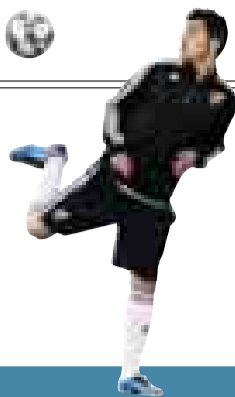


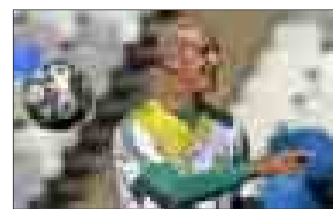
DEPORTES

www.elmundo.es/deportes



FÚTBOL

El Valencia dice ahora que declara intransferible a David Villa



FÚTBOL

España se juega frente a Sudáfrica la primera plaza

FIN DE SEMANA



Nadal, durante un partido de exhibición en The Hurlingham Club. / IAN KINGTON / AFP

«No puedo seguir así»

Nadal renuncia a defender su título en Wimbledon debido a la tendinitis acentuada en sus rodillas / «He tocado un poco fondo mentalmente», dice

JAVIER MARTÍNEZ
El campeón no defenderá la Copa. Rafael Nadal anunció ayer que será baja en el torneo de Wimbledon, que se inicia el lunes. «Llevo jugando con dolor en mis rodillas varios meses y personalmente no puedo seguir así. El dolor me limitaba físicamente ciertos movimientos, lo cual hacía que tampoco me encontrara bien mentalmente», comentó en rueda de prensa.

El número uno del mundo comunicó la decisión después de perder un bolo con el suizo Stanislas Wawrinka, al igual que sucediera el jueves en su encuentro con Lleyton Hewitt. «Estoy más pendiente de las rodillas que del partido, y así no se puede jugar», explicó en su comparecencia ante los medios en el Club de Tenis de Hurlingham.

Nadal perdió el pasado 31 de mayo contra Robin Soderling en octavos de final de Roland Garros, en la que fue su primera derrota en las cinco participaciones en el torneo parisino. Seis días después comunicó que renunciaba a defender el título en Queen's, donde venía preparando la temporada de hierba en los últimos años. La recurrente tendinitis en sus rodillas, más agudizada en la derecha, se había acentuado en las últimas fechas. Padece una tendinitis de inserción de los tendones cuadrícipales con ligero edema óseo en ambos polos superiores de la rótula.

Con su ausencia expone el número uno de la ATP, que reconquistará Roger Federer si es capaz de ganar el título por sexta vez. En ningún caso caería más allá de la segunda plaza. Si es Andy Murray quien se hace con la victoria final en Londres, el escocés continuaría a cinco puntos de Nadal.

«Durante toda mi vida, Wimble-

don es uno de los torneos más especiales, si no el más especial, y poder jugar aquí como número uno por primera vez... Es duro, ya conoces al público. Intenté todo lo que he podido para jugar, pero es imposible en esta ocasión», prosiguió en su argumentación. Es el primer hombre que no puede defender el título en Londres desde 2002, cuando Ivanisevic no participó por encontrarse retirado. Jonh Newcombe y Stan Smith son los otros dos malos precedentes.

El pasado martes viajó a Londres

Pelea 'número uno'

RANKING ACTUAL

1. Rafa Nadal .. 12.735 puntos
2. Roger Federer 10.620

SI VENCE FEDERER...

1. Roger Federer 11.420
2. Rafa Nadal 10.735

SISTEMA DE PUNTUACIÓN

Como campeón en la pasada temporada, Rafa Nadal defiende 2.000 puntos. Mientras, Federer, finalista entonces, podría sumar un máximo de 800.

en un avión privado, con la equipación de una auténtica clínica móvil. En las últimas semanas ha venido trabajando diariamente en cinco horas de rehabilitación. Lo hace con dos máquinas, una de magnetoterapia y un aparato de alta frecuencia que emite ondas con función antiinflamatoria, cicatrizante y descontracturante. La Tecar, que así se denomina, también le acompañó durante el Masters 1.000 de Madrid, durante el pasado mayo.

Precisamente el torneo de la capital de España salió nuevamente a la palestra. Nadal, que perdió la final contra Federer, apuntó directamen-

te a su presencia allí como causa determinante de su ausencia en Wimbledon. «En caliente, es evidente que te diría Madrid, pero realmente tampoco sé si es así», respondió a la hora de ser interrogado sobre la causa que le ha llevado a esta situación.

