El Ideal Gallego
Galicia
04/11/26
Pr: Diaria
Tirada: 250
Dif: 250
Cod: 187106337
Pagina: 35
Secc: DEPORTES Valor: 4.852,00 € Area (cm2): 877,9 Ocupac: 100 % Doc: 1/1 Autor: <!-- IMAGE --> LUCÍA DÁVILA A CORUÑA Num. Lec: 1000

REPORTAJE / El fisioterapeuta Álvaro Gómez explica el proceso para la rápida vuelta del gabonés a los terrenos de juego, pero apunta que el próximo mes es clave para que el goleador recupere su mejor versión. Como el '7', también confía en que Riazor volverá a disfrutar de sus volteretas

El regreso exprés de Auba: "La clave ahora es el control de carga"

LUCÍA DÁVILA
A CORUÑA





El regreso de Pierre-Emerick Aubameyang se hizo esperar menos de lo previsto. Cinco semanas y cuatro días después de pasar por el quirófano para solucionar una lesión en el menisco externo de su rodilla derecha, el delantero gabonés volvió a vestirse de corto y a competir con el Deportivo. Su reaparición se produjo el pasado lunes ante Osasuna en Riazor, cuando en el minuto 69, todavía con el 1-1 en el marcador, saltó al campo y protagonizó un gran remate de cabeza que obligó a Sergio Herrera a firmar una espectacular parada. El rechace acabó en los pies de Bil, que culminó la remontada blanquiazul.

Aubameyang volvía así a sentirse futbolista después de una lesión que, sobre el papel, apuntaba a una ausencia algo más prolongada. El pasado 24 de septiembre fue intervenido en el Centro Olympia de Madrid por el traumatólogo Manuel Leyes, que resolvió la rotura sufrida durante el encuentro de Liga ante el Betis. El atacante recibió el alta hospitalaria ese mismo día y regresó a A Coruña para comenzar su recuperación. "En cinco semanas estoy", afirmó el gabonés ante los medios de comunicación que le esperaban en la estación de tren.

Una previsión optimista que desafiaba los plazos que había establecido el médico, entre seis y ocho semanas, siempre condicionado por la evolución del futbolista. Sin embargo, la buena respuesta de su recuperación y su implicación en el proceso permitieron adelantar los tiempos.

Para entender cómo pudo completar su regreso en poco más de cinco semanas, Álvaro Gómez Molina, fisioterapeuta y director de ADH Clinic, apunta a un detalle fundamental: el tipo de intervención. "El menisco es básicamente un amortiguador de la rodilla, y el externo es el que más carga lleva. Por lo que sabemos, le han debido de hacer una meniscectomía. Es decir, tenía un trocito de menisco desgastado o roto, lo han retirado y no han tenido que coser nada. Volver a las cinco o seis semanas en ese caso es algo normal. Creo que el traumatólogo ha querido ser conservador y prudente en sus plazos", explica.

La diferencia no es menor, ya que una sutura meniscal requiere unos plazos de recuperación considerablemente más largos. En cambio, cuando se retira únicamente la parte dañada mediante una artroscopia, el proceso permite una reincorporación más rápida. "El problema es que puede producirse un efecto bola de nieve. Se puede romper más y ahí sí que hay que suturarlo y una sutura son de tres a cuatro meses", detalla el fisioterapeuta.

En el caso del delantero deportivista, su condición física también ha jugado mucho a su favor. "Tiene 37 años, entonces el menisco sí que suele estar más desgastado, pero lo compensa que tiene mucha musculatura. Tiene una condición física muy buena y un equipo que está detrás de él todos los días. Además, ha tenido muy pocas lesiones previas. No es tan sorprendente si tenemos en cuenta todo eso, aunque el plazo está muy bien", señala.

Aubameyang, en el Dépor-Osasuna | QUINTANA

Tres etapas

Según explica el fisioterapeuta, la recuperación se desarrolla en tres etapas diferenciadas. "Entre las semanas uno y dos se busca la protección y controlar la inflamación. Que tengas tensión completa y que la rodilla se estire del todo. Semanas dos y tres se empieza a poner un poco de fuerza, control, propiocepción y fuerza para musculatura. Y semanas de tres a cinco ya es en campo. Cambios de dirección, carreras y gestos de fútbol", explica.

Aunque su reaparición no significa que ya esté al 100%. Los 20 minutos que disputó ante Osasuna forman parte de una vuelta progresiva en la que será fundamental controlar los esfuerzos. "La clave ahora es el control de carga. Es decir, cuánto tiempo juega. Él dirá que está bien, pero tiene riesgo. Hay que ser paciente porque no es que se rompa lo que se ha operado, sino que la rodilla se puede inflamar o sobrecargar", advierte Gómez Molina.

Aubameyang ya ha recuperado, al menos, una de las cosas que más echaba de menos: competir y ayudar al equipo. Su ausencia coincidió con una racha en la que el Deportivo no consiguió ganar ninguno de sus partidos, aunque el parón de selecciones hizo que solamente se perdiese tres jornadas. Queda todavía una última incógnita: el regreso de sus características volteretas en las celebraciones. El propio delantero bromeó con ello durante principios de octubre: "Primero recuperarme, pero luego veremos más volteretas". De momento, Sergio Herrera le privó de celebrar su regreso con un gol y, posiblemente, también de comprobar si su rodilla está preparada para esas acrobacias. "Si me tengo que mojar, diría que sí que pueden volver, pero que hay que tener paciencia porque a lo mejor tarda un mesecito todavía. Mientras él vea la rodilla bien, se le controle la inflamación y demás, no hay problema", confirmó Gómez Molina. ●