

# A rotina massacrante do ídolo

**Kaká faz dez horas diárias de terapias para se recuperar de lesão que pode atrapalhá-lo no Mundial**

Carol Knoploch

• SÃO PAULO. Uma maratona de mais de 10 horas diárias de terapias. Essa é a rotina de Kaká para se recuperar de uma lesão muscular na coxa esquerda, que o tirou dos gramados por cerca de 45 dias. O fisioterapeuta da seleção brasileira e do São Paulo, Luiz Alberto Rosan, abusa dos tratamentos com ondas ultrassônicas, microondas, laser, corrente elétrica e terapia do exercício para deixar o jogador em condições de enfrentar a Coreia do Norte, na estreia da Copa, no dia 15 de junho.

Ao lado de Luís Fabiano, também lesionado na coxa, o meia do Real Madrid chegou a São Paulo na manhã de terça-feira para tratamento muscular no Reffis, o centro de Recuperação do clube paulista.

— Nossa terapia está sendo mais agressiva do que a feita no Real Madrid — afirma Rosan, que trabalha com mais cinco profissionais.

Rosan tem dado ênfase a tratamentos com microondas, ondas ultrassônicas (termote-

rapia), além da laserterapia, eletroterapia e cinesioterapia. Descartou massagens e gelo (crioterapia).

— O gelo não é o caso, usamos mais em fases agudas e não crônicas. Os procedimentos são protocolo e seguem a evolução fisiológica da lesão. É uma reabilitação e tentamos acelerar esta recuperação com extremo cuidado — explica o fisioterapeuta, que contou que Júlio Batista também esteve no Reffis ontem de manhã. — Ele não se queixou de dores, não tem lesão. Fez apenas trabalho aeróbico.

## Prioridade é curar lesão

No caso de Kaká, que também tem inflamação no púbis, Rosan diz que a preocupação maior é com a lesão muscular na coxa, considerada leve, de grau 1. Afirma ainda que é natural após temporada europeia que os atletas apresentem resquício de lesões.

— Ele teve uma sobrecarga de trabalho e por isso a musculatura reclamou — acredita. — A avaliação mais criteriosa será feita em Curitiba. Não es-

tou pensando em quando ele vai treinar com os outros. Minha preocupação é curá-los.

De acordo com André Pedrinelli, ortopedista do grupo de medicina do esporte do Instituto de Ortopedia e Traumatologia do Hospital das Clínicas, os tratamentos de Kaká são complementares:

— Os tratamentos são padrão e os equipamentos também. O que diferencia o trabalho é o conjunto de atividades que são elaboradas. Estes tratamentos são acompanhados de alongamento, exercícios de equilíbrio, entre outros. É o felling do profissional que ajusta os procedimentos.

Kaká e Luís Fabiano viajam para Curitiba amanhã. A seleção ficará no Centro de Treinamento do Caju (Atlético-PR) até o dia 26. No período, os jogadores serão submetidos a exames e testes físicos. ■

oglobo.com.br/esportes

Especial

• Confira mais notícias da Copa no site

## OFISIOTERAPÊS

• **Termoterapia:** Uso do calor para relaxar a musculatura e aumentar seu metabolismo. A luz infravermelha é indicada para tratamento superficial.

• **Ondas ultrassônicas:** Facilitar a formação de novos vasos sanguíneos, ajudando na microcirculação e na cicatrização. É uma micromassagem profunda.

• **Terapia com microondas:** Aumenta o fluxo sanguíneo, atua na inflamação, diminui a rigidez articular, alivia a dor e espasmo nos músculos profundos.

• **Cinesioterapia:** Parte da fisioterapia que usa o movimento como terapia e engloba a mecanoterapia.

• **Mecanoterapia:** É a terapia pelo exercício, com aparelhos de musculação. Na fase de reabilitação, é usada para ganhar massa e potência muscular.

• **Laserterapia:** É indicada para a cicatrização de qualquer tipo de lesão. O laser é uma outra alternativa de calor profundo.

• **Eletroterapia:** Dependendo de sua modulação, funciona como analgésico, como também estimula e fortalece as fibras musculares lesionadas.

**FONTE:** André Pedrinelli, do Instituto de Ortopedia e Traumatologia do Hospital das Clínicas de São Paulo