

2023 / COPA MUNDIAL DE LA FIFA QATAR 2022™ REVISIÓN POSTERIOR AL TORNEO Y ENCUESTA AL JUGADOR

SEGUIMIENTO DE LA CARGA DE
TRABAJO DEL JUGADOR DE FIFPRO

Informe sobre el Fútbol masculino





ÍNDICE

01

Bienvenida / Introducción
_____ 4

02

Acerca De
_____ 5

03

Hallazgos Clave
_____ 6

04

**Carga De Trabajo Del
Jugador: Copa Mundial De
La FIFA 2022™**
_____ 8

Tiempo De Preparación
Insuficiente _____ 9

Exigente Carga De Partidos
En El Torneo Y Saturación
Del Calendario _____ 11

Tiempo De Descanso
Notablemente
Ampliado _____ 16

05

**Reanudación Del Juego
Tras El Torneo Y De La
Temporada**
_____ 19

Periodos De
Recuperación _____ 20

Reanudación De La
Actividad De Club _____ 21

Fatiga Mental _____ 24

Fatiga Física _____ 24

Riesgo De Lesión _____ 25

06

**Atención Sobre Jugador
Individual**
_____ 28

07

Metodología
_____ 33

01 BIENVENIDA / INTRODUCCIÓN

Bienvenidos al Informe Flash de FIFPRO PWM para el fútbol masculino 2023, elaborado en cooperación con Football Benchmark.

Proporciona una instantánea de las demandas laborales sin precedentes que soportaron los principales futbolistas con anterioridad e inmediatamente después de la Copa Mundial de la FIFA Qatar 2022™, celebrada en Qatar.

Distintos factores contrapuestos de la industria han creado el entorno para el caótico calendario de partidos de esta temporada, que presenta un claro y apremiante peligro para la salud física y mental de los futbolistas. La programación de la Copa Mundial de la FIFA en invierno, en combinación con decisiones de programación vinculadas y adoptadas por los organizadores de la competición en respuesta a la situación, han agravado las exigencias de la carga de trabajo a niveles extremos. Los riesgos sobre los que se advertía, de sobrecarga de partidos y mayor riesgo de lesión, continúan tornándose más claros y evidentes a medida que avanza la temporada.

La respuesta de los jugadores es unánime –como se destaca en los resultados de la Encuesta de FIFPRO al jugador de la Copa Mundial 2023, incluida en este informe–: los inaceptables niveles de saturación de partidos que experimentan actualmente, sin las necesarias salvaguardas a la carga de trabajo, son sumamente nocivas para los jugadores y la industria en su conjunto.

VIRGIL VAN DIJK

La falta de descanso antes de la Copa Mundial desafortunadamente ha pasado factura a mi cuerpo; no soy un robot...

Lo que me superó es que jugué demasiados partidos en muy poco tiempo.

RAPHAËL VARANE

El nivel más elevado es como una lavadora, juegas todo el tiempo y nunca paras

Tenemos programas saturados y jugamos sin parar. Ahora mismo, me siento agobiado; el jugador está devorando al hombre.

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, visitar <https://fifpro.org/en/player-iq>

PLATAFORMA PWM DE FIFPRO

La plataforma PWM 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 amplia base de datos que mantiene la plataforma PWM es la fuente del análisis presentado en este informe sobre carga de trabajo. La plataforma PWM de FIFPRO ha sido actualizada recientemente, e incluye ahora a casi 1.800 futbolistas profesionales, con más de 350.000 apariciones registradas a lo largo de su carga de partidos, desde 2018.



La plataforma PWM de FIFPRO, operada conjuntamente 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 procedentes de más de 250 clubes del fútbol profesional europeo y sudamericano, así como métricas de rendimiento en las redes sociales de cientos de clubes y de futbolistas. Esta herramienta de inteligencia para la industria proporciona también cálculos del valor de mercado para más de 8.000 jugadores, abarcando las mejores ligas de la UEFA, CONMEBOL y Confederaciones AFC.



03 PRINCIPALES HALLAZGOS

REVISIÓN POSTERIOR AL TORNEO Y RESULTADOS DE LA ENCUESTA AL JUGADOR

CARGA DE PARTIDOS EXTREMA: CAUSAS DE LA INDUSTRIA A NIVEL MACRO



CANIBALIZACIÓN DEL CALENDARIO DE PARTIDOS



MOMENTO DE CELEBRACIÓN DE LA COMPETICIÓN



INTERESES COMERCIALES CONTRAPUESTOS

FACTORES AGRAVANTES: COPA MUNDIAL 2022

TIEMPO DE PREPARACIÓN Y DE RECUPERACIÓN

Breves periodos de preparación y recuperación sin precedentes que no deben repetirse



EL 86% DE LOS JUGADORES desea, al menos, 14 días de preparación.



