



Intervención multi e interdisciplinar en tenis.

Rafael Pacharoni, Rodrigo Poles Urso, Ludgero Braga Neto, Marcelo Massa.

Instituto Tenis, Brasil.

RESUMEN

Cuando se emprende un proyecto dirigido hacia el alto rendimiento en el tenis es necesario establecer una comunicación clara y constante entre todo el equipo multidisciplinar, quienes en la situación actual, necesitan realizar un proceso de descentralización que consiste en compartir las tareas y el conocimiento entre los profesionales de las diferentes áreas de trabajo que componen ese equipo interdisciplinar.

Palabras clave: Alto rendimiento, Intervención interdisciplinar, Plan.

Recibido: 19 de Diciembre 2013.

Aceptado: 25 de Enero 2014.

Autor correspondiente: Rafael Pacharoni, Instituto Tenis, Brasil.

Email: pacharoni_rp@yahoo.com.br

INTRODUCCIÓN

Cuando se emprende un proyecto dirigido hacia el alto rendimiento y el profesionalismo, se debe diseñar el plan como equipo, con todas las áreas de trabajo inherentes al entrenamiento deportivo (entrenador, preparador físico, fisioterapeuta, nutricionista, psicólogo, médico, etc.) Este plan tiene el objetivo de maximizar las probabilidades de ayudar a más tenistas a utilizar las herramientas que les ayuden a alcanzar la excelencia en el deporte.

LA INTERVENCIÓN MULTIDISCIPLINAR

Hoy en día es común escuchar afirmaciones como "es realmente difícil jugar al tenis". Sin embargo, en realidad, nuestro deporte no es difícil de aprender ni de practicar, especialmente con los avances metodológicos logrados a través de los años, como la creación de Play and Stay y "Le Petit Tennis". El tenis es un deporte complejo, y para tener éxito y jugar en los niveles más altos, se requiere un desarrollo significativo de las cuatro áreas principales inherentes al mismo: técnica, táctica, física y psicológica (Kovacs, 2007). En este sentido, la formación del deportista de alto rendimiento implica un trabajo cualitativo y cauteloso que logre el desarrollo de estas áreas. Es a partir de este concepto en el que se destaca el rol del equipo multidisciplinar.

Debido a su naturaleza compleja, en la cual se involucran varias áreas del conocimiento humano, el tenis presenta la necesidad de un equipo multidisciplinar compuesto de profesionales especializados capaces de comprender y trabajar en el desarrollo de estas áreas. Por ejemplo, el entrenador de cancha, responsable del desarrollo de las áreas técnicas y tácticas, necesita estar al día sobre los últimos avances en biomecánica y pedagogía, para poder estar en condiciones adecuadas para corregir la mecánica de todos los golpes y elaborar ejercicios que simulen los problemas que deberá

solucionar el jugador durante un partido (desarrollo táctico). El área física, por otro lado, es responsabilidad del preparador físico, fisioterapeuta, nutricionista y médico, quienes, en conjunto, deben garantizar al deportista la salud adecuada y la preparación física necesaria para jugar de la mejor manera posible. El área psicológica es manejada principalmente por el psicólogo deportivo, que debe comprender los factores emocionales y mentales que interfieren en el rendimiento del tenista, con el propósito de ayudarlo a mejorar su conducta en los torneos y entrenamiento.

Mientras tanto, se debe destacar claramente que un tenista junior puede compensar la necesidad de mejora en una de estas áreas con un desarrollo avanzado de otra. Por ejemplo, un jugador que no esté bien preparado físicamente puede seguir ganando por medio de la técnica, la táctica y la fortaleza psicológica. Sin embargo, cuando se piensa en alto rendimiento y profesionalismo, siempre se debe buscar la excelencia - en términos sencillos: rendimiento de alto nivel en todas las áreas.

INTERVENCIÓN INTERDISCIPLINAR

La evolución del juego de tenis durante los últimos 20 años ha aumentado el número de investigaciones científicas y proyectos de grupos de estudio focalizados en comprender las exigencias de este deporte desde el punto de vista interdisciplinar (Fernandez, 2013). Esta visión interdisciplinar propone que las tareas repartidas entre las diferentes áreas del deporte se ejecuten de manera conjunta, sin perder la especificidad de cada una, facilitando a los deportistas la adquisición de un conocimiento más amplio y profundo (Barbieri y cols., 2008).



Con esta caracterización, es posible concluir que, para inducir el desarrollo máximo de los deportistas de alto rendimiento, es necesario llevar a cabo un trabajo conjunto entre todas las áreas involucradas para maximizar la probabilidad de desarrollo de más tenistas con medios para lograr la excelencia deportiva.

Para construir sobre esta conclusión, la mayoría de los clubes y centros de alto rendimiento poseen hoy en día un amplio rango de profesionales como psicólogos, nutricionistas, entrenadores en cancha, preparadores físicos y fisioterapeutas que forman un equipo multidisciplinar. No obstante, ¿cómo es la comunicación entre estos profesionales? En otras palabras, ¿se da realmente el trabajo interdisciplinar entre ellos?

Cuando se habla de alto rendimiento, se requiere un plan. Este plan debe diseñarse como un todo, con todas las áreas, de manera que se permita el desarrollo de un área e influir positivamente para el desarrollo de otra y viceversa. Habiendo dicho esto, es común encontrar en un día o en una sesión de entrenamiento que las diversas áreas trabajan en conjunto sobre el jugador, y el trabajo técnico- táctico, por ejemplo, puede sufrir la interferencia del área de la preparación física y de la nutrición, y así sucesivamente.

