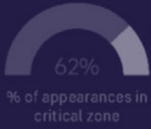


2023 SATURACIÓN DEL CALENDARIO: EFECTOS ADVERSOS PARA LA SALUD Y EL BIENESTAR DEL JUGADOR

Herramienta para el seguimiento de la carga de trabajo del jugador (PWM) de FIFPRO
Informe sobre Fútbol masculino

REST & RECOVERY



62.7%	21.5%
62.7%	24.0%
62.0%	20.0%
54.0%	21.0%
71%	13.0%





ÍNDICE

01

BIENVENIDA / INTRODUCCIÓN _____ 4

04

SATURACIÓN EXTREMA DEL CALENDARIO _____ 8

Programa saturado durante 2022/23 _____ 11

Estudio de caso: Calendario de cinco temporadas de Raphaël Varane _____ 14

07

COMPARACIÓN HISTÓRICA DE LA CARGA DE TRABAJO _____ 28

Estudio de caso: Carga de trabajo extrema en juvenil Jude Bellingham _____ 31

Comparaciones entre jugadores _____ 32

10

TRANSICIÓN AL ÍNDICE DE LA CARGA DE TRABAJO DEL JUGADOR _____ 50

Marco metodológico _____ 52

Elevadas puntuaciones del ICTJ en todo el mundo _____ 53

Evolución histórica _____ 54

02

ACERCA DE _____ 5

05

REVISIÓN CARGA DE TRABAJO: COPA MUNDIAL DE LA FIFA 2022™ _____ 16

Tiempo de preparación y periodos de recuperación insuficientes _____ 18

Exigente carga de partidos en torneos _____ 19

Repercusión del tiempo de descuento _____ 20

Efectos perniciosos de la elevada carga de trabajo _____ 21

08

COSTE DE LAS LESIONES DEL JUGADOR _____ 36

Revisión lesiones jugadores: Temporada 2022/23 _____ 38

Consecuencias deportivas y económicas de las lesiones del jugador _____ 42

11

METODOLOGÍA _____ 56

03

HALLAZGOS CLAVE _____ 6

06

ENFOQUE SOBRE LOS JUGADORES _____ 22

Bruno Fernandes _____ 24

Enzo Fernández _____ 25

Rodri _____ 26

Sofyan Amrabat _____ 27

09

IMPLICACIONES DE LAS REFORMAS A LA COMPETICIÓN _____ 46

Comparación del calendario: 2021/22 vs. 2024/25 _____ 48

Proyección del calendario: jugador de élite _____ 49

01 BIENVENIDA / INTRODUCCIÓN

Bienvenido al Informe anual de FIFPRO para 2023 sobre la carga de trabajo del jugador. Proporciona una visión centrada en las demandas laborales sin precedentes que han soportado los futbolistas de élite del fútbol masculino en la temporada 2022/23.

El informe anual sobre la carga de trabajo del jugador es continuación de dos informes flash sobre el mismo tema realizados a mitad de temporada, en los cuales se examinaron los meses previos y posteriores a la Copa Mundial desde la perspectiva de la carga de trabajo. Estos periodos presenciaron peligrosos niveles de saturación de partidos, pues las competiciones coincidentes rivalizan para completar sus calendarios de competición. Este análisis del informe flash fue complementado con las perspectivas de los jugadores participantes en el torneo, con el preocupante impacto de una temporada saturada evidenciándose de manera alarmante.

Los niveles extremos de saturación del calendario, evidentes en el transcurso de la temporada, presentaron un peligro apremiante para la salud física y mental de los futbolistas. Las demandas crecientes ejercidas sobre los principales jugadores juveniles deben quedar reflejadas también, pues aumentan las inquietudes por la salud y la longevidad de sus florecientes carreras. Por otra parte, la saturación de partidos observada en la última temporada posiblemente se incremente todavía más en los próximos años, pues nuevas competiciones y formatos extendidos siguen sumando más partidos.

Todo ello prosigue sin la implementación de salvaguardas fundamentales para la carga de trabajo, poniendo en riesgo el futuro de los contribuidores clave del deporte: los jugadores. La industria requiere un esfuerzo colectivo mucho mayor para establecer salvaguardas a la carga de trabajo del jugador y una solución responsable al calendario, que proteja la salud del jugador y apoye su rendimiento.



David Aganzo,
FIFPRO President



Jonas Baer-Hoffmann,
FIFPRO General Secretary



02 ACERCA DE FIFPRO PLAYER IQ: CARGA DE TRABAJO

FIFPRO PLAYER IQ

Esta publicación ha sido desarrollada por FIFPRO Player IQ, centro de información centrado en el jugador, que pretende ayudar a modelar decisiones en la industria del fútbol para proteger y mejorar las carreras y las vidas laborales de los futbolistas profesionales.



Para más información, visite <https://fifpro.org/en/player-iq>

PLATAFORMA SCTJ DE FIFPRO

La plataforma SCTJ de FIFPRO es una herramienta digital para el seguimiento de la carga de trabajo de los futbolistas profesionales de todo el mundo. La plataforma es una herramienta analítica, que supervisa la carga de trabajo del jugador para proporcionar un conocimiento basado en los datos y facilitar mejores decisiones en relación con la futura programación de competiciones, haciéndolas más sostenibles y priorizando la salud, el rendimiento y la extensión de la carrera de los jugadores.

La base de datos que mantiene la plataforma SCTJ es la fuente del análisis presentado en este informe sobre carga de trabajo.

La plataforma SCTJ de FIFPRO ha sido actualizada recientemente, e incluye ahora a casi 1.800 futbolistas profesionales, con más de 350.000 apariciones en partidos, registradas para ilustrar las trayectorias en su carga laboral desde 2018.



La plataforma SCTJ de FIFPRO, operada de manera conjunta por FIFPRO y Football Benchmark, es de libre acceso en el [sitio web de FIFPRO](#) y en el sitio web de [Football Benchmark](#).

FOOTBALL BENCHMARK

Football Benchmark es una plataforma digital de datos y análisis, que incluye datos de rendimiento económico y operativo procedente de más de 250 clubes del fútbol profesional europeo y sudamericano, así como magnitudes de rendimiento en las redes sociales de cientos de clubes y futbolistas. Esta herramienta de inteligencia para la industria proporciona también cálculos del valor de mercado para más de 10.000 jugadores, abarcando las mejores ligas de la UEFA, CONMEBOL y Confederaciones AFC.



03 / PRINCIPALES HALLAZGOS

01 / PELIGROS PARA LA SALUD FÍSICA Y MENTAL

Las demandas para la carga de trabajo continúan siendo insostenibles, junto con periodos de recuperación insuficientes.

CALENDARIO DE PARTIDOS



ENZO FERNÁNDEZ
70% de partidos consecutivos



BRUNO FERNANDES
20 partidos consecutivos seguidos



RODRI HERNÁNDEZ
10 competiciones



GIORGIAN DE ARRASCAETA
84,791 km en viajes transfronterizos

RECUPERACIÓN



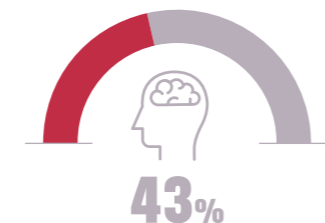
RAPHAEL VARANE
8 días entre final de Copa Mundial y siguiente partido de club



KAMIL GLIK
4 días entre eliminación en Copa Mundial y siguiente partido de club

VIAJES

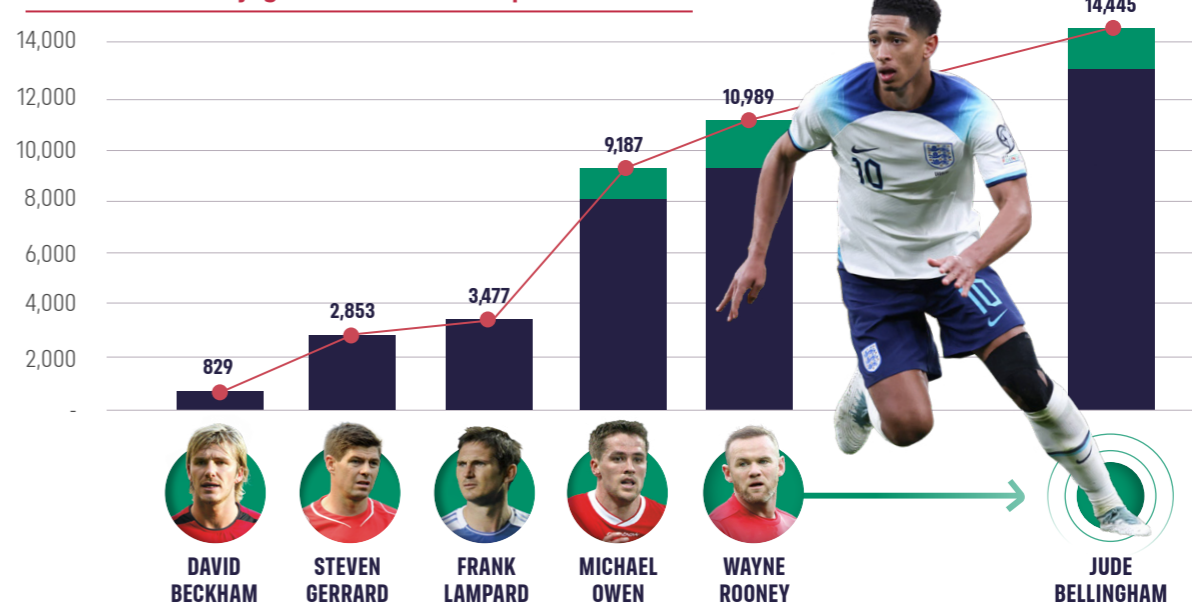
FATIGA MENTAL



03 / RIESGOS PARA LA DURACIÓN DE LA CARRERA

Sobreexposición de futbolistas juveniles sin salvaguardas adecuadas para la carga de trabajo.

Total de minutos jugados antes de cumplir 20 años



KYLIAN MBAPPÉ 37% más minutos que Thierry Henry a la misma edad.

PEDRI 20% más minutos que Xavi Hernández a la misma edad.

VINÍCIUS JÚNIOR 12,000 más minutos que Ronaldinho a la misma edad.

02 / CONSECUENCIAS NOCIVAS PARA JUGADORES, CLUBES Y COMPETICIONES

Los efectos de la saturación del calendario se hacen evidentes en toda la industria.



04 / NUEVOS FORMATOS DE COMPETICIÓN INCREMENTARÁN LA PRESIÓN SOBRE LOS JUGADORES

Ausencia de salvaguardas efectivas, agravadas por mayor número de partidos.



04

SATURACIÓN EXTREMA DEL CALENDARIO

Si bien cada temporada futbolística presenta sus propios retos, la temporada 2022/23 los llevó al extremo, con la Copa Mundial de la FIFATM teniendo que celebrarse a mitad de temporada en la mayoría de ligas nacionales, causando una interrupción sin precedentes y peligrosas exigencias para la carga de trabajo. En esta sección, se analiza el calendario de la temporada a través de las lentes de los clubes y jugadores, seleccionados de entre todas las Divisiones de FIFPRO.



04 / SATURACIÓN EXTREMA DEL CALENDARIO

Los retos para la carga de trabajo creados por este calendario de partidos sin precedentes se dejaron sentir más intensamente por los futbolistas de élite. Estas demandas probablemente continúen incrementándose con las inminentes reformas de competiciones internacionales de club y la posible introducción de

la nueva Copa Mundial de Clubes de la FIFA en el transcurso del próximo ciclo del calendario. En este capítulo, analizamos el calendario 2022/23 y sus aspectos más peligrosos, antes de explorar el posible impacto sobre la carga de trabajo de los nuevos formatos de competición.



PROGRAMA CONDENSADO DURANTE 2022/23



VINÍCIUS JR.

Real Madrid CF & Brasil

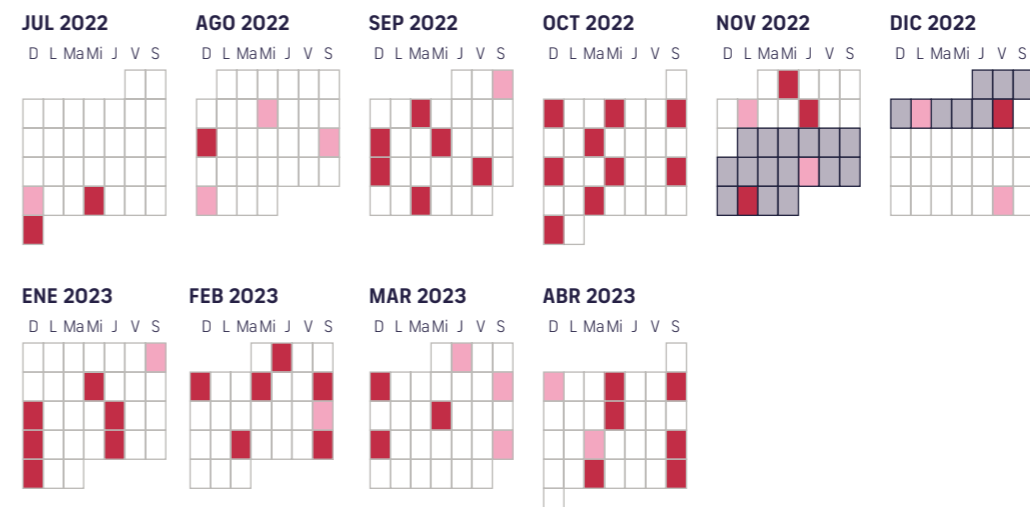


El desempeño de Vinícius Jr. en recientes temporadas ha consolidado su estatus como uno de los talentos más estimulantes en el mundo del fútbol, pues jugó un papel fundamental para el reciente éxito del Real Madrid. No obstante, estas proezas se reflejan también en las exigencias de su carga de trabajo.

En 2021/22, Vinícius Jr. jugó cerca de 5.200 minutos, una de las cifras más elevadas entre los jugadores de los principales clubes europeos. Al final de la temporada, alzó los trofeos de la Liga de Campeones de la UEFA, La Liga y la Supercopa de España, con el Real Madrid CF. En consecuencia, su carga de trabajo de club a nivel internacional se incrementó en la temporada 2022/23, pues el equipo también se clasificó para la Supercopa de la UEFA y Copa Mundial de Clubes de la FIFA. Durante esta temporada, ha jugado cerca de 4.000 minutos hasta mayo, en tan solo 45 partidos.

Es importante destacar que Vinícius muy raramente disfrutó al menos 5 días de descanso entre dos apariciones a lo largo de los últimos años, sin alcanzar el mínimo recomendado por FIFPRO. Su saturado programa se caracterizó por largas secuencias de partidos consecutivos: tuvo una serie de 16 partidos sin tiempo suficiente de descanso en septiembre-octubre de 2022, y otra serie de 10 apariciones en enero-febrero de 2023. Esta última incluyó la Copa Mundial de Clubes de la FIFA, celebrada en Marruecos, que agravó la elevada carga de viajes del jugador. El extremo brasileño acumuló más de 56.000 kilómetros de viajes internacionales en 2022/23 (hasta finales de abril).

Calendario de partidos (hasta 1 de mayo de 2023)



 Copa Mundial 2022 de la FIFA™
 Partidos con menos de 5 días de descanso
 Partidos con al menos 5 días de descanso

59
PARTIDOS DISPUTADOS EN

9
COMPETICIONES

75% DE ELLOS JUGÓ CON MENOS DE 5 DÍAS DE DESCANSO (PARTIDOS CONSECUTIVOS)

Fuente: FIFPRO PWM, análisis de Football Benchmark



LAUTARO MARTÍNEZ

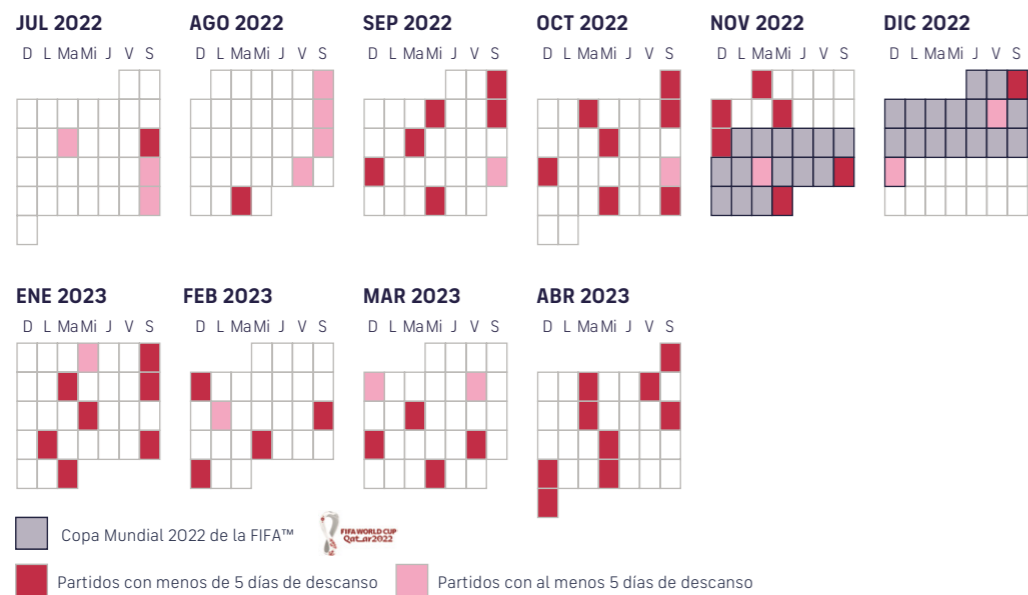
FC Internazionale Milano & Argentina



El FC Internazionale Milano llegó a fases avanzadas en todas las competiciones en que jugó en 2022/23. Al alcanzar la final de la Coppa Italia, así como la final de la Liga de Campeones de la UEFA, el ariete estrella del equipo, Lautaro Martínez, experimentó también un notable incremento de partidos en comparación a temporadas anteriores. En su caso, la Copa Mundial de la FIFA™ fue otro factor influyente, pues ganó el torneo con Argentina en Qatar y participó en los siete partidos, excepto en la semifinal contra Croacia.

Los periodos y descansos de la selección nacional son un reto clave para futbolistas como Martínez. Los viajes para estos partidos ejercen presión adicional sobre los jugadores, especialmente teniendo en cuenta el limitado tiempo disponible entre un partido durante el descanso de selección nacional y la siguiente jornada de partido de club. Por ejemplo, en octubre de 2021, Martínez estuvo sobre el campo, jugando de nuevo para el Inter de Milán, de Italia, tan solo 38 horas y media después de haber jugado 86 minutos para Argentina, en Buenos Aires, contra Perú.