EL 61% DE LOS FUTBOLISTAS desea un plazo de recuperación mínimo de 14-28 días.



CARGA DE TRABAJO

Elevadas demandas de la carga de trabajo ejercen presión sobre los jugadores, clubes y ligas

33.614
TOTAL DE MINUTOS JUGADOS por futbolistas de la Premier League en la Copa Mundial 2022.

17
NÚMERO DE JUGADORES DEL FC BARCELONA en la Copa Mundial 2022, el mayor de cualquier club.

TIEMPO DE DESCUENTO

Debe tenerse en cuenta el impacto sobre la carga de partidos resultante de los cambios al tiempo de descuento

11,6
MINUTOS TIEMPO DE DESCUENTO como media, en los partidos de la Copa Mundial 2022.

4,8%
PROBABLE INCREMENTO EN LOS MINUTOS TOTALES POR TEMPORADA de un jugador de élite, si el cambio se implementa a nivel general (equivalente a casi 3 partidos enteros).

RECUPERACIÓN Y REANUDACIÓN

Reanudación inmediata de las competiciones de club pone en mayor riesgo la salud del jugador

4 DÍAS
tuvo Kamil Glik entre la eliminación de su selección nacional y su primera aparición en un partido con su club, tras la Copa Mundial.

EL 55%
DE JUGADORES PARTICIPANTES EN LA COPA MUNDIAL estaban ya jugando sus partidos de club el 1 de enero de 2023.

SALUD Y BIENESTAR DEL JUGADOR

FATIGA MENTAL



EL 20% DE LOS JUGADORES ENCUESTADOS

que participaron en la Copa Mundial sintió niveles sumamente elevados de fatiga mental y emocional, en comparación con lo habitual en este momento de la temporada (enero).

FATIGA FÍSICA



EL 44% DE LOS JUGADORES ENTREVISTADOS

que participaron en la Copa Mundial experimentó fatiga física extrema o mayor en comparación a su carga normal de trabajo para este momento de la temporada (enero).

