

LATERALES

Las bandas les dan alas

Su desborde y velocidad sitúan a los cuatro carrileros como los jugadores que pueden desequilibrar el Clásico

JESÚS DE LA PEÑA

Hoy cuesta pensar en un juego carente de desborde. Buscar la sorpresa, tan inesperada como efectista, se ha convertido en algo indispensable ante tanto fútbol control y tanto análisis previo al partido, que pretende no dejar nada a la improvisación.

Pero en este tipo concreto de partidos, únicos por la entidad de los equipos, y en los que uno y otro se conocen hasta la saciedad, el desconcierto casi no ha lugar. Las fuerzas están tan igualadas que, como ya se suele decir con total na-

turalidad, los clásicos se deciden por pequeños detalles, que reparten la gloria y el desastre a partes iguales.

Y, llegados a este punto, la función de los siguientes protagonistas se ha convertido en algo crucial en los últimos lances. Marcelo y Danilo, por el Madrid, y Dani Alves y Jordi Alba, por el Barcelona, serán los jugadores que ocuparán los laterales del próximo Clásico, de los pocos que, a priori, pueden dar prácticamente por seguro que integrarán el 11 inicial de cada uno de sus conjuntos.

Sin embargo, hacen mucho más que ocupar esa posición.

No en vano, lo que queda del esquema táctico inicial una vez que comienza el partido es prácticamente anecdótico cuando el equipo ataca.

Son carrileros, jugadores que, como un fuelle, insuflan frescura al ataque y pliegan filas para echar el cerrojo. Su velocidad y desequilibrio provocan, además, que la zaga contraria esté en constante situación de jaque.

Dos ejemplos claros los encontramos en los últimos duelos ligeros entre blancos y azulgranas. Marcelo se mantuvo intratable durante los 90 minutos del partido disputado en el Bernabéu. Es más, un pa-



se suyo desde la línea de fondo provocó la mano de Piqué dentro del área, el empate a uno en el marcador y el comienzo de la remontada. En el encuentro del Camp Nou, Mathieu, que ocupó el carril izquierdo en los dos clásicos del año pasado, marcó el primer tanto de cabeza, y Dani Alves fue quien le dio el lejano pase a Luis Suárez para cerrar la victoria azulgrana en casa.

Danilo, el 'novato'

El ex jugador del Oporto será el único jugador de los cuatro que dispute su primer Clásico, e incluso podría ser el único del partido, si se diera el improbable caso de que Casemiro o Keylor Navas no se vistan de corto hoy.

Sin embargo, y aunque el brasileño –sustituido por Dani Alves en la Copa América una vez confirmada su lesión el pasado verano– ha mostrado sus armas en la banda derecha, hasta el momento, no ha alcanzado el necesario equilibrio en su posición, ése que Dani Carvajal consiguió alcanzar desde que se hizo con el puesto en la era Ancelotti.

La lesión del canterano blanco le dio la posibilidad a Danilo de recuperar la titula-

“El rendimiento deportivo está condicionado por la salud de nuestra boca”

Dr. Enrile Dr. en Medicina y Cirugía y especialista en Estomatología

La boca es un espejo de nuestra salud general. A ojos de un dentista puede ofrecernos abundante información sobre cómo está funcionando el resto del cuerpo. En los últimos años, son cada vez más los estudios que respaldan un estrecho vínculo entre la salud bucodental y el rendimiento físico. El doctor en Medicina y Cirugía y especialista en Estomatología Francisco Enrile (Clínica Enrile, Huelva) nos cuenta en qué consiste exactamente esta relación.

¿Sería correcto afirmar “a más caries, menos goles”?

En cierto modo, sí. Cuantos más goles nos cuelen en la salud de nuestra boca, menos probabilidades tendremos de escalar en la tabla de un cuerpo sano. Los dentistas, y especialmente los periodoncistas, lo decimos mucho: *Bucca sana in corpore sano*. Existe evidencia científica de que la salud de las encías es necesaria para el control de la diabetes y de que una vez las encías enfermas podrían propiciar partos prematuros o enfermedades cardiovasculares. Es decir, una correcta salud bucodental es necesaria para tener una vida saludable. Por tanto, no es extraño que el rendimiento deportivo, incluido el futbolístico, también esté condicionado por la salud de nuestra boca.

¿Cómo se explica esta relación?

Las enfermedades periodontales o de las encías están causadas por bacterias. Son infecciones que, pese a estar ubicadas en la boca, pueden terminar ocasionando una inflamación sistémica que derive en un mayor riesgo de aparición de contracturas musculares, fatiga muscular y recuperación más tardía de las lesiones musculares. Pero esta relación también se da al contrario, es decir, las personas que realizan deporte de manera habitual y tienen un índice de masa corporal adecuado podrían tener menor riesgo de sufrir periodontitis.

¿No será esto un nuevo invento de los dentistas para atraer a más pacientes?

Esto ya estaba inventado [ríe], pero es

ahora cuando tenemos una evidencia sólida. El *British Journal of Sports Medicine* ha publicado numerosas investigaciones que cualquiera puede consultar, pero además es un tema con cada vez mayor visibilidad en la sociedad. Por ejemplo, el F.C. Barcelona realizó entre 2003 y 2005 un estudio intensivo de la salud bucodental de los jugadores para medir su influencia en el rendimiento deportivo y se obtuvo una clara correlación entre el índice de problemas bucales y las lesiones musculares de origen desconocido. Además, conocemos casos como el del lateral francés Aly Cissokho, que en 2009 perdió la oportunidad de jugar en el Milan por el mal estado de su boca, porque tenían que pudiera provocarle lesiones; e incluso más graves, como el del jugador de baloncesto del Internacional Santos de Brasil Laurence Young, que murió en 2011 por una enfermedad bacteriana derivada de una infección en la boca. La evidencia actual no sólo debería motivarnos a mantener un peso saludable y a realizar ejercicio físico regularmente, sino también a cuidar la salud de nuestras encías porque de ellas también depende nuestra calidad de vida.