Calendario de partidos (hasta 1 de mayo de 2023)



62
PARTIDOS
DISPUTADOS

7
COMPETICIONES

76% DE ELLOS
JUGÓ CON
MENOS DE 5 DÍAS
DE DESCANSO
(PARTIDOS
CONSECUTIVOS)

■ Copa Mundial 2022 de la FIFA™

■ Partidos con menos de 5 días de descanso ■ Partidos con al menos 5 días de descanso

Fuente: FIFPRO PWM, análisis de Football Benchmark



PEDRO GUILHERME

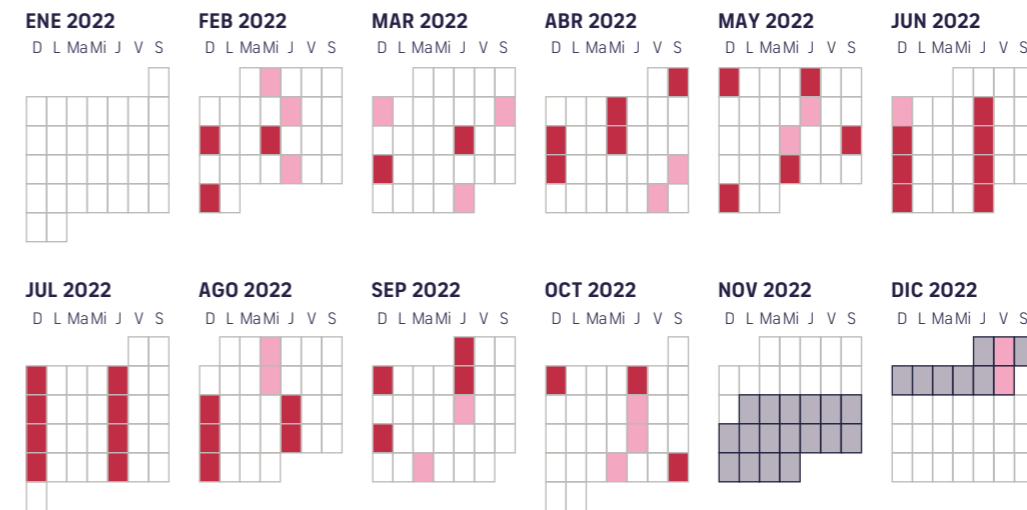
CR Flamengo & Brasil



La carga de trabajo extrema y la saturación del programa no se limitan al fútbol europeo. Uno de los principales ejemplos es el CR Flamengo, de Sudamérica. Además de disputar las competiciones domésticas, el equipo tuvo grandes compromisos en el escenario internacional, especialmente en la Copa Libertadores y en la Copa Mundial de Clubes de la FIFA. Como muchos equipos brasileños, juega también un campeonato a nivel estatal, cubriendo la mayor parte de los meses que serían "fuera de temporada" entre dos temporadas de la liga brasileña. Como resultado, el único descanso real en esta ocasión se produjo en un momento cercano a la Copa Mundial de la FIFA™, en noviembre y diciembre de 2022; no obstante, y obviamente, quienes participaron en la Copa Mundial no pudieron permitírselo.

Pedro, delantero de 25 años del Flamengo, recae en esta categoría. Tuvo dos apariciones para Brasil en Qatar, y reanudó el fútbol de clubes a principios de enero. En solo algo más de tres meses desde entonces, acumuló 21 apariciones: cerca de un tercio de lo que tuvo durante toda la temporada 2022, en la que disputó 62 partidos. Cabe destacar que muchos de sus partidos en 2023 implicaron viajes de larga distancia, pues viajó a Argentina, Ecuador, Perú y Marruecos (Copa Mundial de Clubes de la FIFA) con el Flamengo.

Calendario de partidos (hasta 1 de mayo de 2023)



62
PARTIDOS
DISPUTADOS

7
COMPETICIONES

69% DE ELLOS
JUGÓ CON
MENOS DE 5 DÍAS
DE DESCANSO
(PARTIDOS
CONSECUTIVOS)



21
PARTIDOS
DISPUTADOS

7
COMPETICIONES

67% DE ELLOS
JUGÓ CON
MENOS DE 5 DÍAS
DE DESCANSO
(PARTIDOS
CONSECUTIVOS)

Fuente: FIFPRO PWM, análisis de Football Benchmark



ESTUDIO DE CASO: CALENDARIO DE RAPHAËL VARANE EN CINCO TEMPORADAS

En febrero de 2023, Raphaël Varane llegó a los titulares cuando anunció inesperadamente su retiro de la selección nacional de fútbol. Con tan solo 29 años de edad, el defensa registró 93 apariciones para la primera selección francesa, formó parte integral de los equipos que ganaron la Copa Mundial de la FIFA 2018™, y finalizó subcampeón en la Copa Mundial de la FIFA 2022™ y el Campeonato de Europa 2016 de la UEFA.

Cuando se le preguntó por las razones, el jugador citó las extremas demandas de trabajo ejercidas sobre los jugadores de élite. “El calendario está ya más que saturado; los jugadores están sobrecargados de trabajo, y ello empeorará incluso más. Me temo que presenciaremos carreras mucho más cortas, y que los jugadores tendrán que renunciar a la selección francesa muy pronto, porque a nivel físico o mental lo que estamos exigiendo actualmente, simplemente, supera los límites”, afirma Varane. En este estudio de caso, evaluamos las últimas cinco temporadas del defensa, desde la perspectiva de la carga de trabajo. Los datos apoyan sólidamente su opinión.

CARGA DE PARTIDOS (2018/19 - 2022/23)

Los programas sobrecargados y los reducidos descansos en temporada fueron los principales motivos tras la decisión de Varane de retirarse.

Desde el 1 de junio de 2018, acumula más de 22.000 minutos en 248 apariciones en partidos, con cerca del 60% de sus apariciones en partidos consecutivos, sin descanso suficiente. Ello le sitúa firmemente entre los principales 100 futbolistas de las “cinco grandes” ligas en cuanto a la carga total de partidos.

De manera crucial, Varane demostró su pleno compromiso con la selección nacional francesa, y durante mucho tiempo fue un soporte en la alineación. Entre el inicio de la Copa Mundial 2018 y la final de la Copa Mundial 2022, pasó cerca de 243 días en el entorno de la selección nacional francesa, lo que equivale a cerca del 15% de todos los días de ese periodo. Con su decisión de retirarse del fútbol internacional, su proyecto es “ahorrar” de 30 a 50 días cada año. Ello ilustra también el compromiso y sacrificio que realizan muchos jugadores de primer nivel, presentes en la alineación de sus clubes y en la de los equipos nacionales.

248
Apariciones totales
(incluyendo amistosos de club)
desde el 1 de junio de 2018

58%
Partidos consecutivos
del total de apariciones

89.5
Media de minutos
por aparición durante el periodo
de tiempo analizado

243
días
pasados en el marco de la
selección nacional francesa,
entre el inicio de la Copa
Mundial 2018 y el fin de la Copa
Mundial 2022 (14,6% de todos
los días del periodo).

Fuente: análisis de Football Benchmark

CARGA DE VIAJES (2018/19 - 2022/23)

229,244
Distancia total recorrida
(viajes internacionales, km)

324
Tiempo transcurrido en viajes
(momento - horas de vuelo)

110
Cruce de zonas
horarias

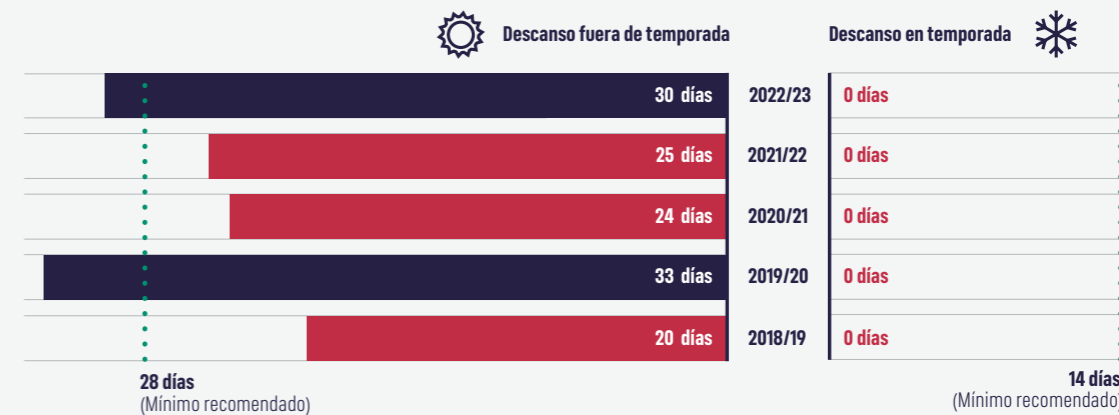
Fuente: análisis de Football Benchmark

La participación de Varane con clubes de primer nivel, como el Manchester United FC y Real Madrid CF, así como su compromiso con la selección nacional francesa, contribuyó notablemente a su extensa carga de viajes. En cuatro de las últimas cinco temporadas, la distancia de viaje internacional recorrida por Varane fue igual o superior a 50.000 kilómetros, muy superior a la media de un jugador de una de las “cinco grandes” ligas europeas. La única temporada con una carga de viajes relativamente menor fue la de 2021/22, pues no hubo ningún torneo principal de selección nacional en ese periodo. En total, sus viajes internacionales desde

julio de 2018 equivalen a una distancia de más de cinco vueltas al Ecuador terrestre.

Además de la distancia recorrida en viajes, la cifra de zonas horarias atravesadas es otro factor importante, pues los jugadores deben ajustarse a estos cambios y, con frecuencia, juegan durante un breve periodo tras llegar a otra zona horaria. Impulsado por tours de pretemporada a ubicaciones lejanas, Varane realizó 22 cruces de zonas horarias, como media y por temporada, desde 2018.

DESCANSOS EN TEMPORADA (2018/19 - 2022/23)



Fuente: análisis de Football Benchmark

Únicamente dos temporadas en el periodo analizado vieron a Varane disfrutar un número suficiente de días de descanso fuera de temporada, alcanzando el estándar mínimo recomendado por FIFPRO (28 días). Los descansos fuera de temporada antes de las temporadas 2018/19, 2020/21, y 2021/22 también fueron afectados por factores externos, como la Copa Mundial, la pandemia y el aplazamiento del EURO 2020 a 2021.

Además, es también preocupante que no tuviera prácticamente ningún día de descanso en temporada durante el periodo analizado, pues jugó en La Liga española y en la Premier League inglesa. Cabe destacar también que, durante la temporada 2022/23, volvió al Manchester United tan solo ocho días después de la final de la Copa Mundial y jugó 79 minutos en la Premier League el día siguiente (27 de diciembre).

05

REVISIÓN DE LA CARGA DE TRABAJO: COPA MUNDIAL DE LA FIFA 2022™

El inusual programa de la Copa Mundial de la FIFA 2022™ produjo notables exigencias para los jugadores, con partidos intensos y muchos otros factores que afectaron a su carga de trabajo. Esta sección explora los aspectos relacionados con la carga de trabajo del torneo, y analiza su impacto sobre los jugadores.



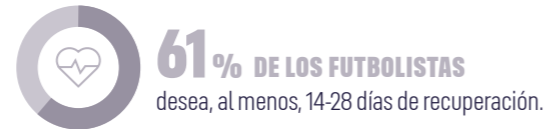
FIFA WORLD CUP
Qatar 2022

TIEMPO DE PREPARACIÓN Y PERIODOS DE RECUPERACIÓN INSUFICIENTES

El breve periodo de preparación, sin precedentes, observado antes de la Copa Mundial de la FIFA 2022™ y los breves periodos de recuperación que le siguieron, pusieron a muchos jugadores en situación difícil, incrementando las consecuencias físicas y mentales para ellos. Dado que el torneo marcó una distancia notable desde la tradición, al celebrarse en los meses de noviembre y diciembre, muchos futbolistas llegaron a Qatar sin preparación suficiente con sus equipos nacionales y tuvieron que regresar al entorno de club sin tiempo suficiente de descanso y recuperación. Para garantizar un tiempo de preparación óptimo y descansos adecuados en temporada y fuera de ella para los jugadores, en el futuro debe evitarse un torneo con una saturación similar.



En conjunto, cerca del 68% de los futbolistas seleccionados para las listas finales de los equipos tuvo menos de dos semanas de preparación para el torneo.



Fuente: FIFPRO Post-Tournament Player Survey

En contraste con el resultado de la encuesta indicado anteriormente, hubo muchos jugadores que tuvieron un plazo de tiempo notablemente más corto entre su último partido de Copa Mundial y su primera aparición de club. A continuación se destacan algunos ejemplos, procedentes de seis ligas de todo el mundo, lo que demuestra que esta situación no se limitó a un puñado de países.

Número de días entre el último partido de la respectiva selección nacional en la Copa Mundial y primera aparición del jugador en su club, tras la Copa Mundial.

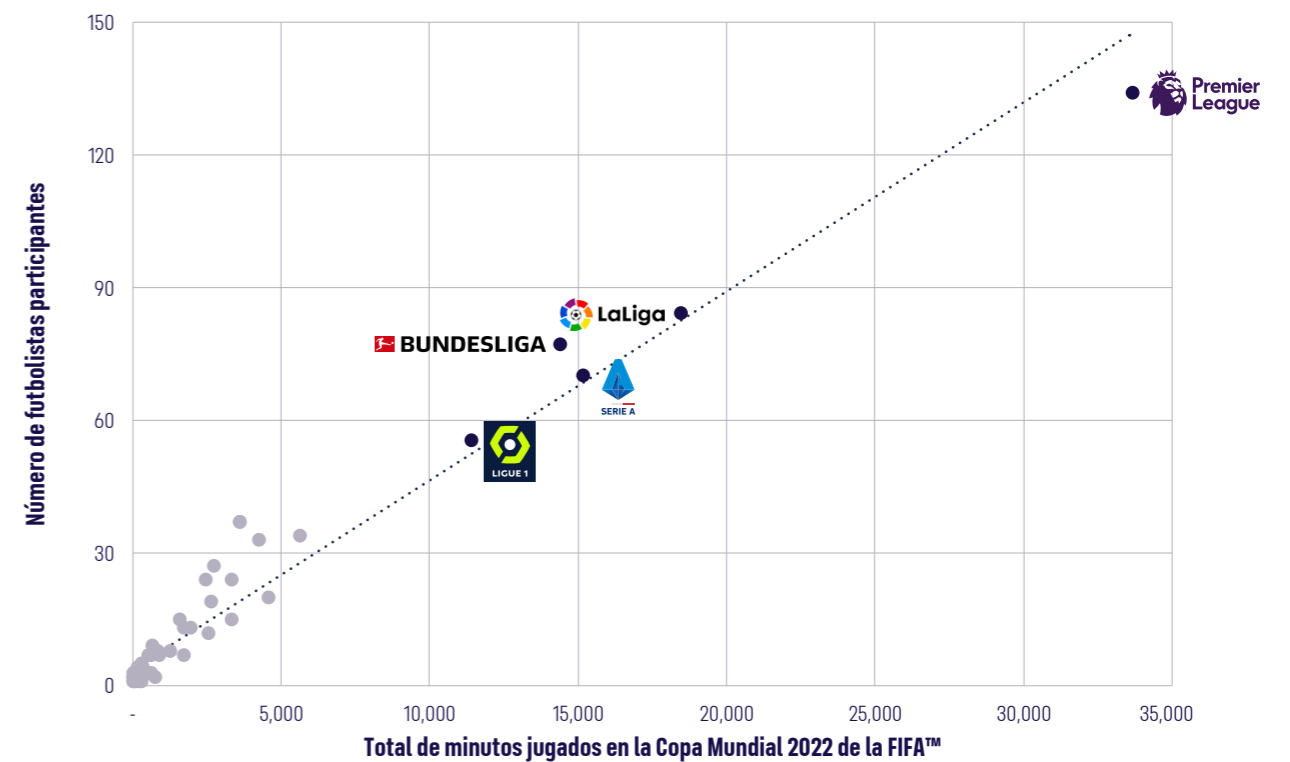


Fuente: FIFPRO PWM, análisis de Football Benchmark

EXIGENTE CARGA DE PARTIDOS EN EL TORNEO

Los equipos de la Copa Mundial consisten en jugadores de diversas ligas y clubes, que representan distintas fases de sus carreras. En 2022, participaron futbolistas de 55 ligas; la mayoría procedía de las "cinco grandes" ligas europeas. La Premier League sobresalía claramente a este respecto: 134 jugadores de la primera división inglesa acumularon conjuntamente más de 33.000 minutos de juego durante el torneo. Estos hallazgos implican que la mayoría de los jugadores de élite tienden a jugar en un grupo selecto de ligas. Estas suelen ser muy competitivas e incluyen a clubes que juegan también en competiciones internacionales. En conjunto, estos factores suponen una notable carga de trabajo para los jugadores durante la temporada. Además de su carga de trabajo habitual, este contingente estuvo sometido a una interrupción en mitad de temporada y a partidos adicionales en la Copa Mundial.

Total de minutos jugados en la Copa Mundial 2022 de la FIFA™ y número de futbolistas por liga.

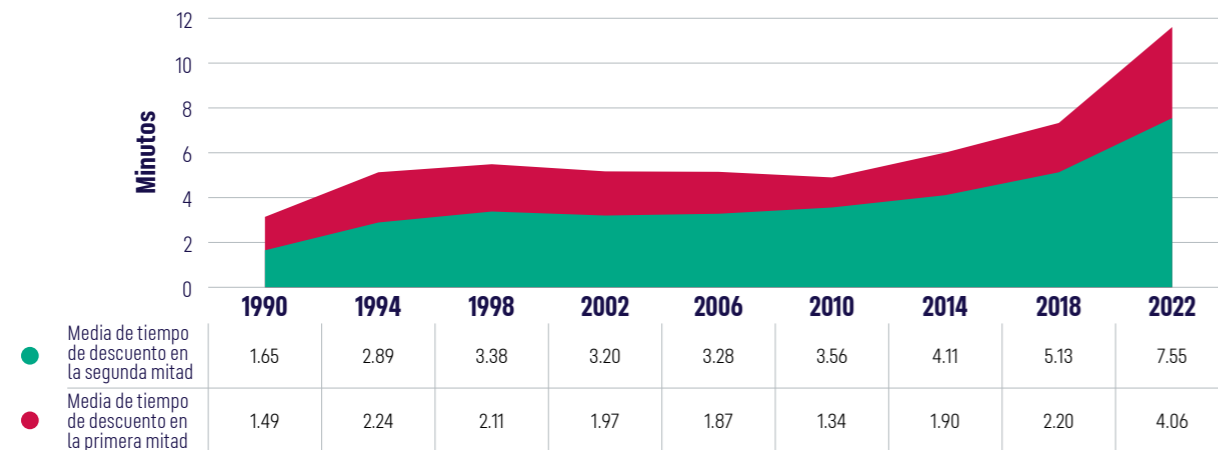


Fuente: FIFPRO PWM, análisis de Football Benchmark

REPERCUSIÓN DEL TIEMPO DE DESCUENTO

La FIFA revisó su habitual interpretación del tiempo de descuento para el torneo 2022, a fin de incrementar el tiempo en que el balón se encuentra en juego. Aunque podría argumentarse que esto favorece el espectáculo en general, no deben pasarse por alto las posibles implicaciones para la carga de trabajo. La implementación de la nueva política condujo a un tiempo de descuento de aproximadamente 11,6 minutos en Qatar (excluyendo partidos que se prolongaron al tiempo extra). Este es un incremento cercano al 60%, en comparación con la edición anterior, celebrada en Rusia, y el doble de lo observado tradicionalmente en décadas anteriores. Si este cambio en la política se adopta ampliamente, los organizadores de la competición y los organismos rectores deben considerar el impacto del tiempo ampliado de juego por lo que respecta a la planificación de encuentros.

