

## **NOTA DE PRENSA**

**A raíz de la lesión de Lamine Yamal:**

### **LOS MÉDICOS REHABILITADORES ADVIERTEN SOBRE LA PRESIÓN EN LOS TIEMPOS DE RECUPERACIÓN EN LA ÉLITE**

- *Señalan que respetar los tiempos biológicos es la única forma de llegar en condiciones a una gran cita como el Mundial*
- *Forzar puede parecer que acerca el objetivo, pero, en realidad, lo pone en riesgo*

**Madrid, abril de 2026.-** Tras el diagnóstico de la lesión en el bíceps femoral izquierdo del jugador del FC Barcelona, Lamine Yamal, que le hará perderse lo que resta de temporada con su club, el F.C. Barcelona, y con el objetivo de llegar al Mundial, los especialistas médicos en Medicina Física y Rehabilitación advierten sobre “la presión en los tiempos de recuperación en la élite”.

En este contexto, a través de su portavoz, el Dr. Joel Cuesta Gascón, miembro de la Sociedad Española de Rehabilitación y Medicina Física (SERMEF), advierten de que “adelantar los tiempos más allá de los criterios clínicos puede aumentar el riesgo de recaída. Y también condicionar tanto el rendimiento como la evolución del deportista”.

La Sociedad Española de Rehabilitación y Medicina Física es la sociedad científica que agrupa a los médicos especialistas en Medicina Física y Rehabilitación en España. Una disciplina centrada en el diagnóstico, la evaluación, la prevención y el tratamiento de la discapacidad. Con un objetivo: recuperar o mantener la máxima capacidad funcional e independencia del paciente.

En este contexto, los médicos rehabilitadores ponen el foco “en una dinámica cada vez más presente en el deporte de alto nivel: La presión por ajustar los plazos de recuperación a calendarios altamente exigentes”.

El Dr. Cuesta señala que, “el bíceps femoral, es el músculo que más frecuentemente se lesiona en el fútbol. Está muy exigido, y por tanto, con alto riesgo de lesión, en acciones de golpeo con la rodilla en extensión y sobre todo, en el final de la fase de balanceo del sprint”.

Además, el médico rehabilitador asevera que “esta lesión tiene un riesgo de recaída cercana al 30%” y destaca que “si se fuerza la vuelta aumenta de forma significativa este

riesgo”. “Esta lesión puede condicionar tanto el rendimiento como la disponibilidad en competiciones clave como el Mundial de junio del presente año”, agrega.

Prosigue el especialista de la Sociedad Española de Rehabilitación y Medicina Física que “este tipo de lesiones suelen producirse por contracción excéntrica del músculo”. El jugador nota una sensación de pinchazo y tiende a detenerse inmediatamente. “En ese momento, un cambio o detención de la actividad de forma precoz es fundamental para evitar que una lesión leve evolucione a una rotura de mayor gravedad”, describe.

Por todo ello, subraya que “el objetivo de la rehabilitación y readaptación es que el músculo recupere su capacidad para tolerar esfuerzos de alta velocidad y exigencia. Es ahí donde se produce la mayoría de las recaídas”.

Y concluye: “en una lesión de bíceps femoral, respetar los tiempos biológicos es la única forma de llegar en condiciones a una gran cita como el Mundial. Forzar puede parecer que acerca el objetivo, pero, en realidad, lo pone en riesgo”.

**Para más información:**

**Gabinete de prensa SERMEF**

**Iñaki Revuelta 678 538 552**

**Docor Comunicación 94 423 48 25**