

“Estar en el Barça es disfrutar continuamente” : Francisco Seirul·lo Vargas



“En el Barça siempre se piensa en ganar, luego, según los acontecimientos, se ve si es o no posible”.

Maestro de maestros. El profesor Francisco Seirul·lo Vargas tiene más de cuarenta años de experiencia aplicando sus teorías a la práctica como entrenador y preparador físico de deportistas y equipos de distintas disciplinas en la alta competición (fútbol, balonmano, judo, atletismo, tenis, boxeo y ciclismo, entre otras).

Su trayectoria es reconocidísima en Europa, y su nombre aparece más en los medios informativos por los éxitos que atesora el F.C. Barcelona en los últimos años. Paco, como le llaman sus amigos, tiene un amplio currículum en el que destaca la preparación de deportistas españoles para las citas olímpicas de Munich 72, Montreal 76, Los Ángeles 84 y Barcelona 92, y para 9 campeonatos del mundo.

En 2006 se convirtió en el único preparador físico en conseguir ganar la Copa de Europa de Clubes en fútbol y balonmano, pero además del trabajo de campo, la academia está presente en la vida de Seirul lo, así, es profesor director del Máster de Alto Rendimiento en los Deportes de Equipo y asesor científico del Centro Internacional de Servicios de Entrenamiento Deportivo de Barcelona. En el Barça, es preparador físico de la primera plantilla y Director de la Comisión Técnica responsable de la planificación de entrenamiento de todas las secciones deportivas profesionales del Club.

En el mundo del fútbol ha trabajado con Luis Aragonés, Johan Cruyff, Bobby Robson, Carles Rexach, Louis van Gaal, Radomir Antic, Frank Rijkaard y Pep Guardiola. Con el Barça de fútbol ha conseguido 8 ligas, 3 copas del Rey, 6 Supercopas de España, 3 Supercopas de Europa, 1 Recopa de Europa, 3 Copas de Europa y 1 Copa del Mundo de Clubes.

La sencillez y afabilidad caracterizan a este profesional, que aceptó atender a EL HERALDO poco antes de empezar a disputar la Supercopa de España contra el Real Madrid.

¿Qué significado tiene la preparación física en competiciones de élite?

Como tal, creo que está mal llamada, porque el entrenamiento del fútbol es una cuestión global que hace un grupo de personas: el entrenador (DT), el segundo entrenador, el fisiólogo, el preparador físico, entre otros profesionales. El preparador físico tiene la función preferente de cuidarse de lo que son los aspectos condicionales para que el equipo goce de buena salud, junto al médico, por un lado, y que se encuentre en un estado de forma bueno, por otro, cuando combina su tarea con la del entrenador.

¿Prefiere el trabajo en el campo de entrenamiento o quisiera tener más tiempo para ir a los salones de clases?

He tenido la suerte de hacer ambas cosas. He estado en la universidad dictando clases en la licenciatura de Educación Física, pero también hago el trabajo de campo con el Barça, primero con el equipo de balonmano, luego con el fútbol base y después con el equipo de fútbol profesional, así que agradezco a las dos instituciones que me permitan hacerlo. En el Barça he ido de menos dedicación a más dedicación, pero siempre es interesante saber de inmediato si las teorías que dicen los libros pueden llevarse a la realidad.

¿Qué porcentaje tiene la preparación física en el éxito del Barcelona?

No se puede hablar de porcentaje. El Barça o cualquier equipo debe cuidarlo todo, los aspectos tácticos, psicológicos y, por supuesto, la preparación física, entonces, sin preparación física no se puede jugar al fútbol y sin preparar aspectos técnico-tácticos no se puede correr en el campo con un sentido. Habitualmente se le da más valor a la técnica y la táctica, pero es evidente que un individuo fuera de forma o mayor, aunque técnicamente sea muy superior a otro, puede tener muchos problemas con alguien físico.

Un equipo como el Barça, que circula la pelota a gran velocidad, ¿qué trabajo específico realiza para que los jugadores siempre estén desmarcados?

El fútbol del Barcelona desde hace 20 años, cuando estuvo Johan Cruyff, lleva una metodología específica para la enseñanza y el aprendizaje de una forma de jugar al fútbol y una filosofía de llevarlo a cabo. El proceso no es de pocos días, sino que es de mucho tiempo, y empieza con los niños de 14, 15 y 16 años, que cuando pasan al primer equipo con 20, 22 años o menos, es cuando se manifiesta lo que es la escuela y la formación para jugar en la dimensión que usted dice.

¿Cómo se planifica una temporada con tantos compromisos: Liga, Copa del Rey, Champions, Mundialito de Clubes...?

Es muy complejo y complicado porque son entre 65 y 75 partidos al año, y esto supone tener una muy buena organización de todo el proceso de entrenamiento. Es una labor que venimos haciendo desde hace tiempo con lo que llamamos microciclo estructurado, que traduce un control del entrenamiento de la semana, y esa semana se relaciona con la anterior y la posterior. De esta manera podemos ajustar mejor las cargas, los tiempos de trabajo y la recuperación de acuerdo con las necesidades específicas del partido que viene porque muchas veces entre partido y partido tenemos solo dos o tres días. De las setenta semanas, estamos más de sesenta en estas condiciones. Es un proceso muy minucioso del control de las cargas para relacionar cada microciclo con el anterior y el siguiente. Hemos venido ajustando el trabajo con la ayuda de todos, después de 15 años en el primer equipo.