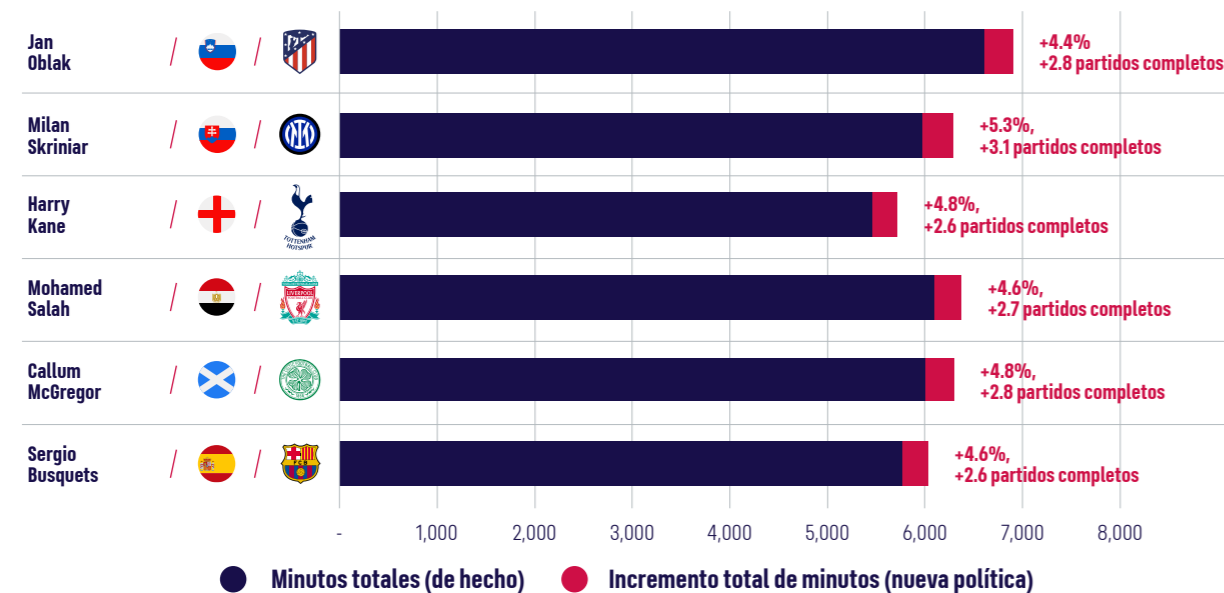
Evolución del tiempo de descuento en la Copa Mundial de la FIFA™



Fuente: FIFPRO PWM, análisis de Football Benchmark

Para poner la cuestión en perspectiva, se realizó un análisis entre jugadores con al menos 60 apariciones en el transcurso de la temporada 2021/22, que participaron también en competiciones internacionales de club. Estos jugadores hubieran jugado aproximadamente un 4,8% más en el transcurso de la temporada completa, si los tiempos de descuento hubieran estado ya implantados entonces. En la mayoría de los casos, ello equivale a alrededor de tres partidos completos en minutos de juego, lo que incrementa la presión de la carga de trabajo sobre los futbolistas.

Posible impacto de la nueva política en el tiempo de juego de los jugadores seleccionados (cifras reales de 2021/22 vs. proyección).



Fuente: FIFPRO PWM, análisis de Football Benchmark

EFFECTOS PERNICIOSOS DE LA ELEVADA CARGA DE TRABAJO

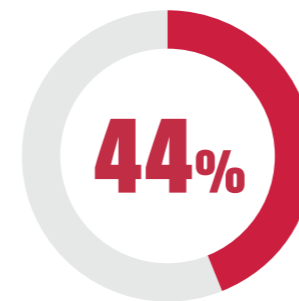
Con los futbolistas transitando ya un programa exigente y los efectos residuales de la pandemia de COVID-19, el programa inusual de la Copa Mundial de la FIFA™ introdujo nuevos retos que empujaron a los atletas hasta el límite. Aunque es común que los jugadores experimenten fatiga física y mental tras un intenso torneo como el de la Copa Mundial, la ausencia de un periodo adecuado de descanso y recuperación fuera de temporada amplificó las inquietudes. Los efectos perniciosos de las elevadas demandas de la carga de trabajo quedaron reflejados en las respuestas de los jugadores a la encuesta de FIFPRO realizada con posterioridad al torneo.

FATIGA MENTAL



DE JUGADORES MANIFESTÓ SENTIR NIVELES SUMAMENTE ELEVADOS DE FATIGA MENTAL, EN COMPARACIÓN A SU ESTADO HABITUAL EN ESTE MOMENTO DE LA TEMPORADA (ENERO); OTRO 23% SINTIÓ MAYOR FATIGA MENTAL DE LO HABITUAL.

FATIGA FÍSICA



DE JUGADORES SUFRIÓ FATIGA FÍSICA EXTREMA O MAYOR, EN COMPARACIÓN CON SU ESTADO HABITUAL EN ESTE MOMENTO DE LA TEMPORADA (ENERO).

RIESGO DE LESIÓN



DE LOS JUGADORES INFORMÓ DE LESIÓN O CREYÓ TENER MAYOR PROBABILIDAD DE SUFRIR UNA LESIÓN DEBIDO A LA SATURACIÓN DEL CALENDARIO.

Fuente: FIFPRO Post-Tournament Player Survey




06

ENFOQUE SOBRE LOS FUTBOLISTAS

Futbolistas de diversas ligas y continentes están sujetos a cargas de trabajo sumamente exigentes. Sin embargo, la naturaleza exacta de estas demandas puede variar de un jugador a otro. Por ejemplo, mientras que algunos están sobre el campo de juego prácticamente todo el tiempo, otros deben abordar exigencias de viajes sumamente extensos durante la temporada. En este capítulo, se presentan los casos de cuatro futbolistas, prestando especial atención a su carga de trabajo durante la temporada 2022/23.

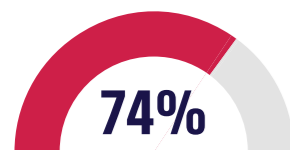
BRUNO FERNANDES

Periodo analizado: 1 de julio de 2022 - 1 de mayo de 2023

 /  / 28 Edad / Centrocampista

Jugador establecido, con elevada carga de partidos en una de las "cinco grandes" ligas y que participó en el fútbol internacional con su club y su selección nacional. Desde septiembre de 2020, no ha dejado de participar en ningún partido debido a lesión.

Porcentaje de apariciones en partidos consecutivos:



Minutos jugados:



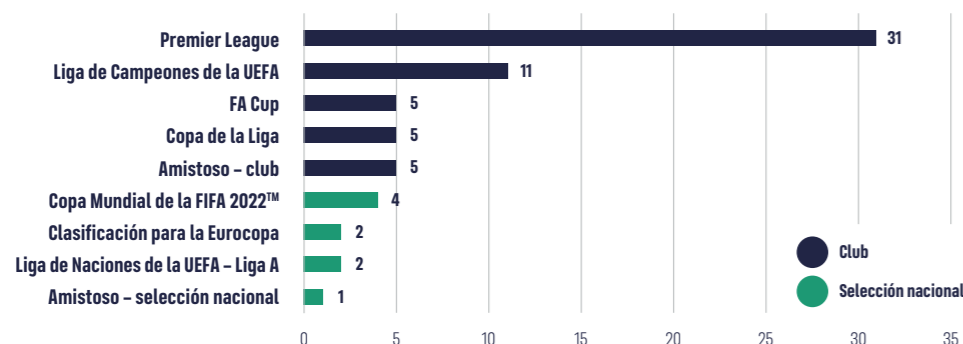
Días entre último partido de Copa Mundial y regreso al entorno del club



Días entre el último partido de la Copa Mundial y el primer partido de club:



Número de apariciones por competición



Como es habitual, Bruno Fernandes estuvo casi siempre presente en el equipo del Manchester United FC en 2022/23, jugando en una variedad de competiciones.

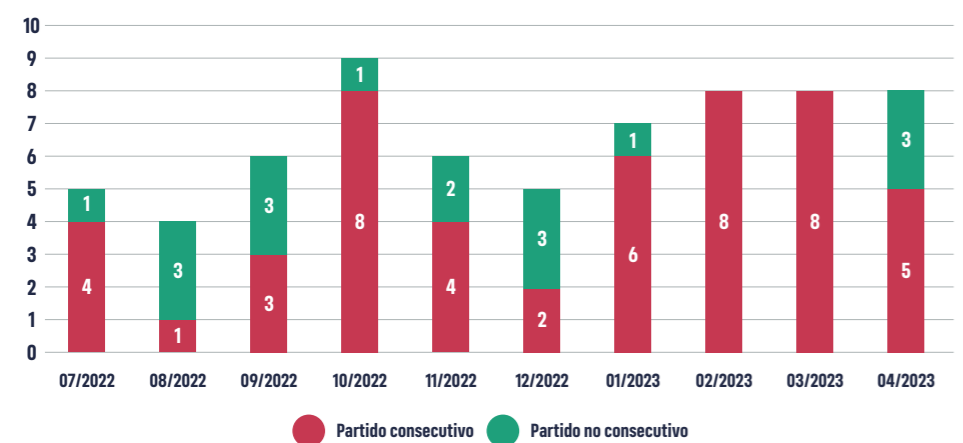
El jugador participó también en la Copa Mundial de la FIFA 2022™, en Qatar, con Portugal. Estuvo sobre el campo unos 400 minutos, en cuatro partidos.

Duración del descanso en temporada (días)



El tiempo de descanso del jugador no alcanzó el umbral mínimo recomendado por FIFPRO, ni en temporada ni fuera de ella, en 2022/23. Fernandes tampoco descansó realmente tras su participación en la Copa Mundial; volvió a jugar para el Manchester United FC tan solo 11 días tras la salida de Portugal del torneo.

Número de apariciones en partidos consecutivos, por mes



El 74% de sus partidos fueron consecutivos, lo que resulta en un tiempo de descanso limitado entre las jornadas de partido.

Tuvo únicamente 4,3 días entre partidos, como media, en el transcurso de la temporada 2022/23: menos del mínimo que recomienda FIFPRO (5 días).

Entre mediados de enero y finales de marzo, jugó 20 partidos consecutivos. La cifra media de días entre partidos durante ese lapso disminuyó a 3,5 días.

ENZO FERNÁNDEZ

Periodo analizado: 1 de julio de 2022 - 1 de mayo de 2023

 /    / 22 Edad / Centrocampista

Enzo Fernández obtuvo reconocimiento mundial recientemente, cuando ganó el Premio al Mejor Futbolista Juvenil en la Copa Mundial 2022 de Qatar y protagonizó un fichaje récord para el Chelsea FC.

Porcentaje de apariciones en partidos consecutivos:



Minutos jugados:



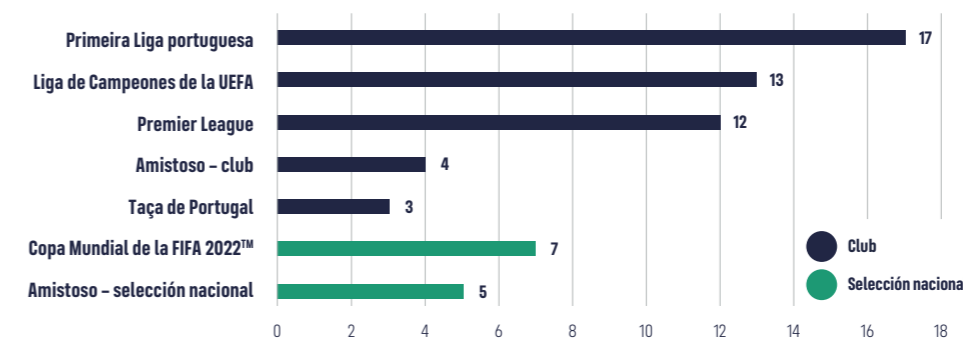
Días entre último partido de Copa Mundial y regreso al entorno del club



Días entre el último partido de la Copa Mundial y el primer partido de club:



Número de apariciones por competición



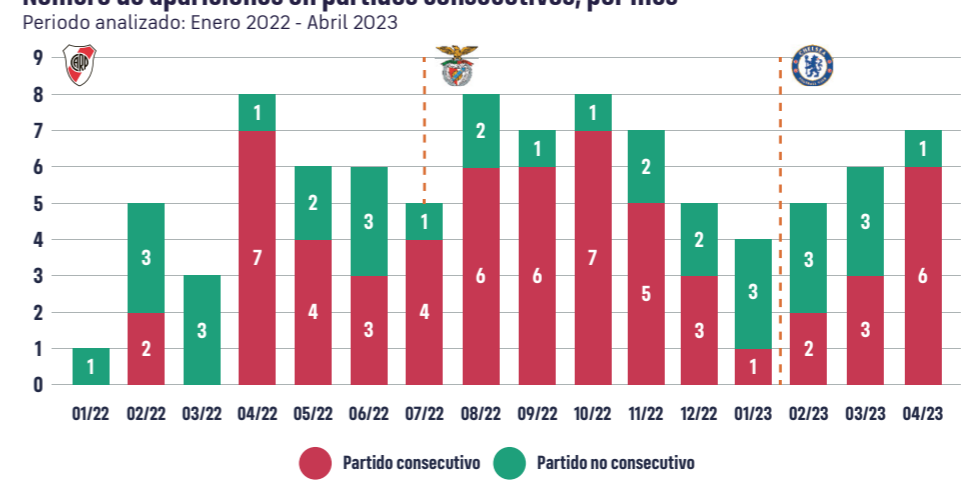
La carga de trabajo de Enzo Fernández registró un repunte durante la temporada 2022/23, debido principalmente a su mayor participación en partidos de selección nacional. En las dos temporadas anteriores, no participó en ningún partido de selección nacional. Tras la Copa Mundial, durante el periodo de transferencias de invierno, fue transferido desde el SL Benfica al Chelsea FC.

Duración del descanso en temporada (días)



En cuanto al descanso de temporada, Fernández estuvo en una situación poco común, cuando fue transferido desde un "programa de liga estival" (Argentina) a una liga tipo "otoño-primavera" (Portugal), en 2022. Ello significa que tan solo 8 días después de disputar un partido de la Copa Libertadores, en Sudamérica, hizo su debut para el SL Benfica en un partido amistoso, y por tanto no tuvo descanso fuera de temporada en el verano de 2022. De manera similar, tampoco tuvo mucho descanso tras la final de la Copa Mundial en Qatar, volviendo a su club tan solo 9 días después, y a continuación jugó tres días.

Número de apariciones en partidos consecutivos, por mes



Enzo Fernández tuvo un programa ajustado, tanto en la temporada anterior (jugando con el River Plate) y en la temporada 2022/23 (en Europa). Debido a una transferencia estival al SL Benfica, no tuvo descanso en verano. La primera mitad de la temporada 2022/23 fue muy exigente para Fernández: con anterioridad a la Copa Mundial, jugó 15 partidos (13 partidos consecutivos), en solo 57 días, entre septiembre y octubre. Desde principios de 2022, el 69% de sus partidos se disputó sin descanso suficiente (partidos consecutivos).

RODRI

Periodo analizado: 1 de julio de 2022 - 1 de mayo de 2023

 /  / 26 Edad / Centrocampista

Jugador bien establecido a nivel de club y de selección nacional, que juega en una liga de las "cinco grandes" ligas y participó en la Copa Mundial de la FIFA 2022. No estuvo presente en tan solo cinco partidos, durante la temporada 2022/23.

Porcentaje de apariciones en partidos consecutivos: **62%**

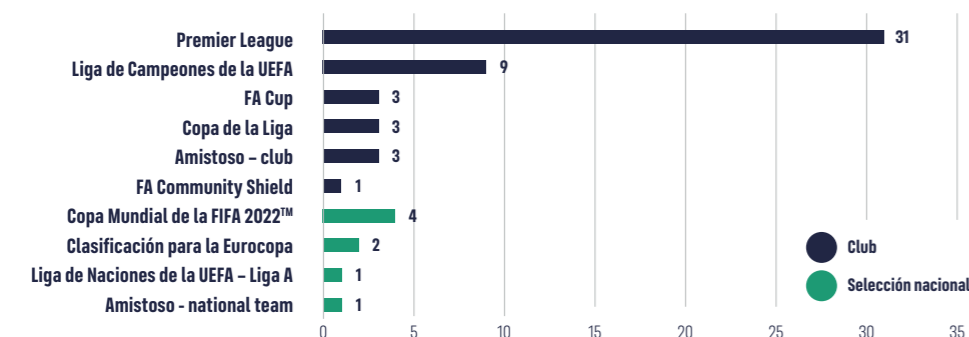
Minutos jugados: **5,092**

Días entre último partido de Copa Mundial y regreso al entorno del club: **14 DÍAS**

Días entre el último partido de la Copa Mundial y el primer partido de club: **16 DÍAS**



Número de apariciones por competición



La mayoría de partidos que disputó Rodri en 2022/23 fueron partidos de club (86%). En total, participó en 10 competiciones. Jugó para España en la Copa Mundial 2022 de la FIFA; comenzó los cuatro partidos.