RIESGO DE LESIÓN

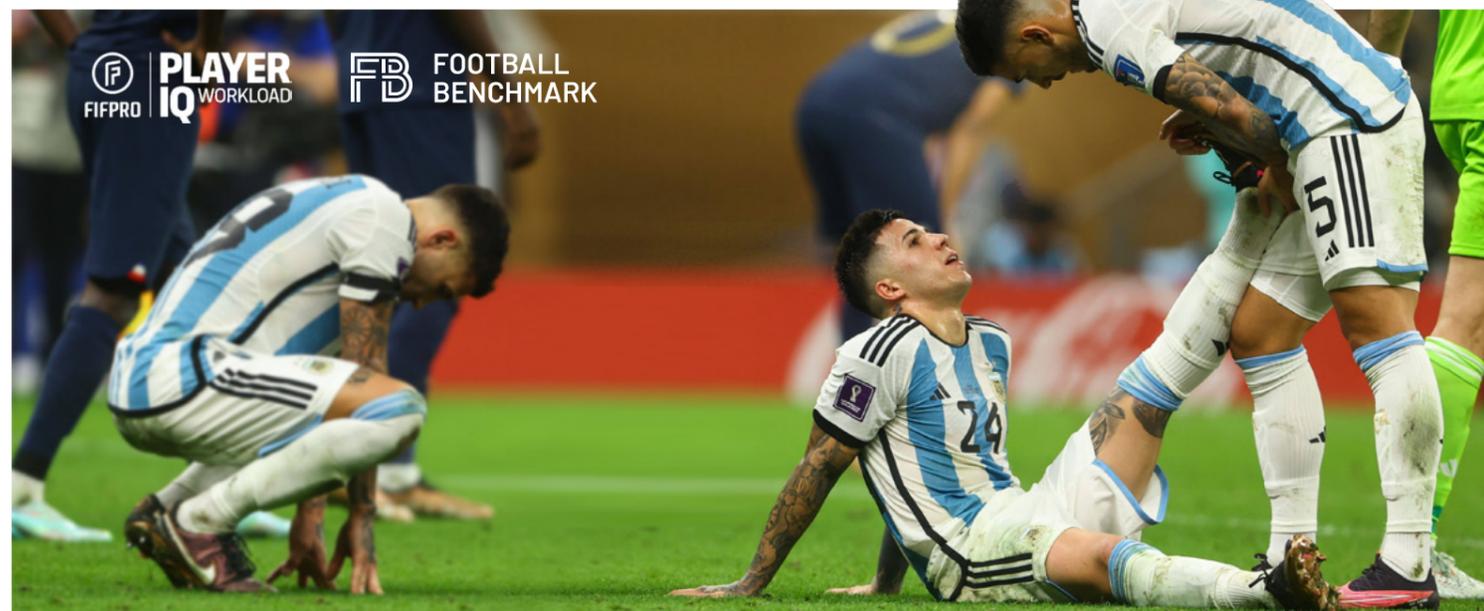


EL 53% DE LOS JUGADORES ENTREVISTADOS

que participaron en la Copa Mundial informó de alguna lesión o mostró preocupación por la posibilidad de lesionarse debido a la saturación del calendario.

CARRERAS INSOSTENIBLES

 <p>3.722 MINUTOS</p>	 <p>15 PARTIDOS</p>	 <p>8 DÍAS</p>
<p>SOBRECARGA DE PARTIDOS</p> <p>Harry Kane</p> <p>3.722 minutos jugados en total, entre el 1 de julio y el 30 de enero (40+ partidos).</p>	<p>PARTIDOS CONSECUTIVOS</p> <p>Achraf Hakimi</p> <p>15 partidos consecutivos entre agosto y octubre.</p>	<p>BREVES DESCANSOS EN TEMPORADA</p> <p>Raphaël Varane</p> <p>8 días entre el último partido de la Copa Mundial y la primera jornada de partido con su club.</p>



FIFPRO **PLAYER IQ** WORKLOAD **FB** FOOTBALL BENCHMARK

04

CARGA DE TRABAJO DEL JUGADOR: COPA MUNDIAL DE LA FIFA™ 2022

La Copa Mundial 2022 de la FIFA™ fue un torneo de gran exigencia para los jugadores, con partidos de elevada intensidad y diversos factores agravantes que afectaron a su carga de trabajo. En esta sección, destacamos algunos de los factores relativos a la carga de partidos del torneo, y examinamos su impacto sobre los jugadores.

TIEMPO DE PREPARACIÓN INSUFICIENTE

El torneo de 2022 marcó una notable diferencia respecto a la tradición, pues fue la primera edición del mismo que se celebró en invierno. La mayoría de los jugadores llegaron a Qatar tan solo unos días antes del torneo, y se esperaba que alcanzaran su mejor rendimiento tras un exigente periodo, a nivel físico y mental, de partidos de club con sus ligas nacionales y competiciones continentales.

EXIGENTE CARGA DE PARTIDOS EN EL TORNEO Y SATURACIÓN DEL CALENDARIO

Debido al periodo invernal, la Copa Mundial de la FIFA Qatar 2022™ presentó un programa condensado, con 2022 partidos disputados en tan solo 29 días. Ello ejerció una intensa demanda física sobre los jugadores. Incluso con 32 naciones participantes, el torneo fue el más breve desde 1978 (que incluyó únicamente a 16 equipos).

TIEMPO DE DESCUENTO NOTABLEMENTE AMPLIADO

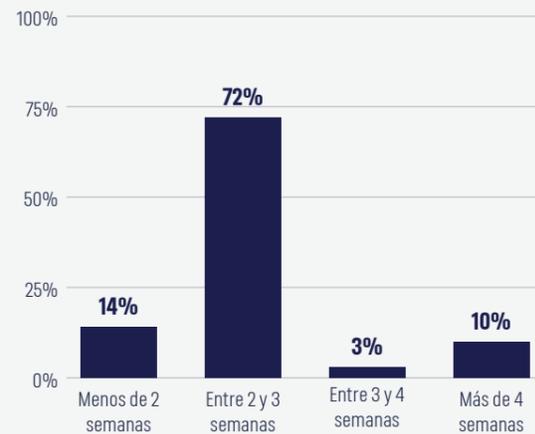
Durante el torneo de 2022, los jugadores experimentaron tiempos de descuento prolongados, pues los árbitros tenían instrucciones de seguir una nueva interpretación. Durante esta temporada, tremendamente saturada, ese cambio condujo a diversos partidos que fueron inusualmente extensos, con frecuencia superando los 100 minutos de duración.



