

LOS SECRETOS DEL “DOPING” DE LOS JUGADORES DE FÚTBOL DEL PRIMER EQUIPO DEL BARÇA

*David Ribera-Nebot - Licenciado en Motricidad Humana
Editorial EducacioFisica.com, 16/03/2011*

Los secretos del “doping” de los jugadores del primer equipo de fútbol del F.C. Barcelona son:

a) Josep Guardiola: un entrenador que revoluciona tácticamente el fútbol, que mima la dinámica afectiva de los jugadores y que confía ciegamente en dos eminencias mundiales (Paco Seirul-lo y Ramon Segura).

b) Francisco Seirul-lo Vargas: el mejor experto mundial, con diferencia, en la optimización del deportista interaccionando todos los factores determinantes para su rendimiento.

<http://www.entrenamientodeportivo.org>

c) Ramon Segura Cardona: profesor emérito y el referente de prestigio internacional en fisiología del ejercicio y la nutrición del deportista.

<http://www.fisiologiadeportiva.com>

Por otro lado,

Juan Antonio Alcalá (cadena Cope, 13/03/2011) realizó infundadas alusiones que vinculan al F.C. Barcelona con prácticas de dopaje. Entre las acusaciones compara al Barça con el Valencia y su vinculación con Eufemiano Fuentes, afirmando que “el Barça trabaja con doctores de dudosa reputación”. J.A. Alcalá insistió en que la información le llegaba de una instancia directiva muy alta del Real Madrid.

Las declaraciones de Florentino Pérez (Real Madrid, 16/03/2011) han sido desafortunadas.

No se puede esperar más de una persona que no está cualificada para participar en el mundo profesional del deporte.

Pep Guardiola: “Cuando se pongan de acuerdo la COPE y Florentino ya nos avisarán”.

Comparar o vincular al Dr. Ramon Segura Cardona con Eufemiano Fuentes es un ataque de gran escala a la ciencia, a la cultura y al sentido común.

Lo más grave de este asunto son las acusaciones que se han lanzado contra el Dr. Segura y las molestias que han sufrido su familia y sus colaboradores. **Eso debe ser el foco de atención de la denuncia de Sandro Rosell como presidente del Barça.** La calidad profesional del Dr. Segura ya hace muchos años que es reconocida por los mejores expertos internacionales y su honestidad, humildad y calidad personal son conocidas entre deportistas, técnicos y científicos a los que ha asesorado.

Otro asunto de fondo, es la incultura con la que hablan muchos periodistas e inexpertos sobre el doping y el rendimiento deportivo, promocionando la idea falsa de que el éxito deportivo se consigue fácilmente siguiendo las prácticas de dopaje de algunos médicos, los cuales nunca han aportado nada bueno a los deportistas.

Entrevista de actualidad en RAC1 (14/03/2011) con el Dr. Ramon Segura Cardona
(explica a modo de divulgación algunos conceptos de nutrición para los deportistas)

<http://rac1.org/elmon/blog/els-jugadors-prenien-suplements-amb-mourinho-al-barca/>

"Los jugadores de cualquier especialidad deportiva, después de un esfuerzo, tienen un desgaste energético, un desgaste también en parte estructural y de lo que se trata es de recuperarle lo antes posible".

"Ahora que se entrena cada día y se juegan dos partidos por semana de media, es necesario que la recuperación sea lo más rápido posible, y aquí se aplican los principios fisiológicos, simplemente."

"Los expertos en nutrición deportiva sabemos que el momento ideal para que el cuerpo se recupere es darle los nutrientes que presumiblemente ha perdido inmediatamente al acabar el partido. No es lo mismo darlos al terminar el partido que esperar tan solo dos horas".

"Y esto es uno de los aspectos, pero no el único porque esto es la recuperación, pero después hay aspectos de alimentación a lo largo del día, de manera que se procura que la situación metabólica del jugador sea óptima como lo sería de cara a una persona normal".

Acerca de algunos batidos que se les da a los deportistas:

"Son una mezcla,... hay hidratos de carbono, y además hay un desgaste de las proteínas del músculo que también se han de aportar para que la recuperación sea lo más rápida posible, y además se añaden algunas vitaminas para que el metabolismo de todo esto funcione correctamente. No tiene ningún secreto, es una simple aplicación de la fisiología".

Acerca de si los controles antidopaje que se realizan en el fútbol son una broma:

"Los controles anti dopaje no tienen nada que ver con la alimentación. El control antidopaje sería detectar alguna sustancia, según el comité que define lo que es dopaje, que se considere que puede ser engañosa para mejorar el rendimiento o potencialmente peligrosa para el jugador.

Pero no hay ningún nutriente,...es como si dijeran que tomar azúcar constituye un elemento de dopaje".

"Antes de un partido el jugador come lo mismo que otra persona pero con otras cantidades y proporciones diferentes, como a un corredor de maratón que se le prepara una dieta especial. Esto no es dopaje, esto simplemente es racionalizar la alimentación para que el deportista pueda disponer de la energía necesaria con la máxima eficiencia y cantidad posible".

No sabe de dónde han venido estos comentarios.

"Mourinho sabe, que en la época de Van Gaal que yo estaba allí y él fue testimonio de cómo introdujimos estas suplementaciones, esta racionalización de la alimentación, en la época del Val Gaal cuando el Mourinho estaba de ayudante. Incluso los periodistas vinieron al laboratorio para que les mostrara cómo utilizábamos nutrientes naturales".

"Lo que mucha gente no sabe es la secuencia en que se han de tomar los diversos nutrientes".

[Descarga de la entrevista completa \(mp3\)](#)