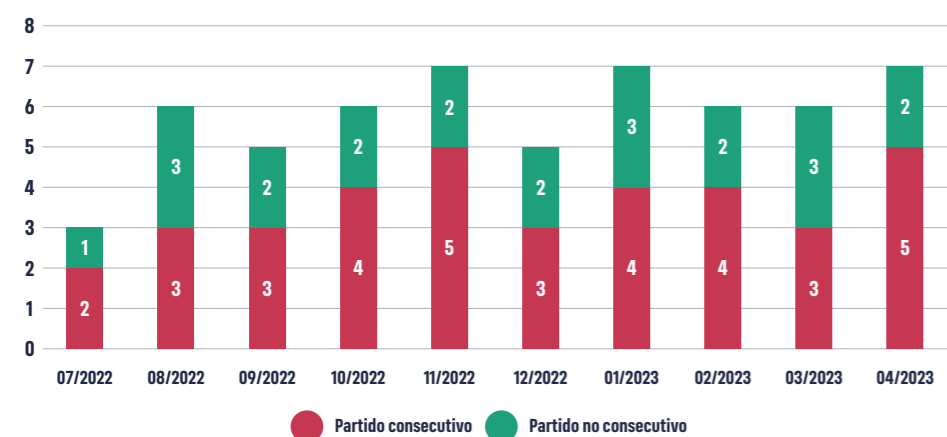
Duración del descanso en temporada (días)

29  **Días de descanso fuera de temporada**
(28 días mínimo recomendado)

0  **Días de descanso en temporada**
(14 días mínimo recomendado)

Rodri tuvo suficientes días durante su descanso fuera de temporada antes de la temporada 2022/23, alcanzando el mínimo recomendado por FIFPRO, por un día. No obstante, como jugador de la Premier League, no se le permitió ningún descanso durante una temporada excepcionalmente saturada.

Número de apariciones en partidos consecutivos, por mes



Rodri experimentó un ajustado programa durante la temporada, especialmente antes y durante la Copa Mundial (octubre-noviembre), y de nuevo en abril. El 62% de sus partidos fueron consecutivos. En total, jugó una media de 88 minutos por partido, lo que significa que casi siempre figuró en la alineación inicial de su club y de su selección nacional, y raramente fue sustituido. El periodo posterior a la Copa Mundial fue bastante intenso, con 10 partidos (5 de ellos consecutivos) en tan solo 36 días, en tres competiciones diferentes: Premier League inglesa, Copa FA y Copa EFL.

SOFYAN AMRABAT

Periodo analizado: 1 de julio de 2022 - 1 de mayo de 2023

 /  / 26 Edad / Centrocampista

Amrabat fue un jugador clave para la exitosa campaña de Marruecos en la Copa Mundial de la FIFA™, y también ha sido fundamental en la larga temporada del ACF Fiorentina.

Porcentaje de apariciones en partidos consecutivos: **67%**

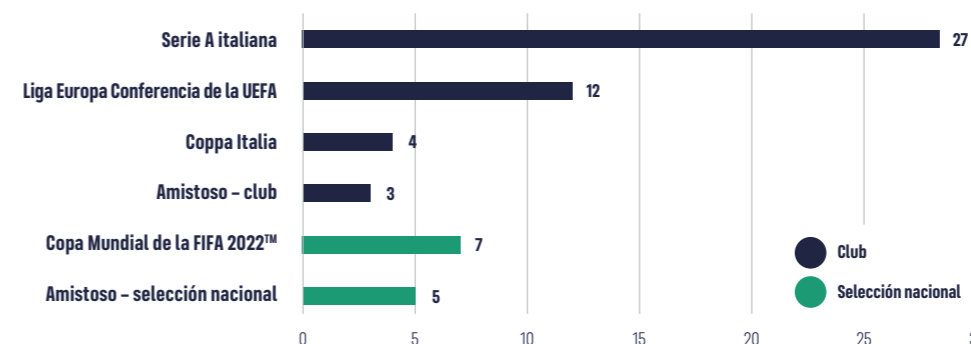
Minutos jugados: **4,570**

Días entre último partido de Copa Mundial y regreso al entorno del club: **10 DÍAS**

Días entre el último partido de la Copa Mundial y el primer partido de club: **18 DÍAS**



Número de apariciones por competición



El equipo de Amrabat, el ACF Fiorentina, llegó muy lejos en la Liga Conferencia Europa de la UEFA y en la Coppa Italia, alcanzando las finales en ambas competiciones, lo que contribuyó a su elevada carga de trabajo. Amrabat alcanzó también las semifinales de la Copa Mundial con Marruecos, un logro histórico para una nación africana, que incluyó la participación en el partido eliminatorio por el tercer puesto, durante el último fin de semana del torneo.

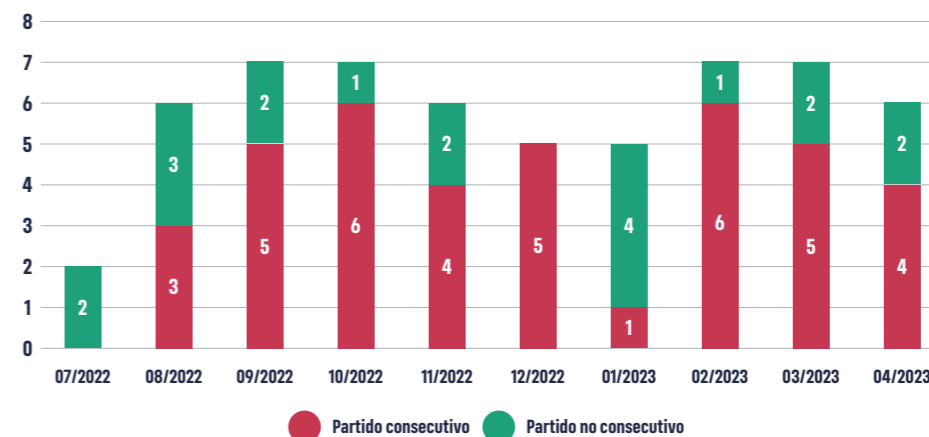
Duración del descanso en temporada (días)

30  **Días de descanso fuera de temporada**
(28 días mínimo recomendado)

8  **Días de descanso en temporada**
(14 días mínimo recomendado)

Los días de descanso fuera de temporada para Amrabat estuvieron justo por encima del mínimo recomendado. El jugador tuvo un mes de descanso antes de reincorporarse al Fiorentina en el entrenamiento de pretemporada. Sin duda, ese periodo de descanso proporcionó una sólida base para los excelentes desempeños durante la temporada que siguió. Contrariamente a otros futbolistas analizados, disfrutó un breve descanso tras la Copa Mundial, aunque sin alcanzar ni remotamente el recomendado.

Número de apariciones en partidos consecutivos, por mes



El 67% del total de apariciones fue en partidos consecutivos. La media de días de descanso durante la temporada alcanza el 4,7; por debajo del mínimo recomendado (5). Los periodos antes y después de la Copa Mundial fueron muy saturados para el jugador. En la segunda mitad de la temporada, el Fiorentina consiguió llegar hasta las finales de la Coppa Italia y la Liga Conferencia de la UEFA, añadiendo así más partidos de elevada intensidad al calendario de Amrabat.

07

COMPARACIÓN HISTÓRICA DE LA CARGA DE TRABAJO

La comparación de jugadores de distintas épocas es una cuestión que se debate con frecuencia. ¿Quién fue mejor jugador? ¿Podrían los grandes futbolistas del pasado prosperar en el fútbol actual? Si bien la evaluación comparativa de la calidad en distintas épocas es compleja, compararlos en cuanto al tiempo de juego es fácilmente posible. En esta sección, se compara una selección de futbolistas en activo con sus compatriotas retirados, a fin de situar en perspectiva la carga de trabajo actual.



07 / COMPARACIÓN HISTÓRICA DE LA CARGA DE TRABAJO

Las exigencias sobre los futbolistas de la actualidad se han incrementado notablemente, debido a los avances en el deporte. En primer lugar, los futbolistas actualmente en activo suelen tener un programa mucho más condensado, con numerosas competiciones nacionales e internacionales a lo largo del año. Debido al calendario en constante expansión, el tiempo disponible para descanso y recuperación se ha reducido notablemente. Esto resulta en que los jugadores quedan atrapados en un ciclo inacabable de partidos, con poco tiempo de recuperación.

En segundo lugar, el número y el formato de las competiciones ha evolucionado en las últimas dos décadas. Por ejemplo, el número de equipos en grandes torneos internacionales, como la Copa Mundial de la FIFA™ y el EURO de la UEFA se ha incrementado notablemente, lo que resulta en más partidos y en un programa de torneos más riguroso, y ello ejerce mayor presión sobre los jugadores para mantener sus niveles de rendimiento a lo largo de la temporada.

En tercer lugar, el deporte evoluciona constantemente, al igual que el recorrido que ha debido realizar un

equipo nacional en la Copa Mundial de la FIFA 2022™, que superó la cifra correspondiente a la edición de 2018. Además, en 2022 la FIFA introdujo una nueva interpretación del tiempo de descuento, lo que dio lugar a una notable extensión de la duración del partido. Claramente, ello puede plantear una amenaza adicional a la carga de trabajo de los jugadores, si la nueva interpretación se convierte en la norma en otras competiciones, también en el futuro. Por último, los compromisos de viaje para los futbolistas modernos también se han incrementado, en comparación con los de hace 20 años. Con muchos clubes y futbolistas de la selección nacional en competiciones internacionales, los futbolistas deben viajar distancias mayores y en distintas zonas horarias, lo que produce una falta de sueño y repercute en su rutina de recuperación y preparación. A medida que el deporte continúa evolucionando, es esencial que los jugadores, el club, los organismos rectores y el resto de las partes interesadas trabajen colaborativamente para garantizar que los jugadores reciban el apoyo que necesitan para prosperar entre las elevadas demandas del fútbol moderno.

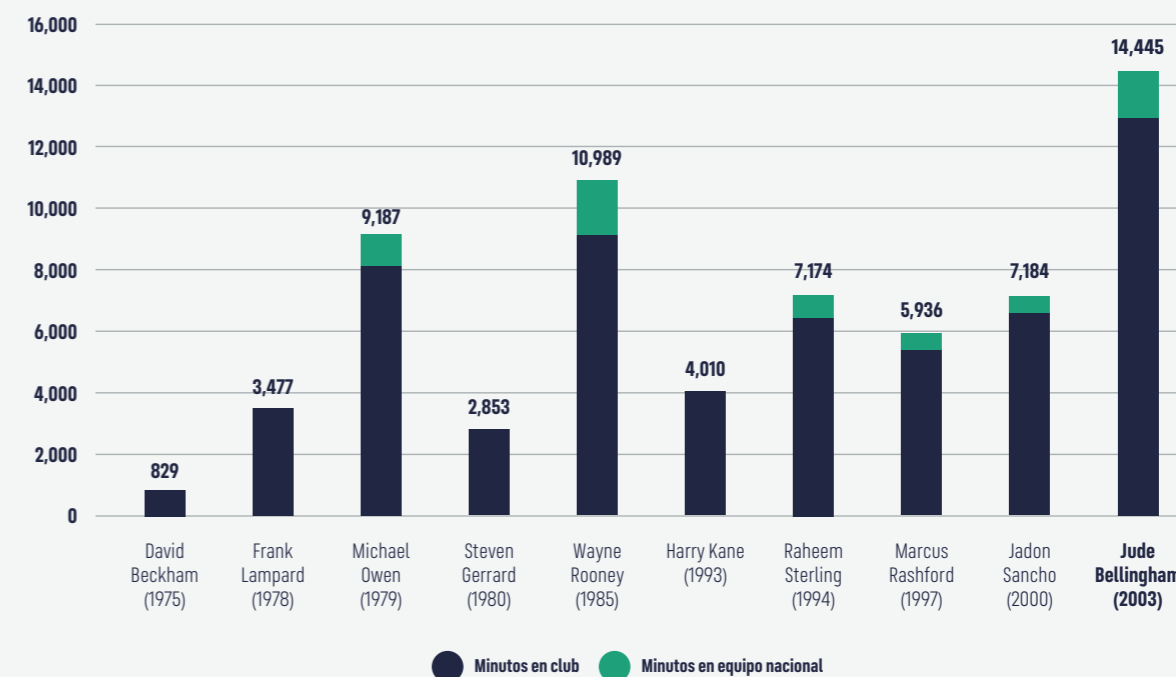


ESTUDIO DE CASO: EXTREMA CARGA DE TRABAJO PARA EL JUVENIL JUDE BELLINGHAM

Jude Bellingham debutó con el primer equipo del Birmingham City FC, en la segunda división inglesa, en 2019. Con 16 años y 38 días de edad, se convirtió en el debutante más joven en la historia del club. Desde entonces, se ha convertido en miembro clave del Borussia Dortmund, y es también uno de los puntales de la selección nacional de Inglaterra. Pese a no cumplir 20 años hasta junio de 2023, ha acumulado ya casi 15.000 minutos en partidos de competición principal. En comparación con jugadores ingleses de elevado perfil, tanto en activo como retirados, como Frank Lampard, Steven Gerrard, Michael Owen y Wayne Rooney, la carga de trabajo de Bellingham antes de cumplir los veinte años es sumamente elevada. En este ejercicio, se le compara con otros 12 futbolistas y ninguno de ellos se le aproxima en cuanto al número de minutos jugados antes de cumplir la edad de 20 años. Cuando se les ordena por su fecha de nacimiento y avanzando en el tiempo, observamos una tendencia al alza en minutos, pues se ha tornado más común para los futbolistas juveniles no solo jugar regularmente para sus clubes, sino también hacer apariciones en sus primeros equipos de selección nacional.

Un inconveniente de la sobreexposición a una edad temprana es el riesgo de agotamiento mental, pues la presión para alcanzar un rendimiento constante al mayor nivel repercute en la salud mental del futbolista juvenil. Otra posible cuestión concierne a la longevidad de la carrera, con lesiones y el desgaste que conlleva para el organismo del jugador, con frecuencia impactando en estos jugadores en una fase anterior. En sí mismas, las elevadas demandas de trabajo no son necesariamente un grave problema para el futbolista moderno. No obstante, en tales casos, es esencial que estas mayores exigencias laborales vayan acompañadas de las necesarias salvaguardas, incluyendo la provisión de periodos de recuperación satisfactorios y descansos de temporada, para permitir una recuperación física y mental adecuada de estos periodos de saturación extrema. Para los clubes y las selecciones nacionales, es importante asumir un enfoque equilibrado por lo que respecta a la gestión de las cargas de trabajo de los jugadores juveniles. Aunque es crucial proporcionar a los talentos juveniles oportunidades para desarrollar y exhibir sus capacidades, es igualmente importante proteger su bienestar y garantizar su éxito a largo plazo.

Total de minutos de Jude Bellingham, frente a jugadores ingleses de perfil elevado antes de cumplir los 20 años.



Fuente: análisis de Football Benchmark

Nota: las cifras entre paréntesis indican el año de nacimiento de los jugadores analizados. Únicamente se tuvieron en cuenta partidos de club y de selección nacional con el primer equipo; los partidos amistosos de club fueron excluidos del cálculo.

COMPARACIONES ENTRE JUGADORES

En un ejercicio similar, comparemos los minutos de juego acumulados por futbolistas actuales en distintas épocas, con uno de sus compatriotas seleccionados que jugó en una posición similar. Como puede observarse, la tendencia destacada en el estudio de caso anterior puede presenciarse en distintos mercados, entre otros futbolistas juveniles de élite. Las partes interesadas de la industria deben aunarse y alcanzar una solución más sostenible para el calendario; de lo contrario, existe un riesgo real de perjuicio para los jugadores que emergen en esta generación.

THIERRY HENRY VS KYLIAN MBAPPÉ - EVOLUCIÓN DE APARICIONES ACUMULADAS

THIERRY HENRY

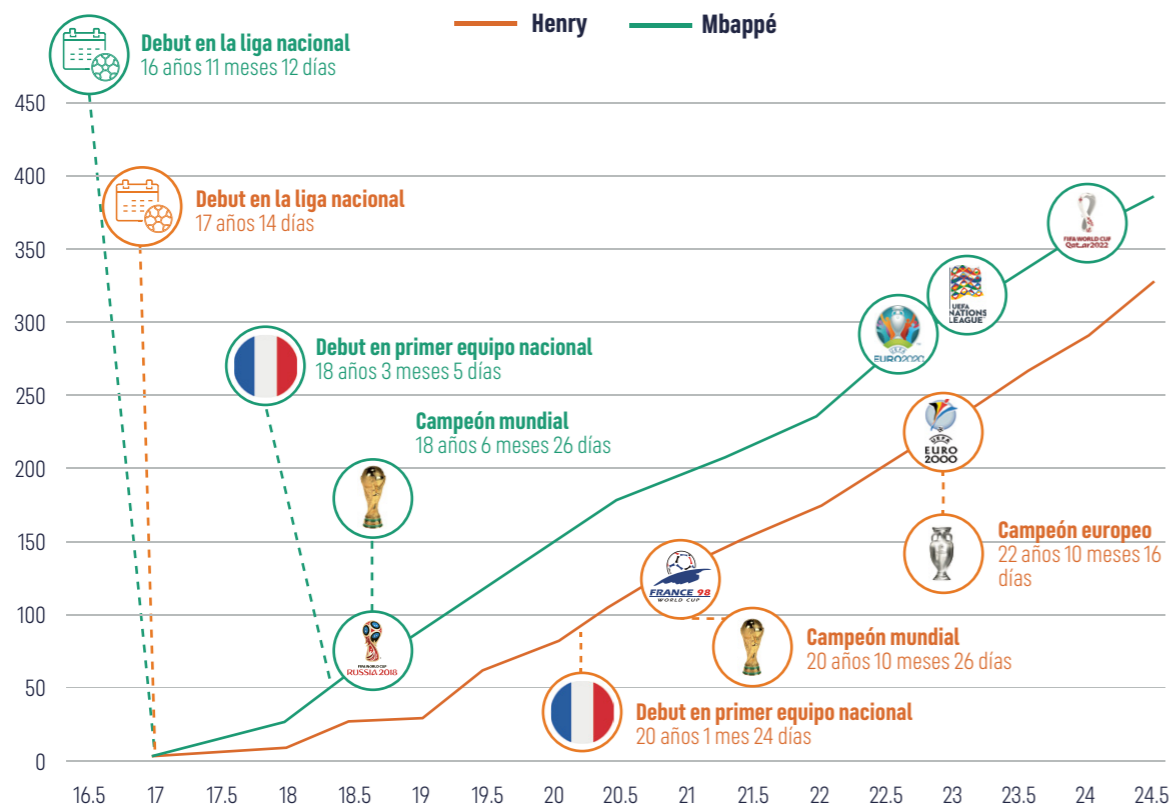


Con una distancia de más de 20 años entre sus respectivos debuts, Kylian Mbappé y Thierry Henry comenzaron sus carreras profesionales en el AS Monaco FC. La primera aparición de Henry en el primer equipo se produjo después de su 17 cumpleaños, en 1994, convirtiéndose en el debutante más joven en la historia del club. Este récord se mantuvo en vigor durante mucho tiempo, hasta el debut de Kylian Mbappé en 2015, a la edad de 16 años y 347 días. A la edad de 18 años, Mbappé había jugado ya más del doble de los partidos competitivos de Henry, pues el aumento en el tiempo de juego de este último se aceleró después de cumplir 19 años. Finalmente, Henry alcanzó 100 apariciones en el primer equipo cuando tenía 20 años, mientras que Mbappé alcanzó la misma hazaña siendo un año más joven. Para cuando Mbappé cumplió 24 años, había acumulado un total de 26.952 minutos y había jugado ya en cuatro grandes torneos de equipos internacionales, mientras que Henry, por otra parte, había alcanzado 18.026 minutos y participado en "solo" dos torneos de equipos nacionales.