TIEMPO DE PREPARACIÓN INSUFICIENTE

EL 86% DE LOS JUGADORES DESEA UN PERIODO DE PREPARACIÓN DE AL MENOS 14 DÍAS, CON LA AMPLIA MAYORÍA PREFIRIENDO UN PERIODO DE 14-21 DÍAS.

¿Cuál sería el número ideal de días de preparación con tu selección nacional previamente al torneo?



Menos del 50% de los jugadores considera que tuvo tiempo suficiente de preparación para la Copa Mundial de la FIFA 2022™, especialmente aquellos cuyos equipos llegaron, al menos, a los cuartos de final. Un significativo 75% de los futbolistas encuestados pertenecientes a estos equipos informó de un tiempo de preparación insuficiente para el torneo de Qatar. Respecto al tiempo de preparación óptimo, la mayoría (en torno al 68%) de los jugadores encuestados consideró que, idealmente, debería ser de entre 14 y 21 días.

Cabe destacar que los jugadores de Arabia Saudí y de la nación anfitriona, Qatar, evitaron ese problema pues sus federaciones organizaron campos de entrenamiento previos al torneo, con una duración de uno y seis meses, respectivamente. No obstante, estos fueron casos excepcionales, en que los jugadores pudieron ser extraídos del entorno de su club durante un extenso periodo de tiempo.

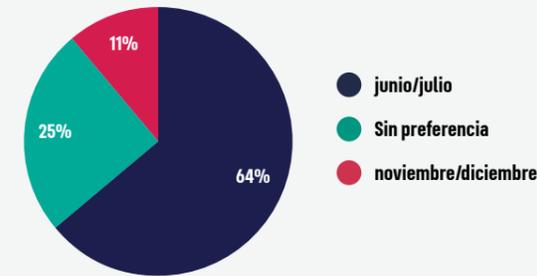
Un periodo de preparación de 9 días es insuficiente para uno de los mayores torneos del mundo. Pensé que había que trabajar en la táctica, en lugar de sentir agobio

(Cita del jugador, Encuesta de FIFPRO al jugador con posterioridad al torneo)



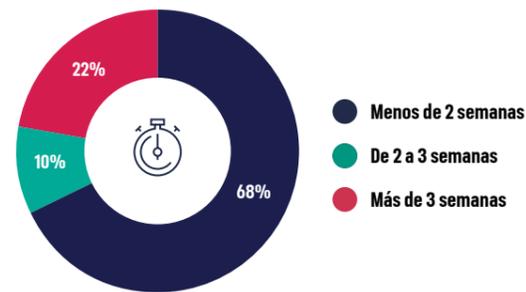
SOLO EL 11% DE LOS JUGADORES ESTÁ A FAVOR DE QUE LA COPA MUNDIAL DE LA FIFA™ SE CELEBRE EN NOVIEMBRE/ DICIEMBRE.

Cronología de futuras Copas Mundiales



Se preguntó también a los futbolistas sobre su preferencia para el tiempo de celebración de futuras Copas Mundiales. Es revelador que tan solo el 11% indicó que preferirían una Copa Mundial en invierno, mientras que la mayoría continúa prefiriendo el programa tradicional, de junio/julio. Ello implica que, habiendo experimentado los problemas provocados por la interrupción del calendario, la mayoría no querría volver a pasar por ello. Es interesante observar que, de los jugadores encuestados que también habían participado en torneos previos de la Copa Mundial, ninguno de ellos estuvo a favor del programa invernal.

Pruebas estadísticas de PWM de FIFPRO: Tiempo de preparación insuficiente como causa de inquietud



Según los datos, cerca del 68% de los futbolistas seleccionados para las listas finales de sus equipos tuvo menos de dos semanas de preparación para el torneo. Claramente, ese no fue un periodo óptimo, lo que se confirma por las respuestas que hemos recibido en la encuesta. Todavía más preocupante es que aproximadamente el 25% de los jugadores de la Copa Mundial tuvo únicamente una semana entre la última aparición en un partido con su club y el inicio del torneo. Como se ha destacado anteriormente, los jugadores de Qatar y de Arabia Saudí representan el porcentaje más elevado de jugadores que disfrutó más de 3 semanas entre su último partido de club y el comienzo de la Copa Mundial de la FIFA™, pero sus casos fueron excepcionales.

