- La AFDE ya tiene deportistas de élite que nos representan en la competición

¡ FINALIZO EL VI.CURSO DE FISIOTERAPIA DEPORTIVA DE

El último fin de semana de mayo se realizó en Madrid, en las instalaciones de la Federación Madrileña de Tenis, el VI Curso de Fisioterapia Deportiva de Elite. Una vez más contamos con la presencia de 25 fisioterapeutas venidos de todas partes de España con los que pudimos compartir un buen fin de semana. Nuestro objetivo para este curso fue el mismo de siempre, intentar acercar el mundo de la fisioterapia deportiva de élite a todos los fisioterapeutas interesados. Para ello, aparte de la habitual presencia de Michal y Juan pudimos contar con colaboraciones importantes e interesantes. David Bleda compartió con nosotros sus experiencias en el baloncesto profesional, Mark van Zuilen nos introdujo en el fascinante mundo del vendaje neuromuscular y conocimos mejor el funcionamiento de aparatos como Indiba, Clinic Master y Cefar Compex.

Por los cuestionarios recibidos el curso fue un éxito, siempre con ciertos aspectos que se deben mejorar, por supuesto. Pero en general la AFDE está cada vez más contenta y orgullosa de sus cursos.

Comentar, como último, que ya están fijadas las fechas para el VII Curso, que se realizará en Tenerife y para la primera edición del II Nivel que se realizará en Madrid a finales de Noviembre. Consultar fechas en

www.af-de.net.



INDICE:

VI.Curso finalizado	1
FIFA Beach world	1
Entrevista con Carlos Moya	2
Falla visita AFDE	2
Entrevista con Marc Boada	3
Próximos cursos	4
Los deportistas que representan la	4

2008 FIFA BEACH SOCCER WORLD CUP

Hola a todos, soy Fernando Gómez y voy a contaros mi experiencia como fisioterapeuta en el FIFA Beach Soccer World Cup 2008- Qualifier Benidorm: El trabajo que realicé fue ante todo dar masajes de descarga, pero también tuve que tratar contusiones, esguinces, tendinitis y lo más curioso que hice fue tener que intervenir en mitad del partido entre Grecia e Italia a un jugador griego que sufrió un golpe en la nariz y pese al dolor que expresaba me pidió que se la colocara de nuevo en su sitio... debió ser doloroso.

Los jugadores eran muy amables y cualquier tratamiento te lo agradecían enormemente, la verdad es que me hicieron el trabajo muy

fácil. También quería comentar el compañerismo que mostraban todos los fisios. Siempre que alguno necesitaba material o algún tipo de ayuda podía ir al fisio de otra selección y en todos los casos echaban una mano sin ningún reproche. El ambiente era de máxima cordialidad entre todos y eso seguro que ayudó a que los futbolistas fuesen mejor tratados. Yo no conocía mucho este deporte pero os animo a que lo sigáis un poco ya que además de todo lo que os he dicho anteriormente los partidos son espectaculares y los futbolistas auténticos artistas con el balón y muy buena gente.

Saludos fernando Gomez Vives—miembro AFDE



Muchas veces estoy mas tenso y nervioso jugando la play station "football" que jugando una final.



La AFDE entrevista a Carlo Moya

Que significa para ti un fisioterapeuta?

Un fisioterapeuta para mi es la persona que va alargar mi carrera profesional.

¿Según tú, que es lo más importante para el fisio que acompañe a un jugador?

Influyen muchas cosas. Que sea trabajador, que sea fácil la convivencia ya que pasamos mucho tiempo juntos y que sea profesional.

¿Qué es lo que debe saber un fisio según ti para trabajar con un deportista profesional?

Que sepa preparación física y que sepa mucho de prevención más que de lesiones. Cuando ya estas lesionado no hay mucho que se puede hacer.

¿Alguna vez te ha pasado que sin el fisioterapeuta no podrías haber ganado?

Había muchas situaciones. Ahora mismo no me recuerdo de una situación en concreto pero en deporte de élite sufrimos muchas lesiones, la mayoría sin mucha gravedad pero suficiente para disminuir tu rendimiento

¿Con cuantos fisios has trabajado a lo largo de tu carrera y en que se diferenciaban?

Viajaba con varios fisios, quiroprácticos, osteópatas, he conocido todas las versiones y cada uno tiene su filosofía. Ninguna es mejor que la otra. Cada uno con sus diferencias, pero en común tienen que todos juntos han alargado mi carrera.

Para acompañarte a los torneos prefieres un preparador físico o fisioterapeuta?

Un fisio seguro. Pero lo ideal es que sepa de preparación física.

Que lesión mas importante has tenido y como ha sido la cura?

Fractura de estrés de una vértebra. Seis meses para volver a jugar. El primer año después de incorporarme tenía muchos dolores. La fisioterapia no pudo hacer mucho ya que había que esperar hasta el hueso se soldara. Magnetoterapia y fortalecimiento de abdominales y lumbares era mi trabajo diario.

¿Algún mensaje para fisios que aspiran ser fisio privado de algún jugador?

Es un trabajo sacrificado ya que se está mucho tiempo fuera de casa pero es una experiencia nueva y bonita.

Alejandro Falla visitó la sede de la AFDE



A principios de junio recibimos en Madrid la visita de Alejandro Falla, jugador de tenis colombiano que ocupa el puesto 90 del ranking ATP y que estuvo 3 días tratándose con nosotros para mejorar unas molestias lumbares que viene arrastrando desde hace tiempo. Pasados los tres días y con menos molestias continuó su viaje a Londres, donde va a disputar los torneos de Queens, Nottingham y Wimbledon. Desde aquí le deseamos la mejor suerte.