KYLIAN MBAPPÉ



Evolución de apariciones acumuladas y eventos clave



Fuente: análisis de Football Benchmark

XAVI VS PEDRI - EVOLUCIÓN DE APARICIONES ACUMULADAS

XAVI

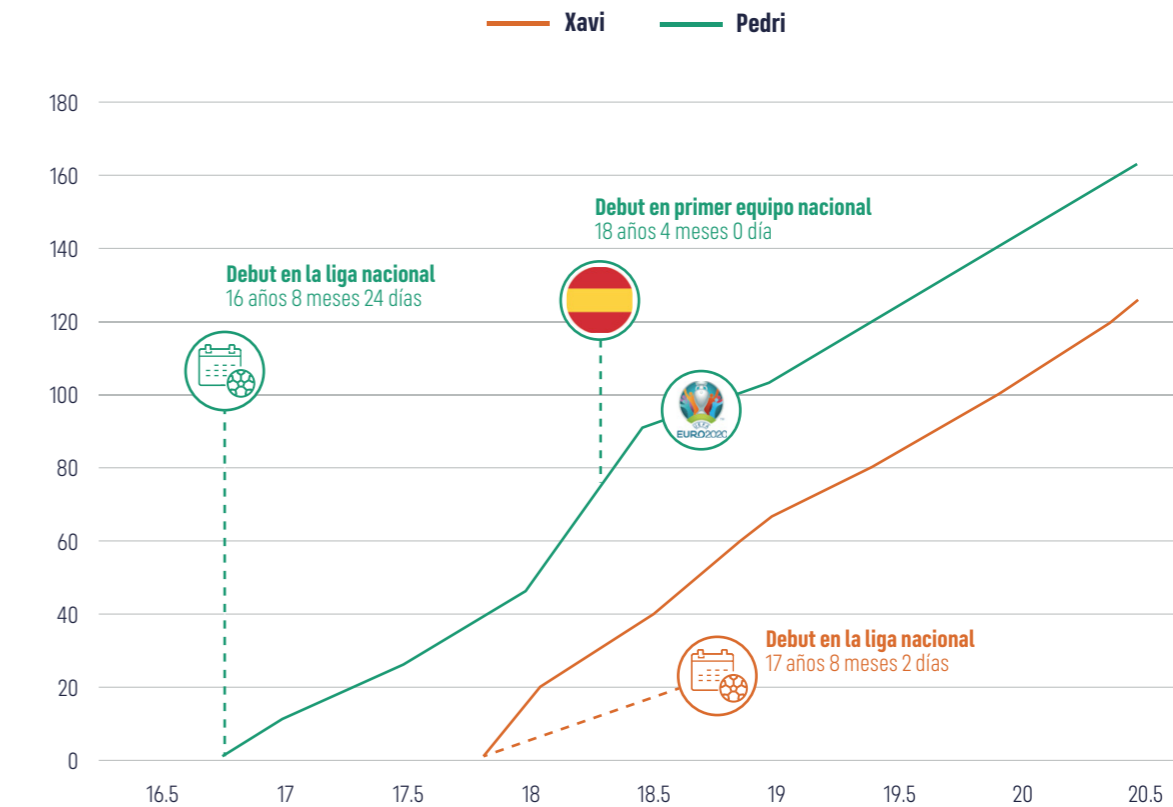


Debido a su estilo de juego similar, Pedri suele estar considerado por muchos como el sucesor de Xavi en el FC Barcelona. Pedri comenzó su carrera antes que Xavi, y para cuando cumplió los 18 años, había jugado ya más de 3.000 minutos en total: más del doble de lo que Xavi había jugado a la misma edad. Para cuando cumplió 20 años y medio, Pedri había superado ya los 12.000 minutos de juego, lo cual es un 25% más que en la métrica comparable de Xavi. Es interesante observar que ambos hicieron sus primeras apariciones en primeros equipos, en las divisiones inferiores del fútbol español (Xavi en tercera división, y Pedri en la segunda). Xavi tuvo que esperar a su primer partido con La Roja después de su 20 cumpleaños, mientras que Pedri había dejado ya su impronta en el primer equipo de la selección nacional española, al figurar en la alineación inicial del EURO de la UEFA 2020 y, posteriormente, en los Juegos Olímpicos de Tokio (Sub-23). Ello resultó en un programa sumamente exigente para el talentoso centrocampista, que jugó en 78 partidos durante un periodo de 12 meses, sin prácticamente oportunidades de descanso prolongado entre ellos. Estas circunstancias destacan la necesidad de salvaguardas obligatorias y mecanismos para el cumplimiento, a fin de proteger el bienestar de los futbolistas actuales.

PEDRI



Evolución de apariciones acumuladas y eventos clave



Fuente: análisis de Football Benchmark

RONALDINHO VS VINÍCIUS JR. - EVOLUCIÓN DE APARICIONES ACUMULADAS

RONALDINHO



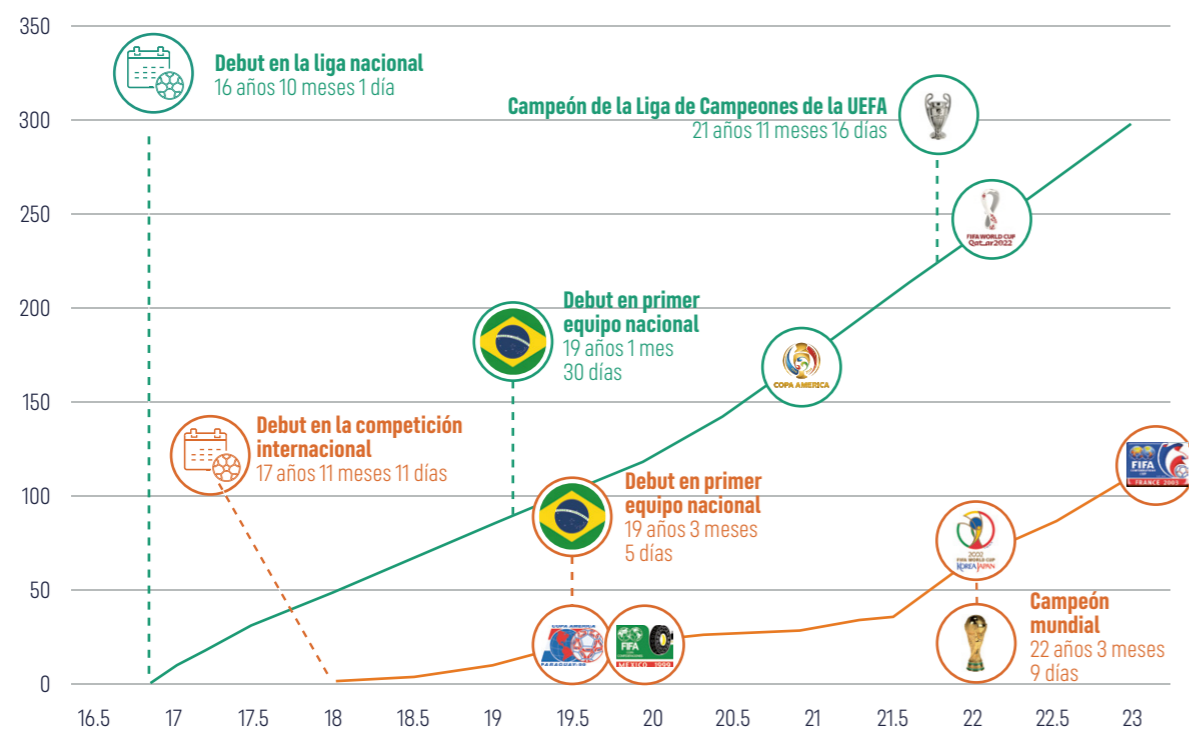
Existen similitudes entre los partidos de Vinicius Jr. y Ronaldinho; ambos siempre dispuestos a asumir la defensa. Como ganador del Ballón de Oro, el legado de Ronaldinho ha quedado bien establecido, mientras que Vinicius ha tenido un buen inicio, siendo fundamental para el éxito del Real Madrid en la Liga de Campeones, en 2021/22. No obstante, desde la perspectiva de la carga de trabajo temprana, ambos futbolistas son muy dispares. Vinicius comenzó su carrera profesional mucho antes, jugando en el primer equipo antes de cumplir los 17 años. Alcanzaba ya los 2.000 minutos (más de 49 partidos) para cuando cumplió los 18 años; a la misma edad, Ronaldinho acababa de hacer su debut. La "brecha de minutos y apariciones" entre los dos incluso se amplió con el tiempo. Actualmente, el extremo del Real Madrid registra un tiempo de juego de más del triple de minutos en su carrera (18.876 minutos) que Ronaldinho a la misma edad (7.607 minutos). Este último acumuló cerca de 50.000 minutos durante toda su carrera; Vinicius podría superar fácilmente esa cifra a principios de su treintena (si una lesión no lo impide).

VINÍCIUS JR.



Evolución de apariciones acumuladas y eventos clave

— Ronaldinho — Vinicius Jr.



Fuente: análisis de Football Benchmark





08

COSTE DE LAS LESIONES DEL JUGADOR

La saturación del calendario, sin precedentes, durante la temporada 2022/23, desafortunadamente ha contribuido a una incidencia sumamente elevada de lesiones entre los principales jugadores y mercados. Aunque los futbolistas son los determinantes más importantes del éxito de un club sobre el campo (y, en consecuencia, también del éxito financiero), las disposiciones y salvaguardas para su seguridad y recuperación suelen ser inadecuadas. En este capítulo, exploramos las estadísticas de lesiones en las principales ligas seleccionadas, así como el coste de las lesiones para los clubes y otras partes interesadas del fútbol.

08 / COSTE DE LAS LESIONES DEL JUGADOR

REVISIÓN DE LESIONES 2022/23

El fútbol moderno continúa exigiendo cada vez más a nivel físico y cognitivo; se espera que los jugadores rindan a un nivel más elevado de intensidad física y mental que nunca, con frecuencia sin el tiempo adecuado de descanso y recuperación. Los inevitables contratiempos producidos por lesión que surgen en este entorno pueden tener graves consecuencias, afectando a la trayectoria de la carrera del jugador y repercutiendo en su destino, clubes y poseedores de derechos (organizadores de la competición)¹.

Para comprender mejor el impacto de las lesiones en el fútbol profesional, esta sección analiza las lesiones sufridas por jugadores de las cinco grandes primeras divisiones europeas: Inglaterra, España, Italia, Alemania, y Francia. Con una cifra comparable de equipos que representan a cada uno de ellos en el escenario internacional, estas ligas son ideales para comparación. El análisis abarca la mayor parte de la temporada 2022/2023, desde julio de 2022 hasta finales de abril de 2022.

Cabe observar que obtener datos precisos sobre el número y el tipo de lesiones es complejo, pues los clubes no tienen obligación de publicar toda la información relativa a lesiones. Los datos presentados en esta sección se basan en la investigación de Football Benchmark sobre lesiones registradas en los medios de comunicación y, por consiguiente, no constituyen una base de datos completa.

No obstante, estos datos pueden proporcionar valiosas comprensiones acerca de la incidencia y el impacto de las lesiones en el fútbol profesional. Por otra parte, este análisis abarca únicamente ausencias vinculadas a lesiones, y no incluye las resultantes de suspensiones o enfermedad.

Finalmente, las lesiones del tejido blando se examinan también en esta sección, de manera separada. Este tipo de lesión se refiere al daño sufrido por músculos, ligamentos y tendones del cuerpo. Aunque pueden ser causadas por diversos factores, incluyendo impactos súbitos, sobreesfuerzo o deficientes prácticas de entrenamiento, suelen asociarse a una sobrecarga de trabajo, fatiga acumulada o recuperación insuficiente antes del esfuerzo excesivo posterior. Ejemplos de lesiones del tejido blando incluyen contusiones y tensiones musculares. En resumen, se registraron más de 3.000 lesiones en las cinco ligas analizadas (el 64% de ellas, lesiones del tejido blando). Teniendo en cuenta que hay 98 clubes en estas ligas, la cifra media de lesiones registradas por club excede de 30. De nuevo, esto destaca las crecientes demandas físicas y los retos que afrontan los futbolistas profesionales. En las ligas analizadas, pueden observarse interesantes conclusiones, particularmente en relación con quienes prestaron mayor atención a salvaguardas esenciales para la carga de trabajo del jugador.

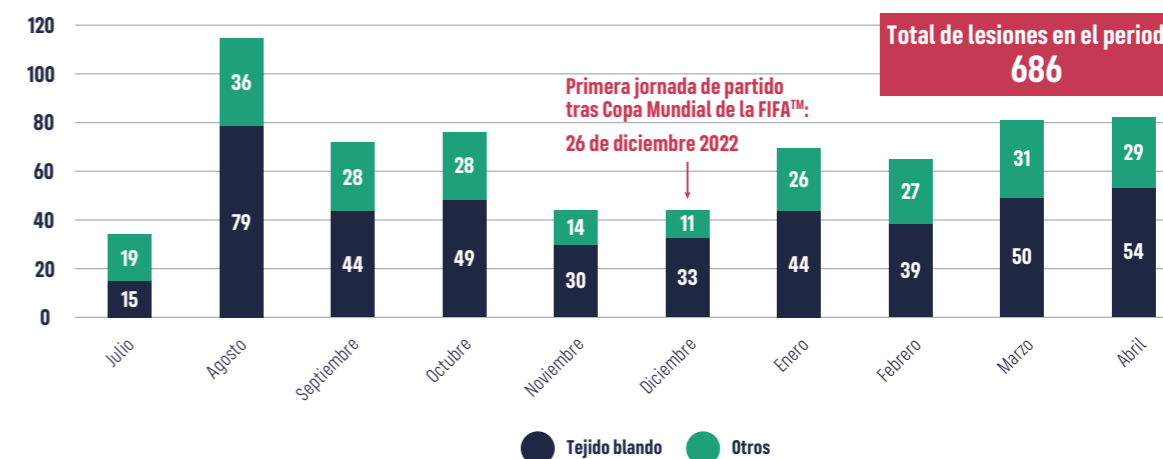


Premier League inglesa

Durante la temporada 2022/23 y hasta el final de abril, se registraron casi 700 casos de lesiones en la Premier League inglesa. De estas, aproximadamente el 63,7% se categorizaron como lesiones del tejido blando. En diciembre, las lesiones de tejido blando fueron especialmente prevalentes: tres de cada cuatro lesiones fueron de este tipo. Los ajustes en la programación crearon una notable "acumulación" de partidos que tuvieron que completarse en los meses de primavera. En última instancia, ello incrementó la saturación en la lista de encuentros posteriores a la Copa Mundial, y dio lugar a mayor número de lesiones.

Lesiones registradas durante la temporada 2022/23, por mes (Premier League inglesa)

Hasta abril de 2023



Fuente: análisis de Football Benchmark

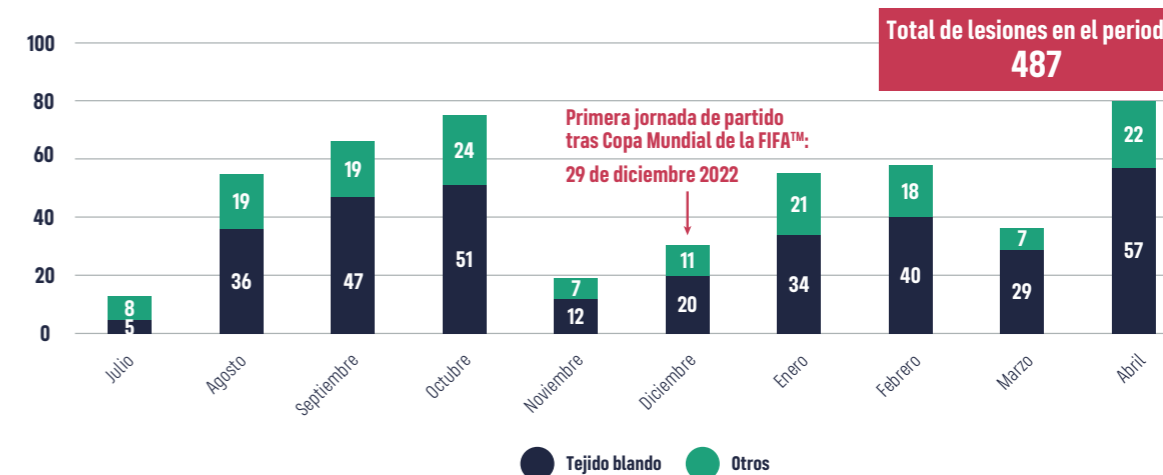


La Liga española

El primer nivel español registró un total de 487 lesiones esta temporada, hasta finales de abril de 2023, con más del 68% de ellas relacionadas con el tejido blando. Cabe destacar que octubre y abril fueron los meses más críticos en cuanto a incidencia, mientras que marzo tuvo un índice alarmantemente elevado de lesiones de tejido blando (cuatro de cada cinco). Ello podría ser resultado de la saturación de encuentros y de la fatiga posterior a la Copa Mundial, que repercutió negativamente en la salud del jugador.

Lesiones registradas durante la temporada 2022/23, por mes (La Liga española)

Hasta abril de 2023



Fuente: análisis de Football Benchmark

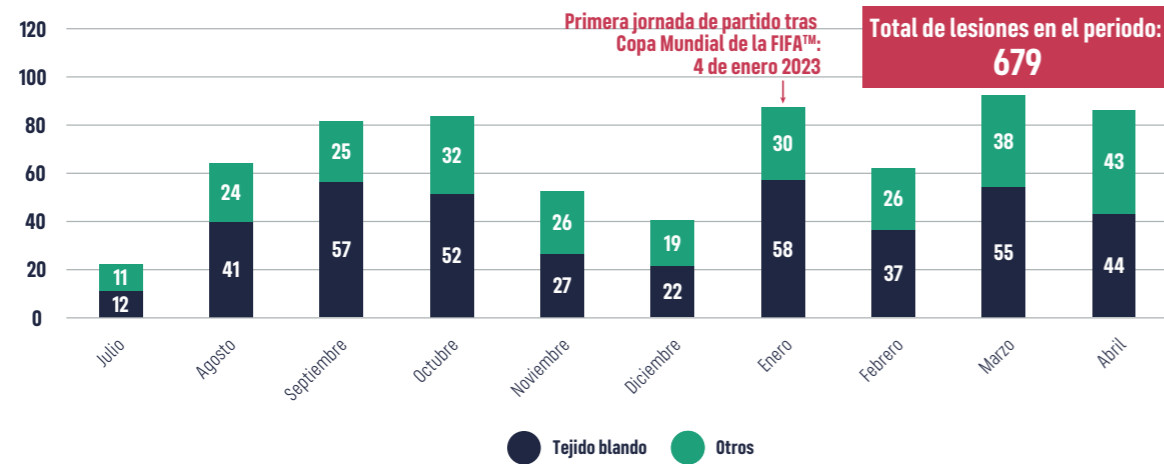
¹ Eliakim, Eyal & Morgulev, Elia & Lidor, Ronnie & Meckel, Yoav. (2020). Estimation of injury costs: Financial damage of English Premier League teams' underachievement due to injuries. BMJ Open Sport & Exercise Medicine. 6. e000675. 10.1136/bmjsem-2019-000675



Serie A italiana

En el transcurso de la temporada 2022/23 en la Serie A italiana, hubo cerca de 700 lesiones, cifra similar a la de la Premier League inglesa. Las lesiones del tejido blando representaron el 59,6% de todas las lesiones, hasta finales de abril de 2023. No menos de cuatro meses de la temporada presenciaron más de 50 casos de este tipo, lo que apunta a una tendencia preocupante. Los datos muestran también un incremento evidente en las cifras de lesiones, posteriormente a la Copa Mundial.