Fuente: Plataforma FIFPRO PWM, análisis de Football Benchmark

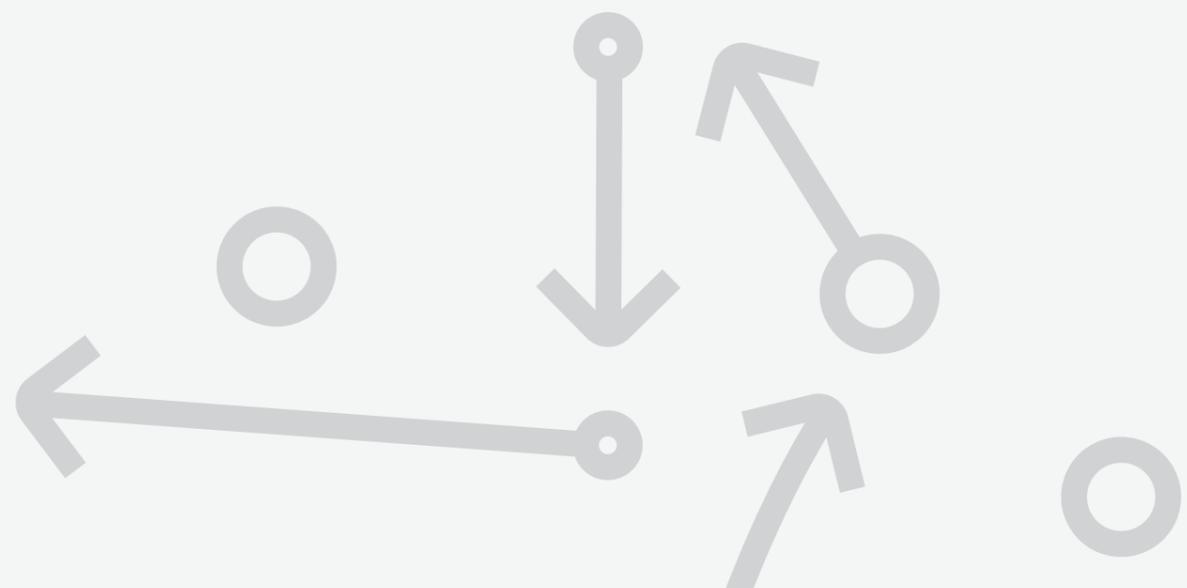
ESTUDIO DE CASO: Futbolistas clave lesionados poco antes del torneo

Con tan solo un breve periodo de preparación para el torneo, incluso lesiones menores en las semanas previas a la Copa Mundial fueron recibidas con gran preocupación. A consecuencia del tiempo de preparación sumamente breve, algunos jugadores se vieron obligados a quedar fuera del torneo debido a lesión, mientras que otros realizaron una carrera contra reloj para recuperar su buena forma física antes del inicio del torneo.

Entre los futbolistas clave que llegaron a Qatar pese a haber soportado una lesión en las semanas anteriores, se encontraron Richarlison (Brasil), Son Heung-min (República de Corea) y Angel Di María (Argentina). Por otra parte, Diogo Jota (Portugal), Reece James (Inglaterra) y Timo Werner (Alemania) son ejemplos de jugadores de alto nivel que desafortunadamente no participaron en el torneo, pues su periodo de recuperación se extendió más allá del comienzo de la Copa Mundial.

En nuestro equipo hubo futbolistas que se lesionaron justo antes del torneo, y que no pudieron recuperarse a tiempo para la Copa Mundial. Cuando tienes 15 días quizá es un plazo suficiente para recuperarte pero, desafortunadamente, con solo 7 días de preparación no fue posible que lo consiguieran.

(Cita del jugador, Encuesta de FIFPRO al jugador con posterioridad al torneo)



EXIGENTE CARGA DE PARTIDOS EN EL TORNEO Y SATURACIÓN DEL CALENDARIO

La Copa Mundial de la FIFA Qatar 2022™ planteó retos nunca vistos anteriormente para la carga de partidos, en medio de un calendario ya saturado, agravado por el impacto de la pandemia de COVID-19 en los programas de las temporadas anteriores. Futbolistas del primer nivel del juego fueron llevados al límite, y muchos de ellos soportaron un alarmante aumento de su carga de partidos, ya elevada.