También dependerá de las características de los jugadores de la plantilla.

Está claro. Hay jugadores que después de un partido actuando 90 minutos pueden entrenar al día siguiente y otros que no, sin embargo, el comportamiento es similar porque la mayoría de jugadores entrenan con nosotros desde hace varios años, y existe un proceso de adaptación que facilita el trabajo. Se recuperan rápido y son capaces de entrenar a una intensidad alta para afrontar el siguiente partido.

¿Qué ha significado la llegada de Pep Guardiola como entrenador del primer equipo?

Guardiola es uno de los exjugadores que podía llegar al primer equipo, pero también podría haber sido otro exjugador del Barça. Él tiene asumido, casi como su personalidad, el modelo de juego, el modelo de relación con los entrenadores, el modelo de relación con el público y la relación con los jugadores. Todo esto ayuda a estar muy a gusto en el trabajo. El estar en el Club ahora es disfrutar continuamente.

¿Es difícil lidiar un vestuario con tantas estrellas?

En nuestro caso no. Es una plantilla excelente y son personas excepcionales. Son personas amabilísimas y no tenemos quejas de nadie, nos llevamos perfectamente y es muy fácil la relación en el vestuario.

El tumor que se le detectó a Abidal y la recuperación del jugador, ¿revitalizó el equipo?

Cuando surge algo negativo en una familia que se quiere, todos van a una con la persona afectada, y cuando se cura, es una gran alegría, y nosotros lo hemos sentido así y lo hemos demostrado.

¿Cuál es el jugador más potente desde el punto de vista físico?

Si se mira desde la perspectiva del aficionado, siempre salen nombres y se dice que es uno o el otro, pero desde la perspectiva profesional, y nosotros que los controlamos a todos no podemos decir que hay uno mejor que otro porque cada uno tiene sus características, y la mezcla de esas características es lo que hace que un equipo sea grande.

¿Cómo definiría físicamente a Leo Messi?

Tiene prácticamente todas las virtudes porque es rápido, fuerte y resistente, es un excepcional jugador.

Las lesiones musculares han disminuido en el Barça. Antes, Iniesta, e incluso el mismo Messi, se rompían hasta dos veces por temporada. ¿Qué se ha mejorado?

Si se supieran las causas de las lesiones, nadie se lesionaría, así que las lesiones siempre existirán sobre todo cuando se hacen 70 partidos al año. Que unos años aparezcan más o menos es una cuestión coyuntural. En el F.C. Barcelona tenemos profesionales que desarrollan lo que llamamos entrenamiento coadyuvante que permite a los jugadores estar siempre en condiciones de entrenar, mejorar su rendimiento y jugar. Es una forma de entrenamiento que ayuda a la medicación y contribuye de forma fundamental a la prevención de lesiones de los deportistas.

¿Cómo se motiva una plantilla que lo ha ganado todo?

Los jugadores confían tanto unos de otros que creen que pueden seguir ganando indefinidamente. La actuación nuestra es de casi no molestarles, el colaborar con eso y esperar que suceda el éxito, el buen resultado y poco más.

¿Es cierto que las provocaciones de Mourinho, como lo han reconocido algunos jugadores, motivan más al equipo?

Cada uno tiene una forma de asumir la información que le llega. Mourinho ha trabajado conmigo cuatro años, es conocido y yo respeto mucho su trabajo.

¿Es la cantera la mejor garantía de la continuidad del buen fútbol?

La cosa es clara: de nuestra plantilla de 22 jugadores, hay 12 o 14 que son de casa. Y con lo que cuesta un jugador, es muy rentable que jugadores de la casa lleguen al primer equipo y puedan jugar a un gran nivel.

¿En qué disciplina deportiva le gusta desarrollar más su trabajo, y por qué?

Mi padre era medio futbolista y medio médico, y yo iba para médico, me fui para la parte deportiva y me hice atleta. Con el fútbol me siento totalmente identificado, y creo que el fútbol, de los deportes de equipo, es el juego de los juegos porque hay altísimos niveles de incertidumbre que los deportes que se juegan con la mano no llegan a alcanzar. La incertidumbre genera pasión y creatividad. Es el deporte que más me ha llenado.

¿Qué opinión le merece el fútbol sudamericano?

El fútbol se construye sobre la identidad de los países. El fútbol sudamericano no tiene nada que ver con el fútbol del centro de Europa, y este no tiene nada que ver con los anglosajones. El fútbol permite proyectar en el juego la cultura de una región. Argentina y Brasil han sido desde hace tiempo la cúspide de este deporte, aunque de Colombia también han salido excelentes jugadores. En general, el fútbol sudamericano se ha basado en la técnica, y la técnica casi siempre hace florecer los individuos más que el equipo. Estos jugadores saltan a Europa, y su individualidad les hace ser muy codiciados.

Por Alex Salebe Rodríguez

Especial para EL HERALDO

20 de Agosto de 2011 - 09:07 pm