Lesiones registradas durante la temporada 2022/23, por mes (Serie A italiana)
Hasta abril de 2023



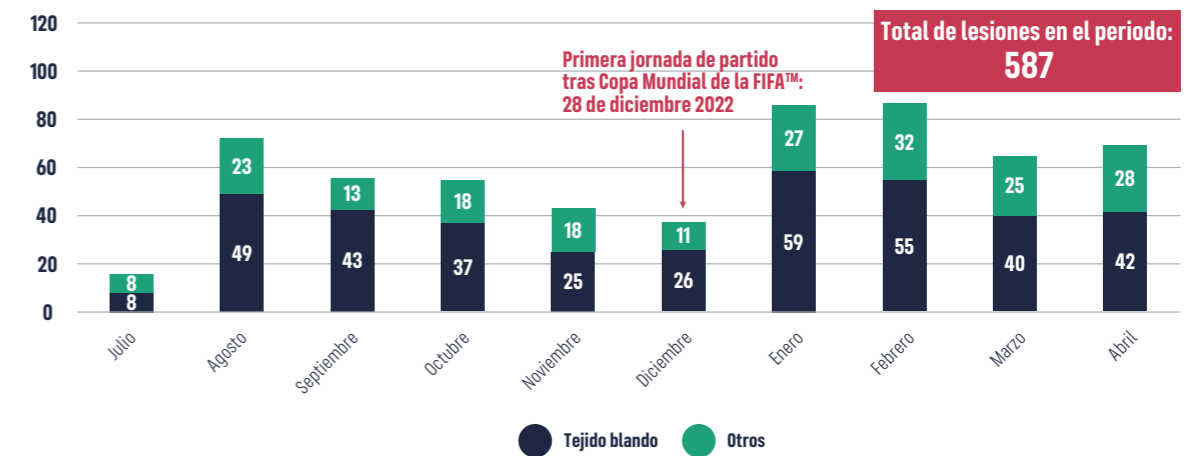
Fuente: análisis de Football Benchmark



Ligue 1 francesa

El récord de lesiones para los clubes de la primera división francesa siguió un patrón similar al de otras principales ligas europeas. El inicio de la temporada en julio-agosto de 2022 fue notorio, pues los clubes registraron cerca de 100 lesiones. Esto fue seguido por un descenso gradual en las cifras, de un mes a otro, debido principalmente a la Copa Mundial celebrada en Qatar, y a la pausa obligada para el fútbol de clubes. Sin embargo, la reanudación posterior al torneo parece haber sido especialmente difícil para la liga francesa: en torno a un tercio de todas las lesiones registradas en 2022/23 se produjeron en enero y febrero, cuando las estadísticas repuntaron súbitamente. Las lesiones en tejidos blandos fueron bastante comunes en este periodo, representando el 65% del total.

Lesiones registradas durante la temporada 2022/23, por mes (Ligue 1 francesa)
Hasta abril de 2023



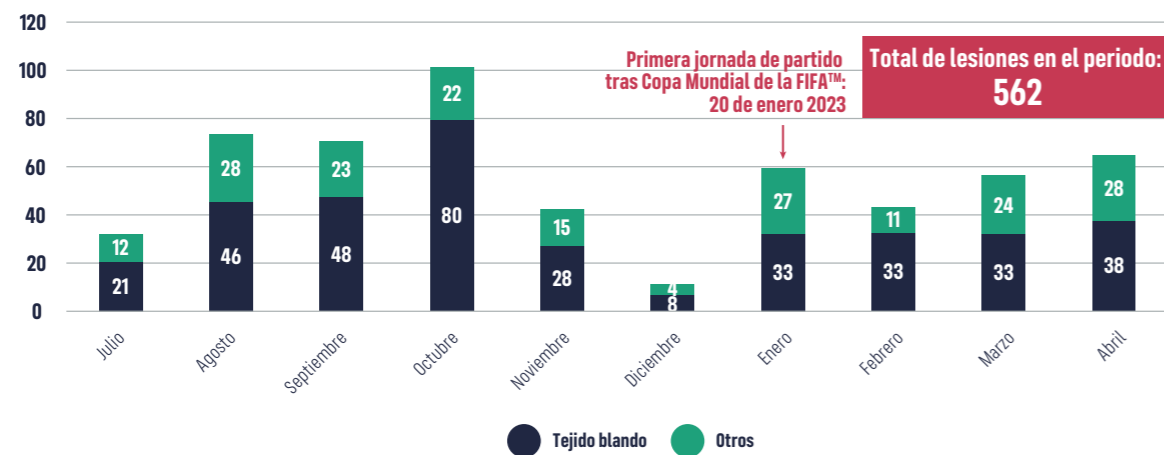
Fuente: análisis de Football Benchmark



Bundesliga alemana

Aunque tan solo 18 equipos componen la Bundesliga (dos menos que en las otras "cinco grandes" ligas), el número total de lesiones registradas en el periodo analizado es parejo a otras: 562. La característica peculiar de la primera división alemana es el pico en octubre de 2022 (justo antes de la Copa Mundial), con 102. Esta es una de las mayores cifras para un solo mes, entre todas las "cinco grandes" ligas. El apretado programa proporciona una explicación para ello. Además de los partidos de liga, la segunda ronda del DFB-Pokal se celebró en octubre, así como tres rondas de la competición europea de clubes, con ocho clubes alemanes (casi la mitad de la liga) participando en la Liga de Campeones, la Europa League, o la Liga Europa Conferencia.

Lesiones registradas durante la temporada 2022/23, por mes (Bundesliga alemana)
Hasta abril de 2023



Fuente: análisis de Football Benchmark



CONSECUENCIAS DEPORTIVAS Y ECONÓMICAS DE LAS LESIONES DEL JUGADOR

Aunque las lesiones de los jugadores indudablemente tienen un impacto considerable a nivel de rendimiento de un equipo, es también importante reconocer que las consecuencias van más allá de lo meramente deportivo. El hecho de que futbolistas clave se vean obligados a observar desde los laterales durante extensos periodos de tiempo puede afectar negativamente el rendimiento del equipo. Además, las lesiones pueden tener un profundo impacto económico en el desempeño del club, tanto a nivel nacional como internacional.

Las consecuencias no terminan ahí. Los jugadores populares atraen seguidores y elevan la propuesta de valor de las competiciones, incrementando los ingresos derivados de las ventas de entradas, patrocinios y derechos de retransmisión. Por consiguiente, es crucial para todas las partes interesadas, incluyendo clubes, seguidores y ligas, garantizar que los jugadores estén disponibles para jugar y mantener su poder de atracción y competitividad.

Mediante el examen de equipos específicos de las "cinco grandes" ligas, esta sección presenta el impacto de las lesiones de los jugadores, tanto desde la perspectiva deportiva como la económica. Los dos equipos escogidos para análisis experimentaron un descenso en su desempeño durante la temporada 2022/23, en comparación con la anterior, debido, en parte, a las lesiones sufridas por sus jugadores clave.

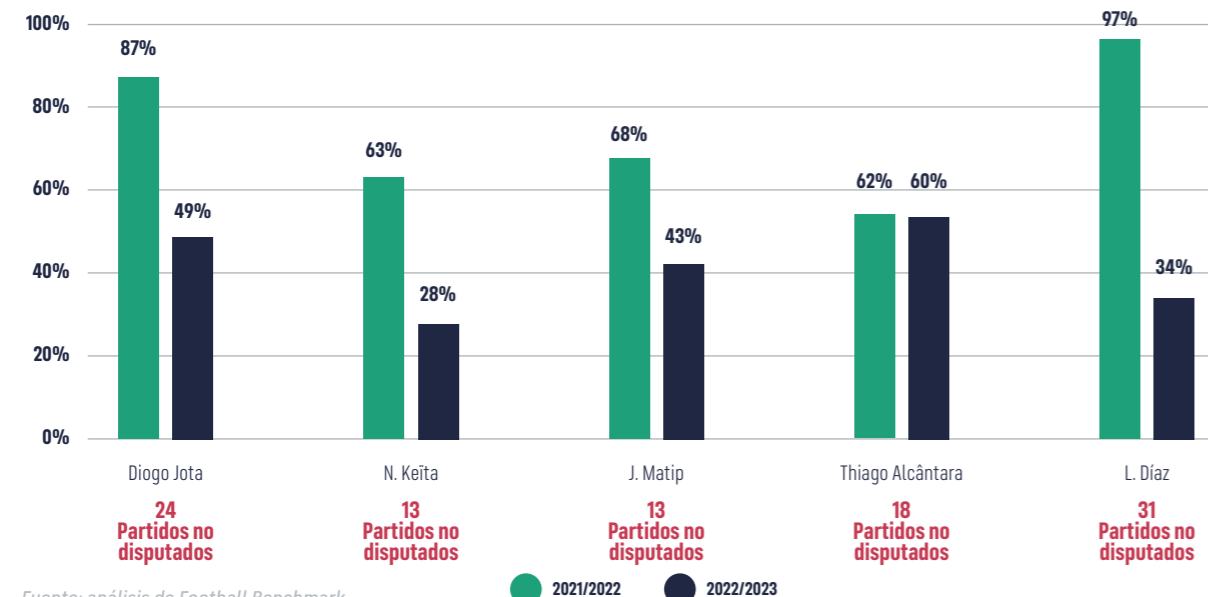
LIVERPOOL FC (PREMIER LEAGUE INGLESA)



El Liverpool FC, que disputó el título de liga hasta la última jornada de partido de la temporada anterior, afrontó notables obstáculos en la temporada 2022/23. El equipo ha estado luchando, debido a la indisposición de diversos jugadores clave, con lesiones y problemas de adecuación física, afectando a la mayoría de los partidos. Como resultado, 19 futbolistas no han podido jugar al menos un partido de la Premier League inglesa hasta la Jornada de partido 35, lo que ha contribuido notablemente al peor desempeño del equipo.

Aunque hubo otros factores agravantes, la ausencia de jugadores clave sin duda ha repercutido en el desempeño del Liverpool esta temporada, llevando al equipo a no obtener un puesto para participar en la Liga de Campeones de la UEFA por primera vez desde la temporada 2015/16. El impacto de ello pudo sentirse en las finanzas del club, pues los cálculos iniciales sugieren que podrían perderse hasta el 60% de los ingresos generados en la próxima temporada de las competiciones de la UEFA, en comparación con esta temporada, aunque ganaran la Europa League de la UEFA en 2023/24, además de menores ingresos procedentes del esquema de distribución central de la Premier League inglesa.

Porcentaje de partidos disputados (2021/22 vs. 2022/23) y partidos no disputados debido a lesión, en 2022/23.



Fuente: análisis de Football Benchmark

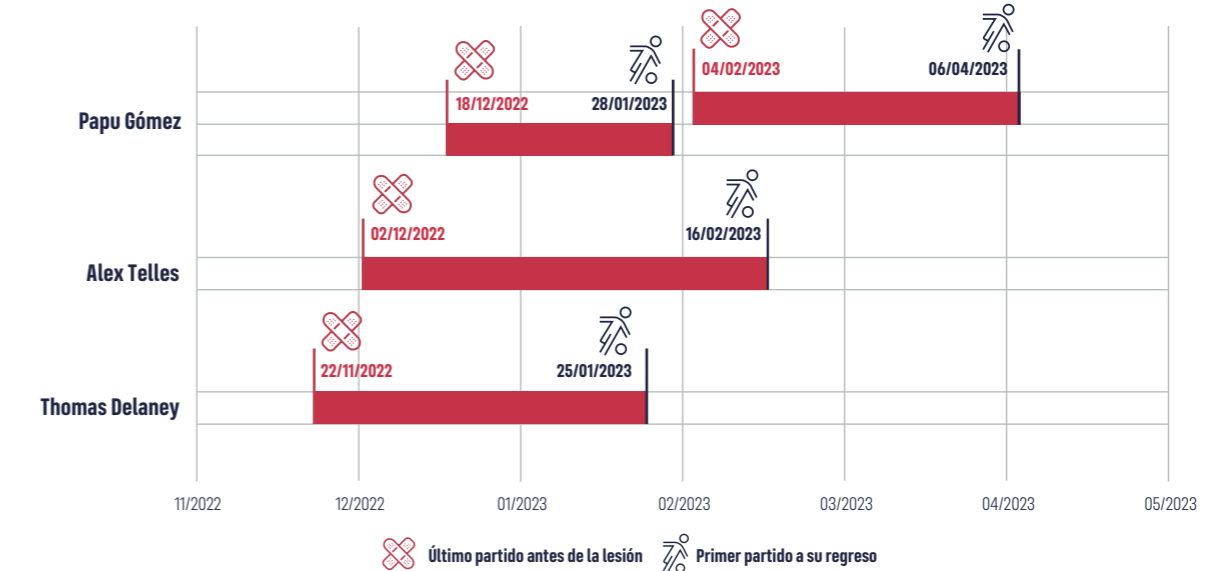
SEVILLA FC (LALIGA ESPAÑOLA)



El Sevilla FC, equipo con un sólido historial en competiciones de clubes europeos cosechada durante la última década, sufrió un notable declive en su desempeño nacional esta temporada. Participar en diversas competiciones requiere un sólido equipo, pero este quedó afectado por una cifra notable de lesiones a lo largo de la temporada, incluyendo algunas que requirieron bajas a largo plazo. Las lesiones a largo plazo y las recaídas debidas a una lesión previa afectaron a jugadores como Tecatito Corona, Marcão, y Karim Rekik, a lo largo de la temporada.

La situación fue agravada por los periodos de partidos internacionales. Por ejemplo, tras la Copa Mundial de la FIFA 2022™, tres de los jugadores participantes regresaron lesionados: Papu Gómez (Argentina), Alex Telles (Brasil) y Thomas Delaney (Dinamarca). Estuvieron inactivos durante al menos 40 días tras finalizar su torneo. Más aún, Papu Gómez volvió a lesionarse poco tiempo después, y tuvo que ausentarse muchos meses tras su regreso.

Jugadores internacionales del Sevilla FC que volvieron lesionados de la Copa Mundial



Fuente: análisis de Football Benchmark

Las lesiones siguieron acumulándose durante el periodo internacional de marzo, con Bryan Gil retirándose de la selección nacional española debido a lesión, y Pape Gueye viéndose obligado a acortar su presencia en el equipo de Senegal. El mes de abril trajo también malas noticias para el equipo, pues Joan Jordán y Tanguy Nianzou se unieron a la creciente lista de jugadores lesionados.

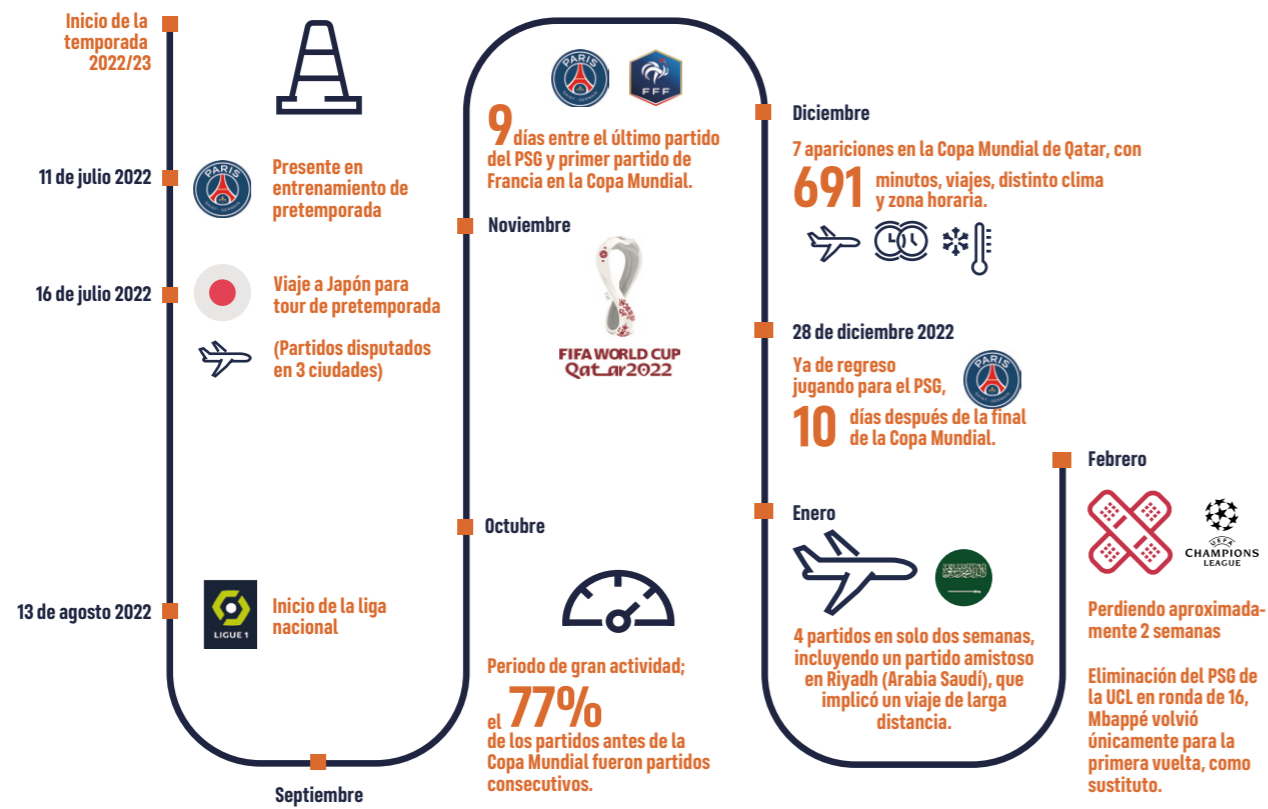
Teniendo en cuenta estas lesiones, el Sevilla FC afrontó una batalla ascendente para mantener su ventaja competitiva en los frentes nacional y europeo. A menos que gane la Liga Europea de la UEFA, no participará en ninguna competición continental por primera vez en 10 años, perdiendo un porcentaje significativo de sus ingresos.