Supervisión carga de trabajo: 2022/23

Principales 20 jugadores, por minutos jugados en 2022/23¹

hasta la fecha Del 1 de agosto de 2022 al 1 de enero de 2023

	Nombre	Selección Nacional	Club ²	Posición	Apariciones	Minutos Jugados En Todas Las Competiciones	Minutos En Copa Mundial 2022
1	N. Otamendi		SL Benfica	defensa	33	3.266	796
2	E. Fernández		SL Benfica	centrocampista	35	2.994	651
3	H. Kane		Tottenham Hotspur FC	delantero	31	2.943	451
4	V. van Dijk		Liverpool FC	defensa	29	2.897	543
5	K. Mbappé		Paris Saint-Germain FC	delantero	31	2.847	691
6	B. Fernandes		Manchester United FC	centrocampista	30	2.748	398
7	Z. Debast		RSC Anderlecht	defensa	29	2.741	-
8	A. Hakimi		Paris Saint-Germain FC	defensa	32	2.680	694
9	C. Gakpo		PSV Eindhoven	delantero	30	2.664	494
10	P. Højbjerg		Tottenham Hotspur FC	centrocampista	28	2.662	301
11	L. Messi		Paris Saint-Germain FC	delantero	28	2.656	796
12	J. Bellingham		BV Borussia 09 Dortmund	centrocampista	28	2.608	471
13	Marquinhos		Paris Saint-Germain FC	defensa	29	2.582	474
14	D. Rice		West Ham United FC	centrocampista	29	2.573	479
15	Y. Fofana		AS Monaco FC	centrocampista	32	2.564	263
16	I. Perišić		Tottenham Hotspur FC	centrocampista	33	2.555	728
17	Rodri		Manchester City FC	centrocampista	28	2.543	433
18	D. Sow		Eintracht Frankfurt	centrocampista	30	2.542	279
19	G. Xhaka		Arsenal FC	centrocampista	29	2.540	397
20	J. Kimmich		FC Bayern München	centrocampista	28	2.538	305

¹Nota: El total de minutos incluye los minutos de descuento.

²Nota: La columna Club muestra el club para el que jugó el futbolista durante el periodo analizado.

Fuente: Plataforma FIFPRO PWM, análisis de Football Benchmark

Los jugadores que representaron a sus selecciones nacionales en las fases eliminatorias de la Copa Mundial están entre los que han registrado también la mayor carga de trabajo en cuanto al total de minutos en la temporada 2022/23, hasta el momento.

Lidera el ranking el Campeón mundial Nicolás Otamendi, quien ha jugado ya más de 3.000 minutos, seguido por su paisano y antiguo compañero de equipo, Enzo

Fernández, y por el inglés Harry Kane. Además de los dos jugadores del SL Benfica, Zeno Debast (Anderlecht), es el único jugador en los principales rankings que juega para un equipo no perteneciente a una de las "Cinco grandes" ligas europeas durante el periodo analizado. Alcanzó cerca de 3.000 minutos en tan solo cuatro meses, aunque no jugó un solo minuto en la Copa Mundial de la FIFA 2022™.

Me resultó difícil reiniciar la temporada este año (en 2023). No solo por el clima frío... sino también por la carga de trabajo arrastrada desde el año anterior.

(Cita del jugador, Encuesta de FIFPRO al jugador con posterioridad al torneo)