Su presencia en el Madrid Open vino precedida de dudas y recelos por la altitud de la ciudad. Antes de su debut cargó duramente contra la competición, las condiciones de las pistas y la poca idoneidad de su nueva ubicación en el calendario, como cita previa a Roland Garros.

Lo cierto es que después de una temporada más inmaculada sobre arcilla, con el quinto título en Montecarlo y en el Conde de Godó y la cuarta corona en Roma, tropezó en la capital española y no pudo ser el primer pentacampeón de forma consecutiva en Roland Garros.

«Querer forzar siempre semana tras semana [...] Probablemente siempre es un error mío, siempre querer estar ahí, cuando lo que más me duele es no poder jugar ahí. [...] Uno siempre va haciendo esos mil esfuerzos que te van desgastando y esta vez he tocado un poco fondo mentalmente y estoy cansado de aguantar dolor», dijo.

Pese a que no precisó una fecha para su regreso a las pistas, es segura su ausencia en la eliminatoria de cuartos de final del Grupo Mundial de Copa Davis que España disputará ante Alemania en Marbella del 10 al 12 del próximo mes de julio.



► Especial:

Repase en vídeo las mejores finales de Wimbledon.

► Foro:

¿Qué le parece la decisión de Nadal?

Una rotura sí sería fatal

ÁNGEL VILLAMOR

Los especialistas que atienden a Rafa Nadal han adoptado una decisión prudente y, a la larga, beneficiosa. La tendinitis que le atenaza de manera intermitente desde hace años no es más que una alerta dolorosa del cuerpo para avisar de que la maquinaria se fuerza peligrosamente. Lo de verdad alarmante es que el aviso se ha vuelto a producir. El tendón no es un tejido fácil de recuperar y los suyos están castigados en especial. Cada microrrotura que sufren estos anclajes del músculo al hueso dejan una pequeña cicatriz difícil de regenerar, por la poca vascularización de la urdimbre tendinosa. Eso, unido a su gran masa muscular, que somete al tendón a una enorme tensión, especialmente en arranques y giros bruscos, no le favorece. Debe ser muy cauto.

Este respiro le permitirá acometer un periodo de recuperación con tiempos razonables. Un programa de estiramientos y calentamiento antes y después de cada esfuerzo, unido a un tratamiento antiinflamatorio

correcto contribuye a aumentar el riego sanguíneo en la zona, algo crucial para regenerar el tejido y ganar en elasticidad, lo que reduce el riesgo de rotura; algo que sí sería fatal. Por otro lado, seguro, los facultativos que le atienden ya están sacándole todo el partido a los avances científicos en el terreno del restablecimiento de zonas como el tendón y el cartilago, que supuso el fin de muchas carreras deportivas.

Actualmente, la inyección de células madre y los concentrados de plasma rico en factores de crecimiento, procedentes del propio paciente, están logrando resultados sin efectos secundarios. Y ya existen medicamentos de ácido hialurónico y colágeno que reparan los tendones dañados o recién operados con buenas expectativas. Si sumamos el poderío físico y mental de Rafa, tenemos Nadal para rato.

Ángel Villamor es director médico de la Clínica IQTRA Medicina Avanzada y traumatólogo del Hospital USP San José.

> TENIS / El campeón renuncia a Wimbledon

La lesión del número uno

● FICHA

Edad:	23 (03/06/1985)
Record de la temporada:	44 victorias / 5 derrotas
Ganancias 2008:	4,2 mil. de dólares
Profesional desde:	2001

● CÓMO LLEGAN LOS FAVORITOS

NADAL		
Campeón	●●●●●	5
Finalista	●●	2
Semifinalista	●	0
Cuartos	●●	2
R16	●	1
R32	●	0

Tipo de pista	
● Tierra	● Pista Dura
Inicio	
Qatar	Cuartos
Australia	Campeón
Febrero	
Rotterdam	Final
Marzo	
L. Wells	Campeón
Miami	Cuartos
Abril	
Hantecarla	Campeón
Barcelona	Campeón
Roma	Campeón
Mayo	
Madrid	Final
R. Garros	R16

● LA HERMA DEL CAMPEÓN

La tendinitis crónica en la rodilla de Rafa Nadal le sigue pesando factura como ya ocurrió en Roland Garros. Su respuesta física deficiente en la preparación le ha forzado a renunciar.