Indudablemente, las lesiones fueron un factor que contribuyó notablemente al rendimiento inferior del Sevilla FC esta temporada, lo que se agravó con otros retos que afrontó el equipo. Esta situación no es única, pues muchos equipos pueden ser víctima de una crisis de lesiones que puede poner en riesgo su rendimiento general y tener efectos colaterales en las finanzas del club. Por lo tanto, es muy importante para los clubes impedir que sobrevengan estas crisis, en la medida de sus posibilidades.

Otros clubes pierden a jugadores clave en momentos clave

Las lesiones de los jugadores estrella no afectan únicamente a los clubes a nivel individual, sino que también repercuten negativamente en el equilibrio competitivo general y en el valor comercial de las competiciones futbolísticas. La ausencia de talentos excepcionales debilita a los equipos y reduce la intensidad y la imprevisibilidad que anhelan los seguidores. Kylian Mbappé fue uno de los últimos ejemplos de ello, pues no pudo recuperarse plenamente para el primer tramo del París Saint-Germain FC, jugando con el FC Bayern de Múnich en la Ronda de 16 equipos de la Liga de Campeones de la UEFA.

Carga de viajes de Kylian Mbappé - 2022/23



Fuente: análisis de Football Benchmark

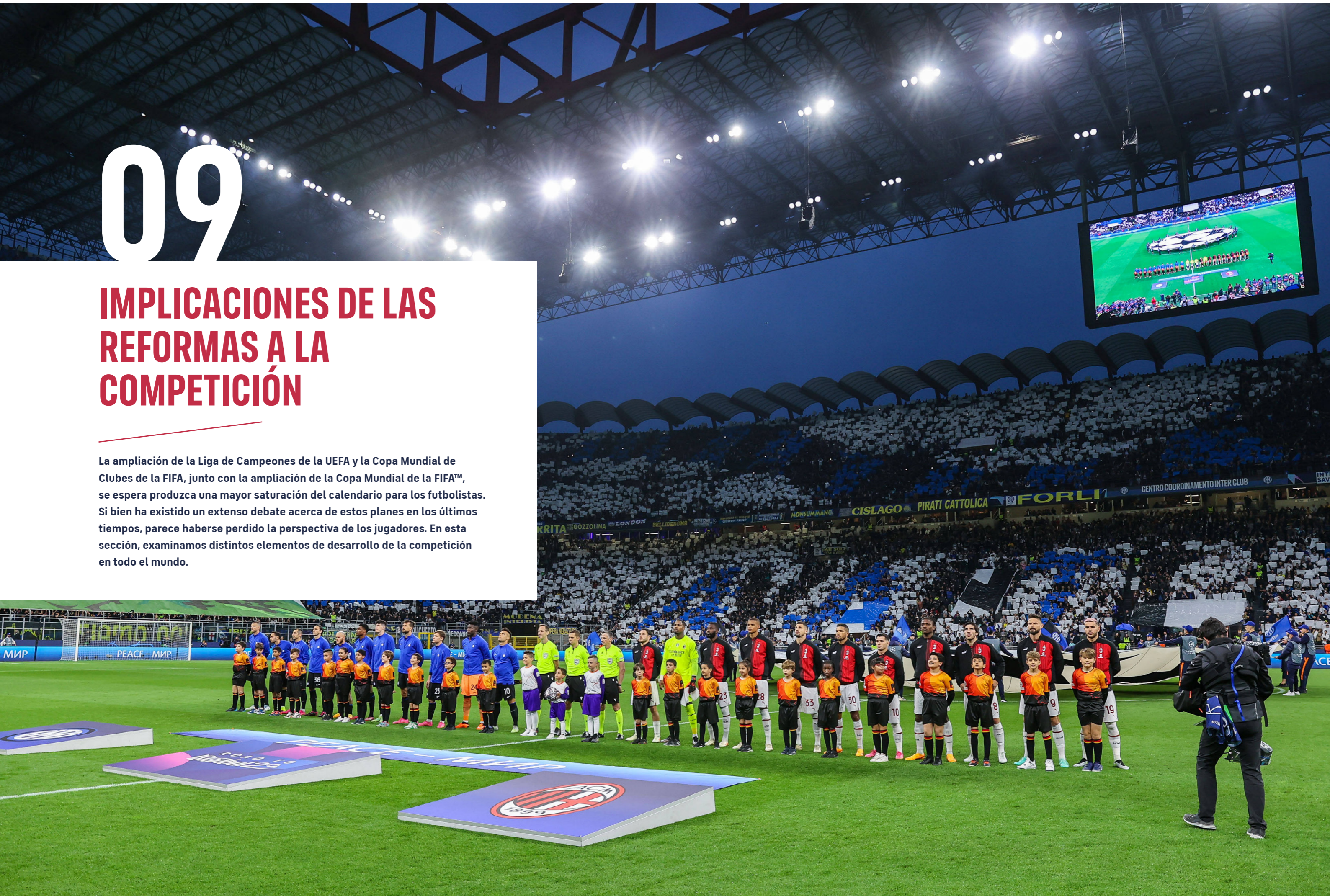
Debería redundar en el mejor interés de todas las partes interesadas participantes priorizar el bienestar del jugador, prevenir lesiones y mitigar las consecuencias si se producen, así como garantizar una rehabilitación adecuada.



09

IMPLICACIONES DE LAS REFORMAS A LA COMPETICIÓN

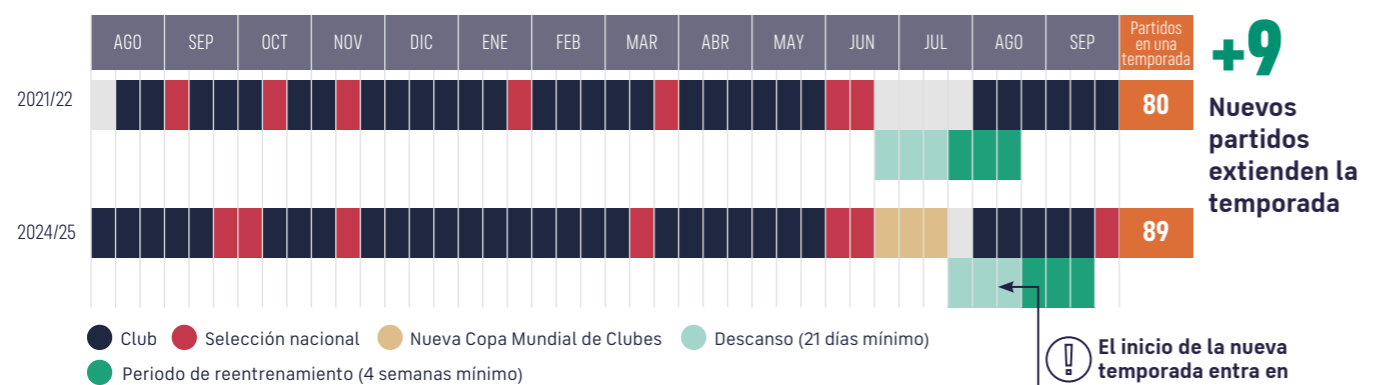
La ampliación de la Liga de Campeones de la UEFA y la Copa Mundial de Clubes de la FIFA, junto con la ampliación de la Copa Mundial de la FIFA™, se espera produzca una mayor saturación del calendario para los futbolistas. Si bien ha existido un extenso debate acerca de estos planes en los últimos tiempos, parece haberse perdido la perspectiva de los jugadores. En esta sección, examinamos distintos elementos de desarrollo de la competición en todo el mundo.



09 / IMPLICACIONES DE LAS REFORMAS A LA COMPETICIÓN

COMPARACIÓN DEL CALENDARIO: 2021/22 VS

Nuevo calendario tras cambios en Liga de Campeones de la UEFA y en Copa Mundial de Clubes de la FIFA



Fuente: análisis de Football Benchmark

El nuevo formato de la Liga de Campeones de la UEFA, implementado a partir de 2024/25, incluye un cambio importante en la estructura del torneo. Además de incrementar el número de participantes de 32 a 36, la tradicional fase de grupos, con ocho grupos, será reemplazada por un grupo único, siguiendo el "modelo suizo". Cada equipo jugará 8 partidos contra distintos oponentes, con los ocho primeros clasificándose directamente para la fase eliminatoria. Los clubes situados entre las posiciones 9 y 24 se enfrentarán entre sí, en una eliminatoria de dos partidos, para unirse a los otros ocho. Si un equipo tuviera que avanzar todo el camino hasta la final a lo largo de esta ronda adicional de eliminatorios, jugaría 17 partidos, en lugar de los 13 que es posible jugar en la estructura actual.

Se espera que este cambio incremente las fuentes de ingresos de la UEFA, y que mejore las posibilidades de que los clubes principales compitan y avancen en el torneo. En parte, ello vino como respuesta a la amenaza del proyecto de la Super Liga europea.

El nuevo formato de la Copa Mundial de Clubes de la FIFA arrancará también en 2025. El torneo se ampliará, de siete a 32 clubes, e incluirá una fase de grupos. Un club que llegue a la final podría terminar jugando siete partidos: un aumento significativo.

Se espera que la Copa Mundial de Clubes se celebre en junio-julio, justo tras el final de la larga temporada de clubes para la mayoría de los participantes. Sin duda, ello seguirá reduciendo el periodo de descanso fuera de temporada para muchos jugadores, y planteará inquietudes acerca de su capacidad para recuperarse plenamente a tiempo para la nueva temporada. Además, también se asociará al torneo una elevada carga de viajes.

En última instancia, las reformas de los dos principales torneos incrementarán el número de partidos disputados por los principales futbolistas, que posiblemente podrían figurar en ambos. Ello plantea una amenaza para el bienestar de los jugadores, que ya están siendo empujados a su límite con el actual calendario internacional de partidos.

PROYECCIÓN DEL CALENDARIO: JUGADOR DE ÉLITE

	Todos los partidos posibles de un jugador de élite en 2021/22	Calendario 2021/22 de Diogo Jota	Todos los partidos posibles de un jugador de élite en 2024/25 (proyección)	Calendario 2024/25 de Diogo Jota (proyección)
Premier League	38	35	38	34
FA Cup	6	4	6	4
EFL Cup	6	5	6	5
Community Shield	1	-	1	-
UEFA Champions League	13	11	17	14
FIFA Club World Cup	2	-	7	5
UEFA Super Cup	1	-	1	1
Total partidos de club	67	55	76	62
Partidos de selección nacional	13	9	13	9
Total de partidos	80	64	89	72

+11%

Posible incremento de hasta el 11% en la carga de partidos

Fuente: análisis de Football Benchmark

Nota 1: se incluyen también en el análisis competiciones vinculadas a los resultados de la temporada anterior (p.ej., Supercopa de la UEFA y Community Shield).

Nota 2: asumimos que el número de partidos de la selección nacional en 2024/25 se mantendrá sin cambios, en comparación con 2021/22.

Para ilustrar la carga extra que podrían conllevar las reformas a la competición para los futbolistas de primer nivel, comparemos el marco actual con la temporada 2024/25 (cuando deben introducirse las reformas estructurales de las competiciones). Para este ejercicio, hemos resumido el número máximo teórico de partidos en que podría participar un jugador de uno de los primeros clubes de la Premier League inglesa, dando por hecho que alcanza la final de cada competición.

La temporada 2021/22 se seleccionó como punto de partida, al no incluir un torneo principal de selección nacional para la mayoría de los futbolistas. Con los nuevos formatos de la Liga de Campeones de la UEFA y la Copa Mundial de Clubes de la FIFA, la cifra total de posibles partidos al alcance de un jugador de primer nivel se incrementó de 80 a 89 partidos (incluyendo las apariciones en la selección nacional). Estos nueve partidos adicionales equivalen a un incremento del 11%. Con la inclusión adicional de los encuentros de pretemporada, y en particular con la proliferación de torneos organizados en pretemporada, en los que figuran clubes europeos de élite en los Estados Unidos, el total de partidos para los futbolistas de élite posiblemente supere la cifra de 90 por temporada.

En la práctica, ¿cuál es el impacto esperado sobre el jugador? Tomemos el ejemplo de Diogo Jota, del Liverpool FC. En la temporada 2021/22, el delantero fue uno de los jugadores a los que el equipo recurrió con mayor frecuencia, con 55 apariciones al llegar a las finales de tres competiciones de copa. Además, jugó también para la selección nacional portuguesa, en nueve ocasiones. Dando por hecho que el Liverpool podría alcanzar un éxito similar en 2024/25 con un calendario extendido, que Jota juegue un porcentaje similar de partidos al que ya jugó en 2021/22, y que el número de partidos de selección nacional continúe siendo el mismo, entonces podría estar sobre el campo de juego en 72 partidos. En otras palabras, jugaría 1,5 veces cada semana, a lo largo de la temporada.

Además, como se ha observado previamente, el jugador no tendrá suficientes días de descanso al final de la temporada 2024/25 para preparar la siguiente temporada, debido a su participación en la Copa Mundial de Clubes de la FIFA durante el verano. Aunque esta es solo una proyección, dada la presión sobre los clubes para jugar siempre sus mejores alineaciones, una carga de trabajo tan extrema podría convertirse en poco tiempo en una realidad para muchos.

10

TRANSICIÓN AL ÍNDICE DE LA CARGA DE TRABAJO DEL JUGADOR

Con la introducción de la plataforma de datos para el Seguimiento de la carga de trabajo del jugador (SCTJ) en 2021, nuestro objetivo fue proporcionar una perspectiva centrada en el jugador acerca de la carga de trabajo en la industria del fútbol y realizar un seguimiento preciso de las crecientes demandas de trabajo sobre los futbolistas profesionales para aumentar la concienciación en torno a la necesidad de establecer salvaguardas para el jugador y calendarios de partidos más sostenibles. Ahora, quisiéramos llevar la iniciativa un paso más allá, e introducir el Índice sobre la Carga de trabajo del jugador (ICTJ), que aspira a hacer la carga de trabajo del jugador todavía más accesible mediante una métrica sencilla, capaz de resumir y comparar la carga de trabajo de los profesionales desde distintas perspectivas.



MARCO METODOLÓGICO DE TRABAJO

Con las exigencias físicas y mentales sobre los futbolistas alcanzando niveles sin precedentes en los últimos años, existe una necesidad creciente de medidas exhaustivas y precisas en lo relativo a la carga de trabajo del jugador. En respuesta a ello, FIFPRO ha creado el Índice sobre la Carga de trabajo del jugador (ICTJ) como componente de la plataforma para el Seguimiento de la carga de trabajo del jugador (PWM). Si bien el lanzamiento pleno del índice tendrá lugar a lo largo de lo que queda del año, en este informe quisiéramos presentar los componentes principales.

El objetivo era apoyar el debate en torno a la carga de trabajo del jugador con una métrica simple, fácilmente explicable y comparable, que capte los aspectos más importantes de lo que un futbolista profesional debe abordar. Desarrollado conjuntamente por FIFPRO y Football Benchmark, y validado por expertos en ciencia del deporte y análisis del desempeño, integran el ICTJ cuatro pilares. El ICTJ general de un jugador en un momento dado es la media ponderada de esos cuatro pilares.

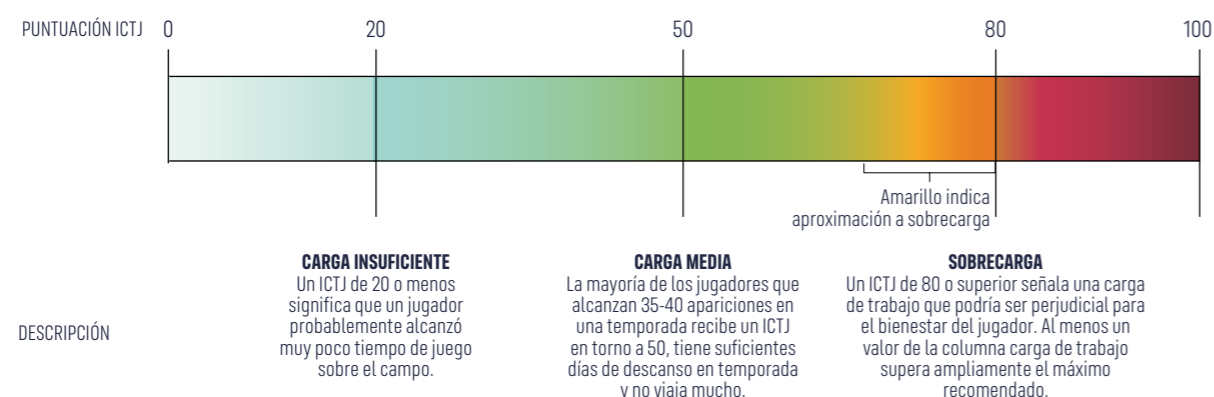
CARGA DE TRABAJO SOBRE EL CAMPO DE JUEGO – los indicadores vinculados a la carga de partidos, tales como el número de apariciones y de minutos jugados, así como las dimensiones vinculadas a los partidos consecutivos, se combinan en una medida única.

TIEMPO DE DESCANSO – tiempo de descanso y recuperación permitido entre partidos, durante la temporada. La atención se centra especialmente en extensos periodos de apariciones en partidos consecutivos.

CARGA DE VIAJES – indicadores de viajes internacionales y transfronterizos, por avión, tales como la distancia de viaje y el cruce de zonas horarias, se incluyen en esta columna.

DESCANSOS EN TEMPORADA – tiempo pasado enteramente fuera del entorno del club y/o de la selección nacional. Los descansos en temporada y fuera de temporada se tienen en cuenta para esta columna.

Para cada jugador, el ICTJ se presenta en una escala de 0 a 100. Cuando la puntuación ICTJ de un jugador alcanza 80, indica que se aproxima al umbral máximo de la carga de trabajo que recomiendan los expertos. Para apoyar la comprensión intuitiva del concepto, se muestran también los valores ICTJ mediante un esquema de color, a imitación de un semáforo:



El ICTJ en un momento dado abarca siempre las dimensiones de la carga de trabajo del jugador en los últimos 12 meses. Los cambios en el marcador a lo largo del tiempo indican fluctuaciones en la carga de trabajo del jugador debido a uno o múltiples factores. El ICTJ también puede emplearse como un "sistema de advertencia temprana": cuando la puntuación de un jugador muestra una tendencia ascendente durante un periodo extenso y se aproxima a niveles de "sobrecarga", significa potencialmente que dicho jugador debería poder disfrutar algún descanso, en interés de su bienestar a largo plazo.