Para ilustrar la necesidad de un enfoque interdisciplinar, consideremos un preparador físico que realizó una sesión de entrenamiento intensa de agilidad compuesta por carreras y cambios de dirección, durante la mañana. Al completar esta sesión, el tenista va a la cancha, donde su entrenador ha preparado una sesión intensa de 2 horas de duración en la que se entrena mediante largos peloteos y movimiento constante. Insatisfecho con la sesión y suponiendo que el tenista quizás no se esté esforzando al máximo, el entrenador técnico decide aumentar la intensidad del entrenamiento aún más, exigiendo al tenista más y más. Al día siguiente, el jugador apenas podrá moverse por la cancha de manera eficiente debido al agotamiento físico y a los dolores musculares, que, a su vez, podrían producir lesiones, como resultado de unas cargas de entrenamiento mal planificadas.

De este modo, el problema surgió por la comunicación ineficiente - o quizás por la falta de comunicación- entre el entrenador y el preparador físico, empeorada por la falta de plan interdisciplinar.

Agregando a esta línea de pensamiento, Davids y colaboradores (2008) afirman que pueden darse variaciones significativas en la filosofía de trabajo dentro de un equipo, pero el apoyo de un enfoque integral es fundamental. Habiendo dicho esto, es importante destacar que es común encontrar situaciones que limitan el desarrollo interdisciplinar en los programas de tenis, como:

- Todo el trabajo se centraliza en un sólo profesional del equipo que suele llamarse “entrenador jefe”.
- La inseguridad profesional a la hora de compartir el conocimiento específico sobre un área o delegar una determinada actividad a otro miembro del equipo interdisciplinar.
- La vanidad, el ego.

Así las cosas, la figura 1 siguiente muestra un modelo propuesto de intervención interdisciplinar aplicado al tenis.

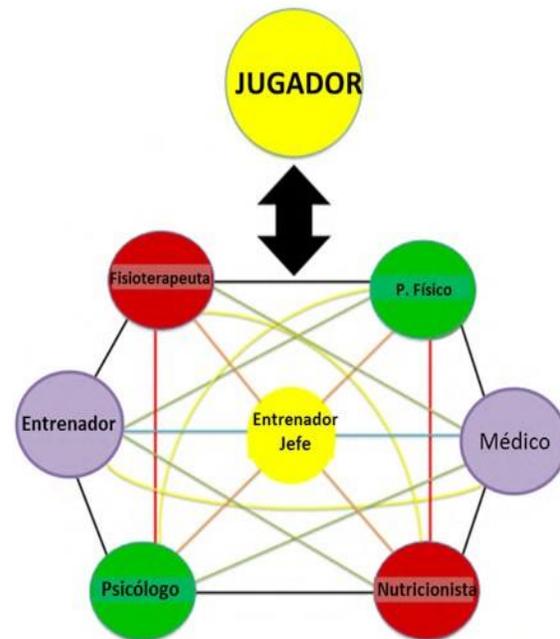


Figura 1. La intervención interdisciplinar en el tenis.

CONCLUSIÓN

El tenis es un deporte complejo en el que para lograr éxito y rendir al máximo nivel se necesita el desarrollo máximo de todos los aspectos inherentes al mismo. Las áreas técnicas,

tácticas, físicas y psicológicas, requieren comunicación clara y constante a través de todo el equipo multidisciplinar, el cual, en el escenario actual necesita llevar a cabo un proceso de descentralización que consiste en compartir las tareas y el conocimiento entre los profesionales de las diferentes áreas de trabajo que conforman el equipo interdisciplinar.



REFERENCIAS

- Barbieri, A., Reimberg, A.E.C., Dipicoli, M.A., Caron, R.S., Prodócimo, E. (2008). Interdisciplinarity, social inclusion and evaluation in physical education: contributions of the theory of multiple intelligences. *Rev. Mackenzie de Educação Física e Esporte*, 7(2), 119-127.
- Davids, K., Handford, C., Williams, M. (2008) The natural physical alternative to cognitive theories of motor behaviour: An invitation for interdisciplinary research in sports science? *Journal of Sports Science*, 12(6), 495-528. <https://doi.org/10.1080/02640419408732202>

Fernandez-Fernandez, J. (2013). Special issue on tennis. *Journal of Sports Science and Medicine*, 12.

Kovacs, M.S. (2007). Tennis Physiology: Training the Competitive Athlete. *Sports Medicine*, 37(3), 189-198. <https://doi.org/10.2165/00007256-200737030-00001>

CONTENIDO ITF ACADEMY RECOMENDADO (HAZ CLICK ABAJO)



Derechos de Autor (c) 2014 Rafael Pacharoni, Rodrigo Poles Urso, Ludgero Braga Neto, Marcelo Massa.



Este texto está protegido por una licencia [Creative Commons 4.0](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).

Usted es libre para Compartir —copiar y redistribuir el material en cualquier medio o formato— y Adaptar el documento —remezclar, transformar y crear a partir del material— para cualquier propósito, incluso para fines comerciales, siempre que cumpla la condición de:

Atribución: Usted debe dar crédito a la obra original de manera adecuada, proporcionar un enlace a la licencia, e indicar si se han realizado cambios. Puede hacerlo en cualquier forma razonable, pero no de forma tal que sugiera que tiene el apoyo del licenciante o lo recibe por el uso que hace de la obra.

[Resumendelicencia - Textocompletodela](#)