La lesión afecta al tendón del músculo cuadriceps de su pierna derecha. Se trata de una de las patologías tendinosas que con mayor frecuencia dañan la articulación de la rodilla. En su caso, se complica aún más porque el tendón rotuliano de la misma rodilla está afectado.



Tendinitis cuadriceps

El tendón cuadriceps es el que une el músculo cuadriceps, uno de los más voluminosos del cuerpo, con la rótula. Puede haber sólo inflamación o, además, pequeños desgarramientos fibrilares.



FUENTE: ATP

EL MUNDO

Un castigo exagerado

Distintos especialistas alertan sobre los riesgos de un jugador tan apoyado en su físico / Crean que ha de racionalizar el calendario para no acortar su carrera

J. MARTÍNEZ

La ausencia de Nadal en Wimbledon reaviva el debate sobre su condición física. Hace un lustro, Andre Agassi reflexionaba sobre el incierto futuro del español al apuntar que estaba «extendiendo cheques en blanco» con su cuerpo. La lesión que le impide defender su corona en la *catedral* es prácticamente la misma que le apartó de la Copa Masters y de la final de la Copa Davis el pasado curso.

«Hay que tener la cabeza fría y dosificar. Por muy bueno que sea un coche no le puedes mantener siempre encendido a 6.000 revoluciones. Al final se quema», dice Miguel Maeso, preparador físico de Marat Safin y hombre de confianza de Juan Carlos Ferrero en sus años en la élite.

Como refleja el gráfico que acompaña esta página, Nadal juega muchos torneos y con éxito sobresaliente. Lo hace, además, con

unas señas de identidad muy concretas, fundamentadas en la condición física. «Está en el olimpo de los dioses del atletismo. Es el mayor atleta que se ha visto en una pista de tenis», valora Vicente Calvo, siempre atento a los cuidados de Fernando Verdasco.

En el entorno de Nadal se trabaja desde hace tiempo con todas las precauciones. Viaja a todos los torneos acompañado por Rafael Maymó, su recuperador, con un

plan de trabajo diseñado por el ángel de la guarda de su privilegiado armazón muscular, Joan Forcades.

«Al nivel que juega Nadal es difícil evitar percances como éste», sostiene Marc Boada, preparador físico de Janko Tipsarevic. «El deporte de élite no es salud debido a las extraordinarias exigencias que impone».

El número uno del mundo tiene unas cualidades colosales, pero carece de la capacidad de ahorro de Roger Federer, cuya exquisita mano le mantiene a salvo de este tipo de contingencias. «El tenis que juega Nadal es muy agresivo para las articulaciones, particularmente para las rodillas. Los cambios de dirección, las frenadas, todo eso le mina bastante», prosigue Boada. «Sus formas innatas son esas. Sus grandes virtudes son la lucha, la entrega».

Desde esas premisas lleva cinco años sin bajarse del segundo puesto del *ranking* y diez meses en lo más alto. «Ha hecho una treintena de partidos brutales y los ha ganado todos. Ha retirado a gente como Coria. Siempre dije que Nadal iba a ser número uno sin dejar de ser número dos, que no iba a hacer modificaciones, que seguiría con su mismo criterio de juego. Vive de lo que tiene, que es su capacidad atlética. Su éxito está basado en la solidez absoluta, ha de medir cada pelota. Nunca va a sacar regularmente a más de 200 kilómetros por hora ni se va a convertir en un jugador de saque y red. Suele necesitar de partidos míticos», abunda Calvo.

Su presencia en Madrid, tan controvertida, justo antes de Roland Garros, fue destacada por el jugador como una de las causas, tal vez la causa, de haber llegado a esta situación. «Este tipo de lesión va por fases. Está siempre presente, pero se manifiesta de especial manera en determinadas épocas. Tal vez las fechas de Madrid eran un buen momento para descansar, pero quiso jugar para hacerlo ante su público», reflexiona Boada.

«Le ha venido mal en cuanto a confianza. Se junta lo físico con lo anímico. El varapalo de Roland Garros le ha dolido mucho», añade

Calvo. Parece urgente un diseño más racional de sus presencias en el circuito, por mucho que haya de tomar decisiones que puedan interpretarse como impopulares. «Lleva ya muchos partidos. Es normal que se tuviera que romper. No es como Federer o como Safin. Últimamente juega un poco más agresivo, pero no termina los puntos en tres o cuatro golpes. Hay que *matarlo* para ganarle un punto; y eso, evidentemente, tiene un precio. Debe seleccionar más los torneos para evitar sobrecargas», dice Maeso.