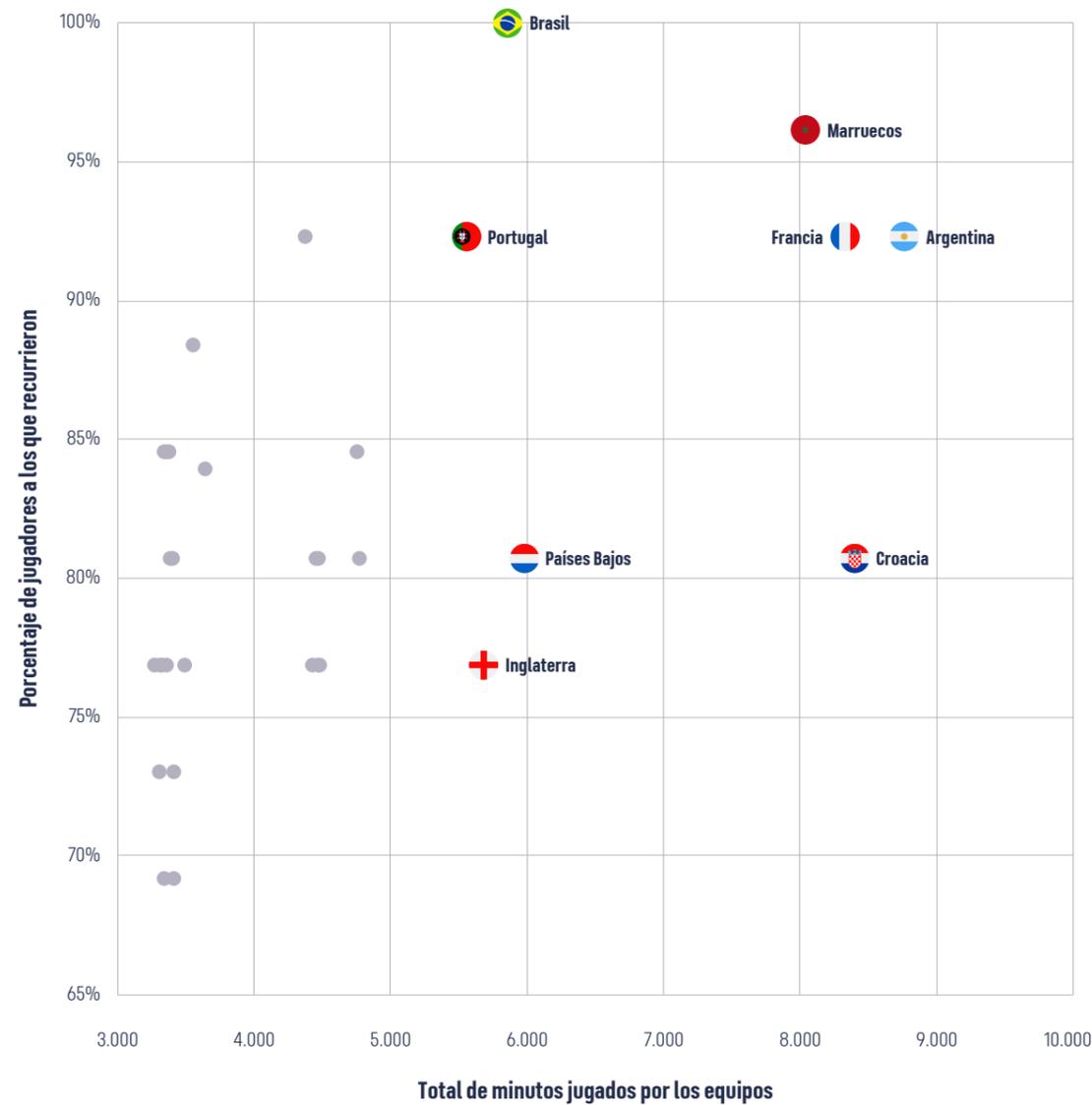


CARGA DE TRABAJO DEL EQUIPO DE LA COPA MUNDIAL – MINUTOS CONJUNTOS

En la Copa Mundial de la FIFA 2022™, Brasil fue el único equipo que recurrió a los 26 futbolistas de su selección. Además de la “Canarinha”, otras cinco selecciones nacionales –Suiza, Portugal, Marruecos, Francia, y Argentina– emplearon más del 90% de sus equipos. Por el contrario, Gales y Ecuador registraron el menor índice de utilización de su equipo, con el 69%.

Naturalmente, el total de minutos jugados en la Copa Mundial de la FIFA 2022™ se correlaciona estrechamente con la cifra final de partidos que disputó cada equipo, pero Argentina, equipo finalmente ganador, acumuló más que el resto de los últimos cuatro, pues tuvo que jugar un tiempo extra en múltiples ocasiones, en su camino hacia la victoria en la Copa Mundial.

Total de minutos jugados por los equipos y porcentaje de jugadores a los que recurrieron