En las siguientes secciones, seguimos ilustrando el funcionamiento interno del ICTJ, enumerando los 10 principales jugadores con la mayor puntuación ICTJ al final de la temporada 2022/23, así como mostrando su evolución a lo largo del tiempo, mediante el ejemplo de futbolistas seleccionados.

PUNTUACIONES ICTJ ELEVADAS PROCEDENTES DE TODO EL MUNDO

Periodo analizado: (1 de mayo de 2022 - 1 de mayo de 2023)

Nombre del jugador	Posición	Nacionalidad	Liga - Nivel	Confederación de la liga	Puntuación ICTJ
Ligas europeas					
Bruno Fernandes	Centrocampista		Inglaterra - 1	UEFA	94.7
Attila Szalai	Defensa		Turquía - 1	UEFA	94.1
Federico Valverde	Centrocampista		España - 1	UEFA	91.4
Odysseas Vlachodimos	Portero		Portugal - 1	UEFA	91.1
Marquinhos	Defensa		Francia - 1	UEFA	86.6
Lautaro Martinez	Delantero		Italia - 1	UEFA	85.9
Hyun-Seok Hong	Centrocampista		Bélgica - 1	UEFA	85.7
Joao Cancelo	Defensa		Alemania - 1	UEFA	85.6
Orkun Kökcü	Centrocampista		Países Bajos - 1	UEFA	80.8
Alistair Johnston	Defensa		Escocia - 1	UEFA	79.3
Ligas no europeas					
Gustavo Gómez	Defensa		Brasil - 1	CONMEBOL	85.5
Jesus Angulo	Defensa		México - 1	CONCACAF	84.6
Anthony Contreras	Delantero		Costa Rica - 1	CONCACAF	84.4
José Cifuentes	Centrocampista		Estados Unidos - 1	CONCACAF	83.0
Ali Maâloul	Defensa		Egipto - 1	CAF	82.1
Derlis Gonzalez	Delantero		Paraguay - 1	CONMEBOL	74.9
Valeri Qazaishvili	Centrocampista		Corea del Sur - 1	AFC	73.3
Saud Abdulhamid	Defensa		Arabia Saudí - 1	AFC	68.6
Yahya Jabrane	Centrocampista		Marruecos - 1	CAF	65.0
Craig Goodwin	Delantero		Australia - 1	AFC	55.7

Fuente: análisis de Football Benchmark

Nota: solamente se tuvo en cuenta a jugadores que están en la muestra de la plataforma SCTJ (1.500 futbolistas).

Teniendo en cuenta la amplia variedad de ligas de todo el mundo incluidas en la plataforma SCTJ, hemos seleccionado una muestra de 20 jugadores, en la que cada uno de ellos representa una liga nacional diferente. Su característica común es que alcanzan las mayores puntuaciones del Índice sobre la Carga de trabajo del jugador (ICTJ) en sus respectivas ligas, entre los jugadores incluidos actualmente en la plataforma SCTJ.

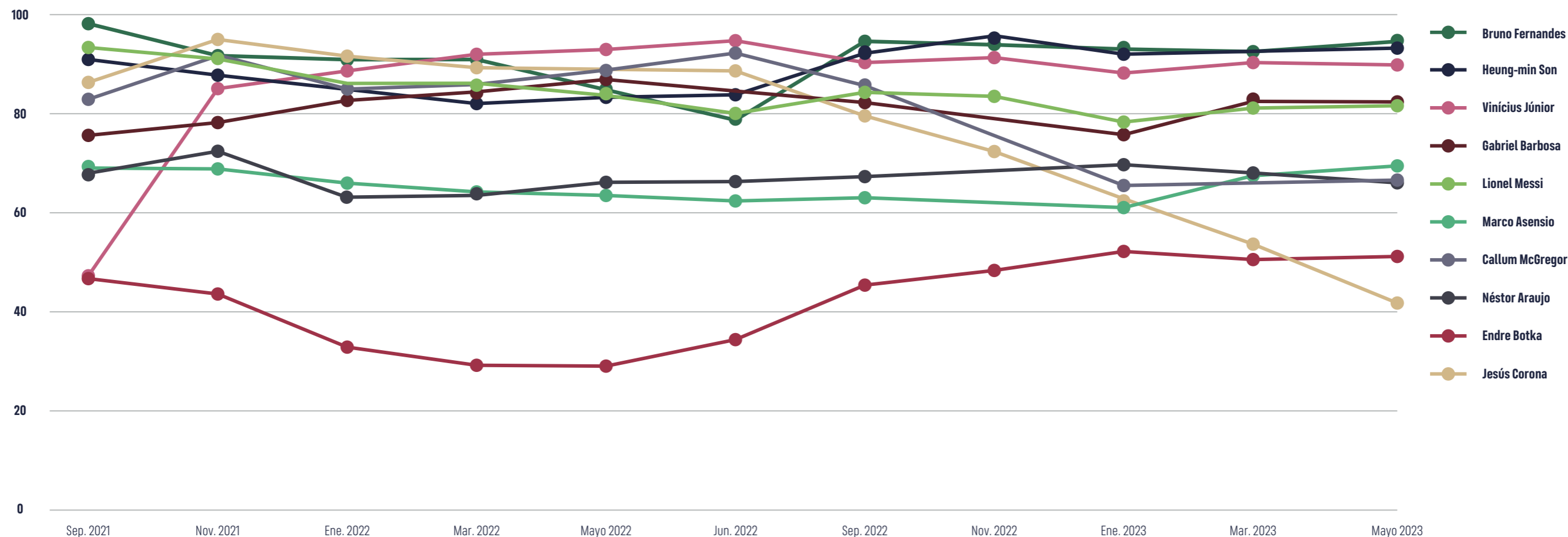
La selección representa una diversa gama de posiciones y grupos de edad (desde principios de la veintena a finales de la treintena). También se tuvo en cuenta a los guardametas, aunque poseen una "ventaja" inherente en cuanto al ICTJ, debido a su tiempo de juego, típicamente superior, que en otras posiciones.

Además de los minutos jugados, muchos otros factores pueden contribuir a una puntuación elevada en el ICTJ, como carga de partidos, tiempo de recuperación limitado, menos descansos en temporada y extensos viajes. Bruno Fernandes (cuya carga de trabajo se analiza más detalladamente en la sección 'Enfoque sobre los futbolistas' del informe), lidera el ranking global de la muestra, como resultado de su extenuante carga de partidos, en combinación con considerables viajes internacionales y un tiempo limitado de descanso y recuperación.

La tabla muestra que es en las principales ligas europeas donde se espera que los jugadores alcancen las puntuaciones más elevadas en el ICTJ, especialmente si son jugadores de selección nacional que tienen que viajar regularmente a otros continentes en misión internacional. Igualmente, es interesante observar que ninguno de los jugadores de las ligas AFC (asiáticas) alcanzó el umbral de 80. En parte, ello podría atribuirse a que la Liga de Campeones de la AFC actualmente está experimentando un gran cambio de formato: dado que está cambiando a un formato de otoño-primavera, ha habido menos partidos de lo habitual en el periodo analizado.

EVOLUCIÓN HISTÓRICA

Evolución del ICTJ de los futbolistas seleccionados, desde el 1 de septiembre de 2021.



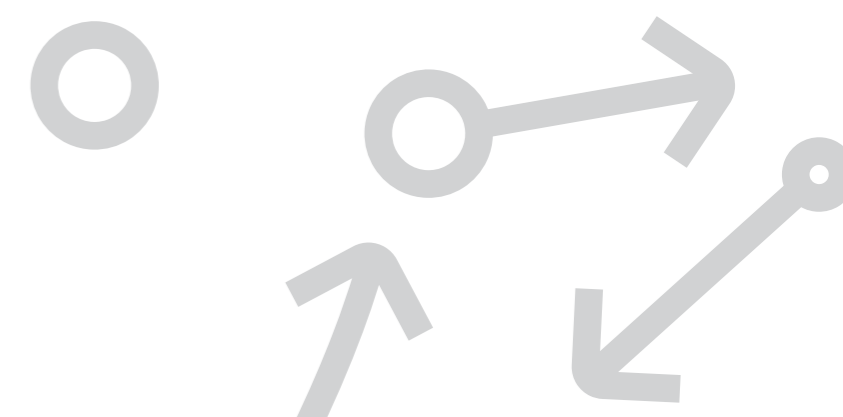
Fuente: análisis de Football Benchmark

En esta sección, presentamos el concepto ICTJ desde otra perspectiva. En lugar de un ranking en un solo momento temporal, presentamos aquí la evolución bimensual de los ratings del ICTJ para una muestra de futbolistas, comenzando desde el 1 de septiembre de 2021 hasta el 1 de mayo de 2023. Los jugadores expuestos aquí fueron escogidos para reflejar perfiles diversos (futbolistas sin carga de partidos internacionales, jugadores habituales de la selección nacional, etc.), a fin de demostrar la eficacia del ICTJ a la hora de captar los matices de la carga de trabajo y su aplicabilidad entre diversos perfiles de jugadores. Desde talentos nacionales a estrellas internacionales, esta selección permite una exhaustiva evaluación de la dinámica de la carga de trabajo, presentando el Índice como una valiosa herramienta de seguimiento. Mediante el seguimiento de los cambios en las calificaciones del ICTJ a lo largo del tiempo, accedemos a una comprensión más profunda de cómo las cargas de los jugadores fluctúan entre y durante las temporadas, y ello nos permite evaluar también el impacto de factores como lesiones, competiciones internacionales, saturación de encuentros, etc.

Los expertos recomiendan un ICTJ máximo de 80; este umbral sirve como punto de referencia para evaluar la carga de trabajo de los futbolistas e identificar posibles riesgos asociados al sobre esfuerzo. Futbolistas de élite como Heung-min Son superan siempre este umbral, lo que plantea un grave riesgo para su salud física y mental, así como para la

extensión de la carrera del jugador.

El impacto de los cambios durante la temporada se ejemplifica por Bruno Fernandes, cuya mayor carga de trabajo durante la evolución a fases avanzadas en 2022/23 y en la participación en la Copa Mundial de la FIFA™ afectaron a los cuatro pilares del ICTJ. A la inversa, Jesús Corona no acudió al evento de Qatar debido a una grave lesión sufrida al principio de la temporada: como tuvo que perder mucho tiempo, su puntuación ICTJ comenzó a descender. De manera similar, Callum McGregor, prominente jugador del Celtic FC, registró un descenso en su ICTJ tras sufrir una lesión en octubre de 2022, que le obligó a ausentarse durante cierto tiempo. Por otra parte, futbolistas como Marco Asensio, que tienen oportunidades de inicio limitadas, normalmente recaen bajo el umbral de 80. De igual manera, Endre Botka, que juega en una liga de tan solo 12 equipos, experimentó un programa menos exigente, incluso cuando participó en competiciones internacionales de copa con el Ferencvárosi TC y jugó para la selección nacional de Hungría.



11

METODOLOGÍA


Los hallazgos presentados en este informe se basan principalmente en la metodología y la métrica de la plataforma para el Seguimiento de la carga de trabajo de los jugadores (SCTJ) de FIFPRO, que abarca el partido, descanso y recuperación, viaje y otras estadísticas sobre carga de trabajo de los futbolistas profesionales de todo el mundo.




TÉRMINOS Y DEFINICIONES

Los siguientes términos se emplean a lo largo de todo el informe para ilustrar la situación relativa a la carga de trabajo de los futbolistas profesionales. Los mismos principios se aplican en la plataforma


FUTBOLISTAS Y COMPETICIONES A NIVEL GLOBAL


 **MUESTRA SCTJ DE FIFPRO** – este informe anual analiza la programación de partidos y datos relativos a la carga de trabajo de los 1.500 futbolistas (fútbol masculino) que figuran en la plataforma de datos SCTJ de FIFPRO. Se incluyen en el análisis todos los partidos disputados entre el 1 de julio de 2022 y el 1 de mayo de 2023. En algunos casos, también se tuvieron en cuenta los datos históricos de temporadas anteriores.


CARGA DE TRABAJO DEL JUGADOR

 **CARGA DE TRABAJO DEL JUGADOR** – este término hace referencia a todos los indicadores aplicables a la carga de trabajo, como carga de partidos, descanso, recuperación, y viajes. Los conceptos de carga excesiva o insuficiente guardan relación con el desequilibrio entre la carga de partidos que soportan los jugadores (indicadores de carga de partidos y viajes) y su recuperación (indicador de descanso y recuperación). Es importante observar que es la exposición acumulada a una carga excesiva o insuficiente de partidos lo que constituye un problema para la salud del jugador, su rendimiento y la duración de su carrera.


CARGA DE PARTIDOS


 **MINUTOS DE JUEGO Y APARICIONES** – cifra de minutos que pasa un jugador sobre el campo de juego durante un partido. Incluye el tiempo de descuento al final de la primera y de la segunda parte del partido, así como todo tiempo extra necesario para las competiciones (cuando sea aplicable). Si un futbolista jugó en un partido (no importa cuánto tiempo), cuenta como una aparición.


 **TIPO DE PARTIDO** – los partidos disputados por un jugador se dividen en diversas categorías: liga nacional, copa nacional, competición internacional de clubes, partidos de selección nacional y amistosos.

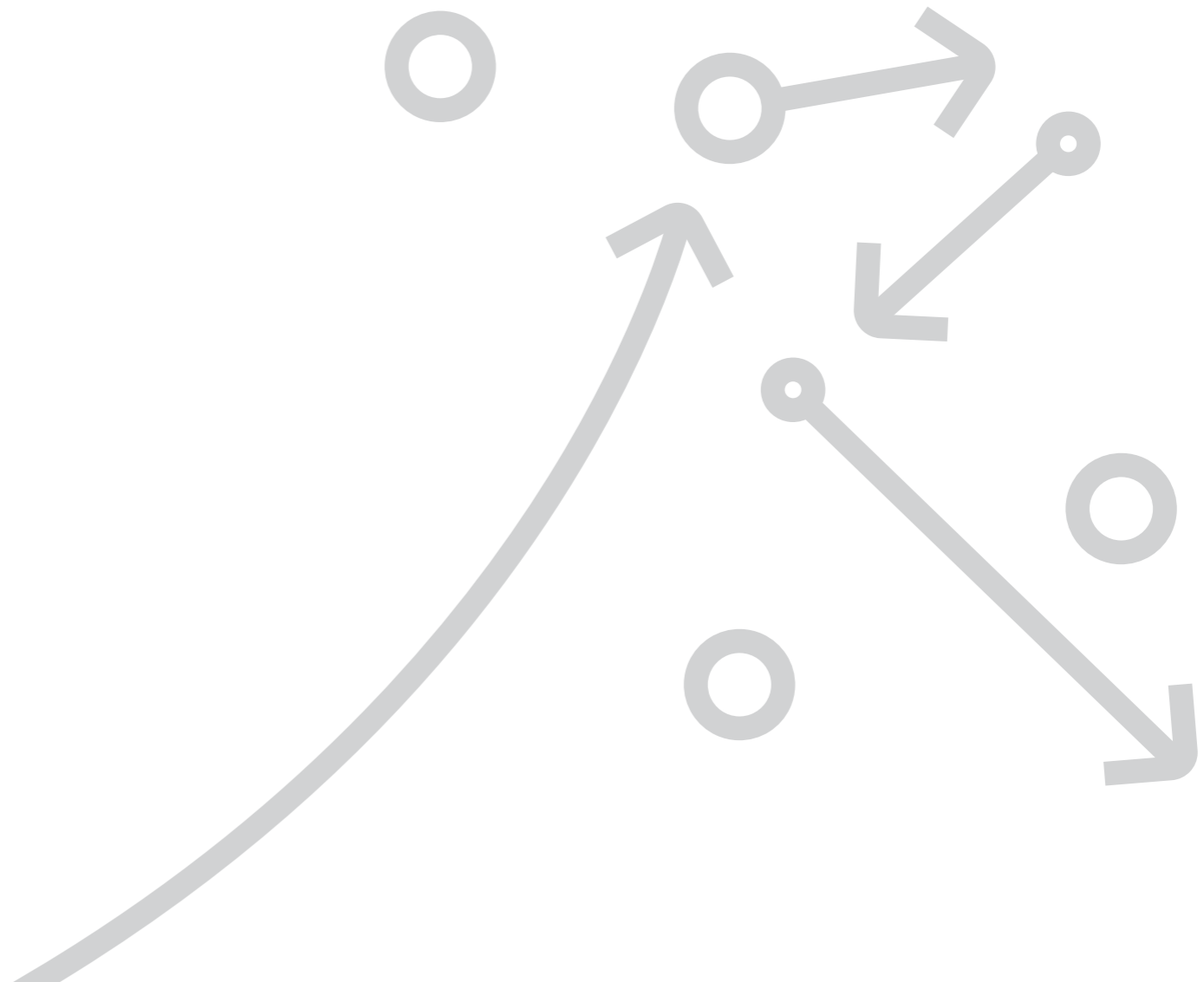
 **PARTIDOS CONSECUTIVOS** – una aparición se considera como “partido consecutivo” si el jugador no ha tenido al menos 5 días de descanso y recuperación desde su última aparición. Es importante observar que es la exposición acumulada a partidos consecutivos, junto con los viajes requeridos, y con menores descansos tanto dentro como fuera de temporada, lo que constituye un problema para la salud de los jugadores, su rendimiento y la duración de su carrera.

DESCANSO Y RECUPERACIÓN

 **TIEMPO DE DESCANSO** – periodo (en horas y en días) entre el fin del partido anterior de un jugador y el comienzo de su siguiente partido. Por lo general, es el tiempo asignado a descanso, recuperación y entrenamiento. Según el estudio de FIFPRO, ‘At the Limit’, realizado en 2019, los futbolistas necesitan al menos 120 horas (5 días) entre partidos para jugar a su mejor nivel y gestionar el riesgo de lesión.

 **DESCANSO FUERA DE TEMPORADA** – periodo otorgado a los futbolistas entre dos temporadas, sin entrenamiento ni partidos, para recuperarse y regenerarse. Los descansos fuera de temporada son obligatorios, deben tener una duración mínima de 28 días (combinación de semanas de actividad y de inactividad física) y tener lugar fuera del entorno del club y de la selección nacional.

 **DESCANSO EN TEMPORADA** – Periodo de descanso (en días naturales) que se otorga a un jugador, sin partidos ni entrenamiento, durante una temporada. Los descansos durante la temporada son obligatorios y deberán tener una duración de 14 días. No obstante, en ocasiones no se respetan, en particular dadas las exigentes demandas del calendario de partidos.





FIFPRO

FOOTBALL PLAYERS WORLDWIDE



fifpro.org



info@fifpro.org



+31 23 554 6970



Scorpius 161,
2132 LR Hoofddorp
Netherlands

*Este informe ha sido realizado en
cooperación con Football Benchmark*

La foto de la portada es de Imago

*Principales fuentes fotográficas:
Imago*