La AFDE entrevista a Marc Boada, fisioterapeuta de Janko Tipsarevic

¿Cómo has llegado a ser el fisio de Janko Tipsarevic?

Pues la verdad es que nos conocimos en el circuito. Yo había estado trabajando antes con otros jugadores y una vez estas ahí dentro ya vas teniendo contacto con la mayoría de ellos.

¿Qué es lo que más y menos te gusta de este trabajo?

Pues a pesar de lo que pueda parecer es un trabajo bastante duro ya que pasas muchísimo tiempo fuera de casa y lejos de los tuyos. De todas maneras este es el trabajo que siempre desee, quería estar en contacto íntimo con el deporte de alto nivel. Además, aparte de la relación profesional acabas por tener una muy buena relación personal con los jugadores. Y eso es una de las cosas que más se valoran. Llegas a ser parte de una pequeña familia.

¿Cuál es para ti la cualidad más importante que debe tener un fisio para que llegue a ser un fisio de un jugador profesional?

Sobretodo que le guste el trabajo que está haciendo y que tenga mucha ambición por mejorar i seguir aprendiendo día a día. Nunca se sabe demasiado y siempre se puede aprender de todos.

¿A nivel económico es más rentable que una clínica privada?

Esta pregunta es difícil de contestar. Refiriéndome otra vez al punto anterior. Pasas mucho tiempo fuera de casa o sea que en cierta manera es un trabajo bastante sacrificado i no se puede valorar este hecho con tener una nomina mejor que otros fisioterapeutas. Es verdad que tus ingresos son superiores a cualquier trabajo normal de fisioterapia, pero todos sabemos que si tienes una clínica privada que funcione y con gente trabajando para ti entonces tus ingresos son elevados también.

¿Describe tu día normal de trabajo, cuantas semanas al año trabajas y que haces cuando no viajas con Janko?

Un día normal de trabajo en este mundo depende un poco del jugador para el que estés trabajando ya que no todos los jugadores necesitan la misma atención ni tienen las mismas rutinas. Aparte tienes que valorar también si se trata de días de torneo o de simples entrenos en los cuales las cargas de trabajo son mayores. En mi caso me encargo también de la preparación física, así que con Janko siempre trabajamos una hora antes de desayunar en el gimnasio haciendo 30 minutos de carrera continua suave i luego 30 minutos más con distintos ejercicios de prevención.

Después de desayunar vamos al club y calentamos entre 30 i 45 minutos con algún ejercicio mas específico de potencia o velocidad. Después del entreno de tenis una sesión de estiramientos para recuperar pero no muy larga para no relajarle demasiado para volver a entrenar por la tarde.

Cuando realmente te toca trabajar más es después de que el jugador haya terminado su día. Hay que recuperarle al máximo para que al día siguiente pueda rendir al 100% otra vez, con movilizaciones, estiramientos ya más mantenidos y masaje

Cuenta alguna historia o anécdota que te ha pasado en circuito.

Una de las típicas son las apuestas que se hacen con los jugadores, siempre apostando en hacer alguna cosa delante de gente para pasar la mayor vergüenza posible.

¿Qué cursos o especialidades crees que son importantes de realizar para trabajar en deporte y que técnicas utilizas tú?

Pienso que hay muchos cursos validos y que siempre hay técnicas que se pueden aplicar al deporte. Evidentemente todos los cursos de readaptación y prevención son buenos. Depende un poco también del punto de vista del fisioterapeuta. Personalmente yo soy bastante partidario de la terapia manual y nunca dejando de banda los masajes. Me gusta mucho trabajar con las manos más que con las maquinas. Pienso que el punto muy importante a valorar es el psicológico del jugador y siempre son muchos más receptivos y responden mejor a los estímulos manuales.





AFDE
 Dirección:
 c/ Príncipe de Vergara 280, Bajo C
 28016 Madrid

Telefono: 913506640
 Email: info@af-de.net

asociación
 fisioterapia
 deportiva
 de elite



PRÓXIMOS CURSOS:

NIVEL 2:

RESERVA Y ASEGURA TU PLAZAS!!! PLAZAS MUY LIMITADAS!!!

I. Curso de Fisioterapia Deportiva de Elite MADRID- Nivel II.

(Curso básico de vendaje neuromuscular incluido)
 21-23.Noviembre

NIVEL 1:

VII. Curso de Fisioterapia Deportiva de Elite TENERIFE– NIVEL I.

(Curso básico de vendaje neuromuscular incluido)
 12.Sept– 14. Septiembre

Mas info en: www.efisioterapia.net

¡OBJETIVOS CUMPLIDOS!

1) Mas de 10 fisioterapeutas de la AFDE han sido involucrados con deportistas de elite en diferentes deportes de elite.

2) Nicolas Almagro, Guillermo Canas y Ignacio Chela representan la AFDE dentro de la pista.

3) La AFDE acorda una estrecha colaboración con CEFAR-COMPEX y ATENA (Vendaje neuromuscular propioceptivo) de la cual se podran beneficiar todos los miembros.

4) Hemos conseguido 2 puestos de trabajo para nuestros miembros.



afde

asociación
 fisioterapia
 deportiva
 de elite

