

Carlos Lalín Novoa - Readaptador físico del Real Madrid Club de Fútbol

## "Tengo la gran suerte de tener un jefe como Mourinho, que facilita mucho nuestra tarea"

"Yo he sido siempre deportista en Lalín; quería estudiar medicina y también me gustaba educación física"

<http://www.farodevigo.es/portada-deza-tabeiros-montes/2012/06/10/gran-suerte-jefe-mourinho-facilita-tarea/655760.html>

### Carlos Lalín realiza indicaciones a Cristiano Ronaldo en las instalaciones que tiene en Valdebebas el Real Madrid. // Mondelo

**ÁNGEL GRAÑA - LALÍN** Por sus manos han pasado muchos de los grandes futbolistas de la Liga española en busca de una recuperación para sus lesiones. Cristiano Ronaldo, Benzema o Di María, por ejemplo, conocen en primera persona de sus métodos como profesional desde que en hace ahora cuatro años fichó por el conjunto de Concha Espina. Atiende la llamada de FARO DE VIGO en la localidad italiana de Cagliari, donde se encuentra estos días participando en un congreso de Top Training (alto rendimiento deportivo) junto a colegas de profesión italianos y británicos.

—¿Cómo se consigue llegar a un puesto tan específico como el suyo en el Real Madrid?

—Esa es una pregunta que no debería responder, sobre todo, por humildad. Yo he sido siempre deportista en Lalín, la tierra de mis padres, a donde llegué tras vivir unos años en Venezuela. Quería estudiar medicina, pero también me gustaba mucho educación física, que fue lo que finalmente hice. Desde el inicio de la carrera estuve adscrito al departamento de anatomía. Al acabar, empecé a trabajar y un día acabé en el balonmano entrenando. En el OAR hacía un poco de todo, además de dirigir al equipo. Rafael Martín Acero, el decano del INEF, creó la figura del readaptador físico cuando trabajaba para el Deportivo, en 1999. Un año después, planteé en un congreso médico una serie de cuestiones al respecto y empezamos a trabajar inmediatamente en ese área. Así fue como empezó todo.

—En su departamento "trabajan" con los cuerpos de algunos de los deportistas de élite más mediáticos del planeta. ¿Son conscientes de esa repercusión?

—Yo soy uno más de un equipo de trabajo donde lo que hacemos es trabajar en la fase intermedia entre la fisioterapia y la recuperación del deportista, de tal forma que consiga mejorar su rendimiento físico. También llevamos la prevención, un aspecto cada vez más determinante en estos niveles deportivos. Te puedo decir que es muy diferente, por ejemplo, trabajar con gente amateur, algo diferente porque las condiciones biológicas de un jugador como los del Real Madrid, por ejemplo, están por encima de la media, y también los recursos económicos son muy diferentes a los que se manejan en el deporte aficionado, evidentemente.

—¿Siente la presión de trabajar en un club como el Real Madrid o consigue abstraerse?

–No, porque es el contexto donde solemos trabajar. La responsabilidad es del equipo de trabajo, aunque yo asumo mi parte, por supuesto. Además, tengo la gran suerte de tener un jefe como Mourinho, que es también licenciado en ciencias deportivas y doctor honoris causa en la Universidad de Lisboa –algo que mucha gente no sabe–, lo que facilita mucho nuestra tarea en un club como el Madrid. Los clubes y los presidentes deberían pensar en establecer planes de prevención de riesgos laborales desde edades tempranas porque eso son las lesiones.

–¿Por qué se dice siempre que la vida del deportista de primer nivel es corta?

–Eso no es siempre así. El que llega al alto rendimiento tiene la vida deportiva que tiene. Ahora hay mejores recursos que hace unos años. El deportista tiene que saber que tanto la recuperación a corto como a medio y a largo plazo es un riesgo que debe asumir desde el primer momento. De todas formas, las condiciones para tratarlos ha mejorado en todos los niveles.

–¿Cómo vivió la consecución del reciente título de Liga?

–Debo decir que tuve la experiencia de ganar dos títulos con el Deportivo, pero ganar los dos últimos con el Madrid fue algo muy especial por el esfuerzo que supuso conseguirlos. Ganar la Copa del Rey al Barcelona en Mestalla, y de esa forma, fue la primera piedra de nuestro proyecto. La Liga de este año es el siguiente paso de lo que está por venir. A lo mejor, podemos estar en la próxima final de la Champions, lo que sería, también, muy importante para un club como el nuestro. Desde que trabajo en Primera División ya conseguí dos ligas, dos Super Copas de España y otras tantas Copas del Rey.

–Desde luego, la celebración en Cibeles demostró que había muchas ganas por conseguir el campeonato.

–Había muchas ganas, desde luego, porque trabajamos todo el año para esto. Estoy en un club de muy alta exigencia, y resulta muy gratificante ganar la Liga batiendo el récord de puntos y de goles, algo que no está al alcance de cualquiera.

–Sin embargo, no se le vio mucho por los festejos de los merengues.

–Es que a mi me gusta estar siempre en un quinto plano. En Valencia, por ejemplo, saltamos todos al campo cuando ganamos la Copa del Rey. Entonces, ninguno nos pudimos reprimir porque lo que significó aquello. Lo de la Liga, como te dije antes, es un trabajo de mucho tiempo que culminó con una bonita recompensa.

–El Madrid siempre fue un club con integrantes gallegos en su seno. ¿Cuántos hay ahora en la entidad?

–Pues, ahora, yo soy el único gallego que hay en el staff del equipo. Hasta he aprendido a hablar portugués después de practicarlo tanto con algunos de mis compañeros. El ser gallego facilita, evidentemente, el aprendizaje de ese idioma.