Con 23 años recién cumplidos, vuelven a encenderse las alarmas sobre la longevidad de su carrera. «No debe querer jugar muchos torneos a cambio de sacrificar años de su vida deportiva. Es muy joven, y si fuerza acortará su trayectoria», alerta Boada.

Vicente Calvo se atreve a especular con una fecha para su regreso a las canchas. «Si no se hubiera



La imagen que no será en 2009. Nadal, con el trofeo de Wimbledon, el pasado año. / EFE

parado, como ha hecho, carecería de tiempo material para recuperarse. Pienso que puede estar a punto en la gira estadounidense del mes de agosto, presto para acometer el Abierto de Estados Unidos».

Entonces llegará el cemento, la superficie más lesiva para sus castigadas articulaciones. Pero cuidado con él si recarga bien las baterías. Tras su ausencia en Shanghai y Mar del Plata, inició en 2009 la mejor temporada de su vida.

Alarma: cintas en las rodillas

Las estrenó en Madrid'05, la primera vez que su problema crónico se hacía público

ÓSCAR FORNET

Nadal: adiós a Wimbledon, una renuncia sonora en el final de una lista de bajas de seis años.

► **2003.** Una lesión en el hombro izquierdo le impide debutar en Roland Garros. Regresa a la actividad en Wimbledon y alcanza la tercera ronda. Desde Boris Becker (1985), ningún jugador tan joven llegaba tan lejos. Por primera vez, finaliza el curso entre los 50 primeros del mundo.

► **2004.** En esta ocasión el percance es más serio: fisura por estrés del es-

cafoides en el pie izquierdo. No competirá en tres meses. Se queda con las ganas de conocer Roland Garros y no acude a Wimbledon. En agosto, levanta en Sopot su primera copa como profesional. El 3 de diciembre derrota a Roddick en la final de la Davis y será el más joven de la historia en sumar un punto en esa fase.

► **2005.** Nadal está a punto de firmar el mejor curso de su carrera. Meses atrás, en la primavera, ya con dos títulos en la maleta (Acapulco y Brasil), cae en Valencia ante Igor Andreev. No volverá a perder un parti-

do sobre tierra batida hasta mayo de 2007, ante Federer en la final de Hamburgo. En total, 11 trofeos, el último en Madrid tras remontar dos sets a Ljubicic. Allí, por primera vez, los problemas crónicos en las rodillas son de dominio público. Nadal no decide su participación hasta el día de su debut y aparece protegido con unas cintas ajustadas a sus articulaciones *fijas* hasta la última gira de tierra batida. No se detectó un problema ya existente y que, tras el triunfo en la capital española, haría saltar todas las alarmas y le obligaría a parar hasta febrero de 2006.

► **2006.** El pie no mejora. Nadal se asusta. Al contrario que el problema en las rodillas, una tendinitis por inserción del cuádriceps en el tendón cuadriceps, «no es una lesión crónica», dice su médico, Ángel Ruíz-Cotorro. Nadal conserva Roland Garros y debuta en dos cima: final de Wimbledon y Copa Masters.

► **2007.** Al fin un año sin sobresaltos notables. Por primera vez en su carrera compete en los cuatro *grandes*, además de la Copa Masters.

► **2008.** Otra vez, tendinitis del tendón cuadriceps de su rodilla derecha. Se retira en la tercera ronda del Masters de París. Ausente en la Copa Masters y la final de la Copa Davis. No obstante, adelanta a Federer; llega al número uno, pero sus rodi-

llas lloran. Se teme que el tendón llegue a romperse, lo que requeriría una compleja cirugía semejante a la que se sometió Ronaldo en 2000.

► **2009.** Nadal recibe la atención del fisioterapeuta durante la final de Rotterdam que pierde ante Murray. Acaba de ganar el Abierto de Australia. Pese a las molestias, menos de un mes después acude a Madrid para la eliminatoria de la Davis. A la semana siguiente se impone en Indian Wells. Entre la primera semana de marzo y la segunda de mayo, sólo pierde en cuartos de Miami y suma cuatro títulos. Federer detiene su *sprint* en la final de Madrid. El servicio, la suerte del juego que requiere una violenta flexión-extensión de la rodilla, le hace sufrir. A Nadal le duele cada vez más, así hasta ayer.