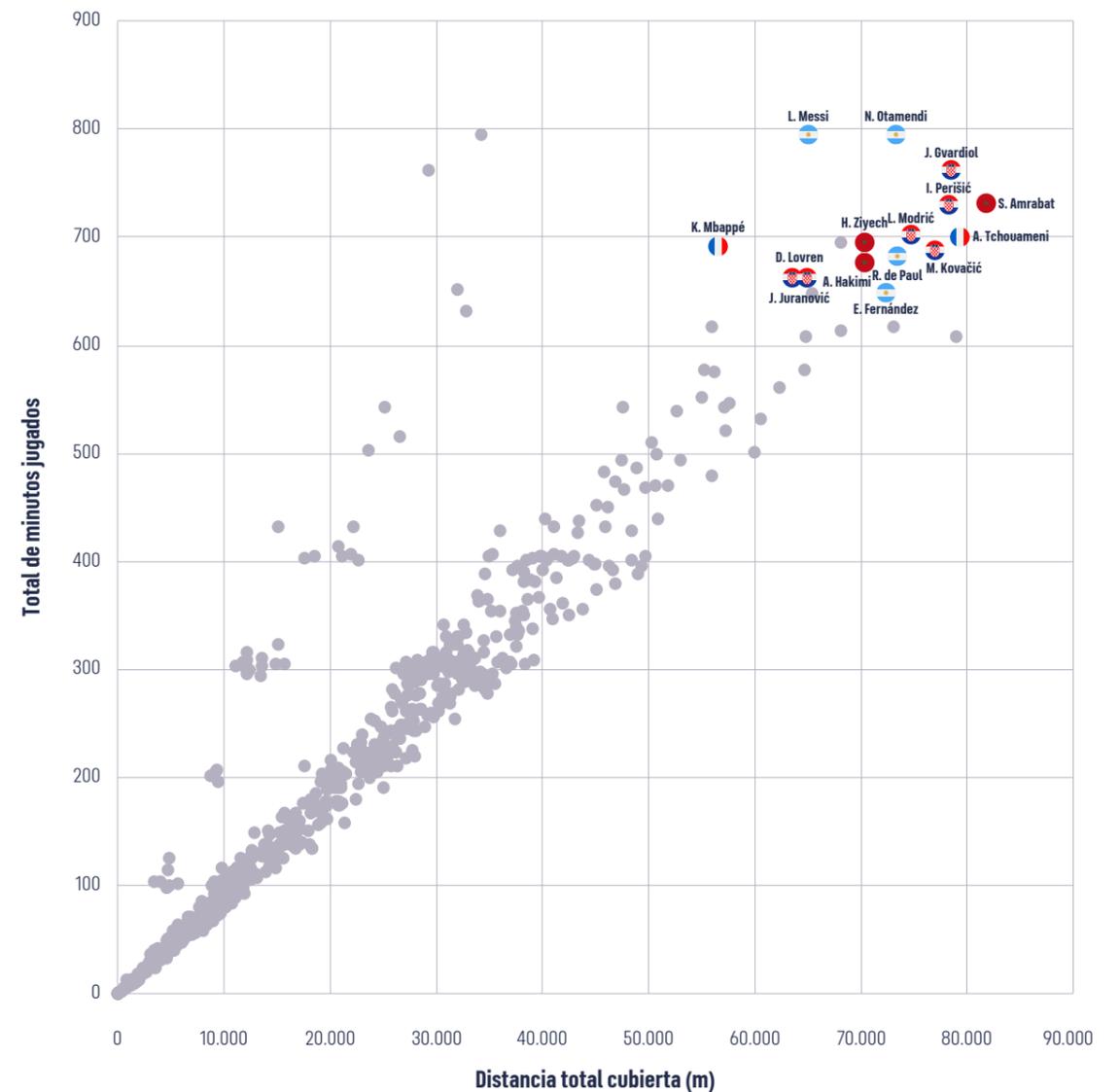


Fuente : Plataforma FIFPRO PWM, análisis de Football Benchmark

CARGA DE TRABAJO DEL JUGADOR DE LA COPA MUNDIAL – MAYOR CIFRA DE MINUTOS Y MAYOR DISTANCIA CUBIERTA

Existe una correlación directa entre los minutos jugados en el partido y la distancia cubierta durante el mismo. Aparte de los guardametas, los jugadores que acumulan la mayor parte de minutos suelen experimentar la mayor demanda física en cuanto a la distancia cubierta. Mediante el cruce de datos físicos oficiales de los informes de partidos de la FIFA con los minutos jugados en el torneo, no sorprende que los jugadores de las cuatro primeras selecciones nacionales lideren el ranking en ambas métricas. Basándonos puramente en las cifras, Nicolás Otamendi (Argentina), Josko Gvardiol (Croacia) y Sofyan Amrabat (Marruecos) experimentaron las mayores exigencias del torneo: los tres jugaron todos los minutos disponibles de sus respectivos equipos, al mismo tiempo que abarcaron considerables distancias mientras estuvieron sobre el campo de juego.

Futbolistas con mayor número de minutos jugados y mayor distancia cubierta en la Copa Mundial de la FIFA 2022™



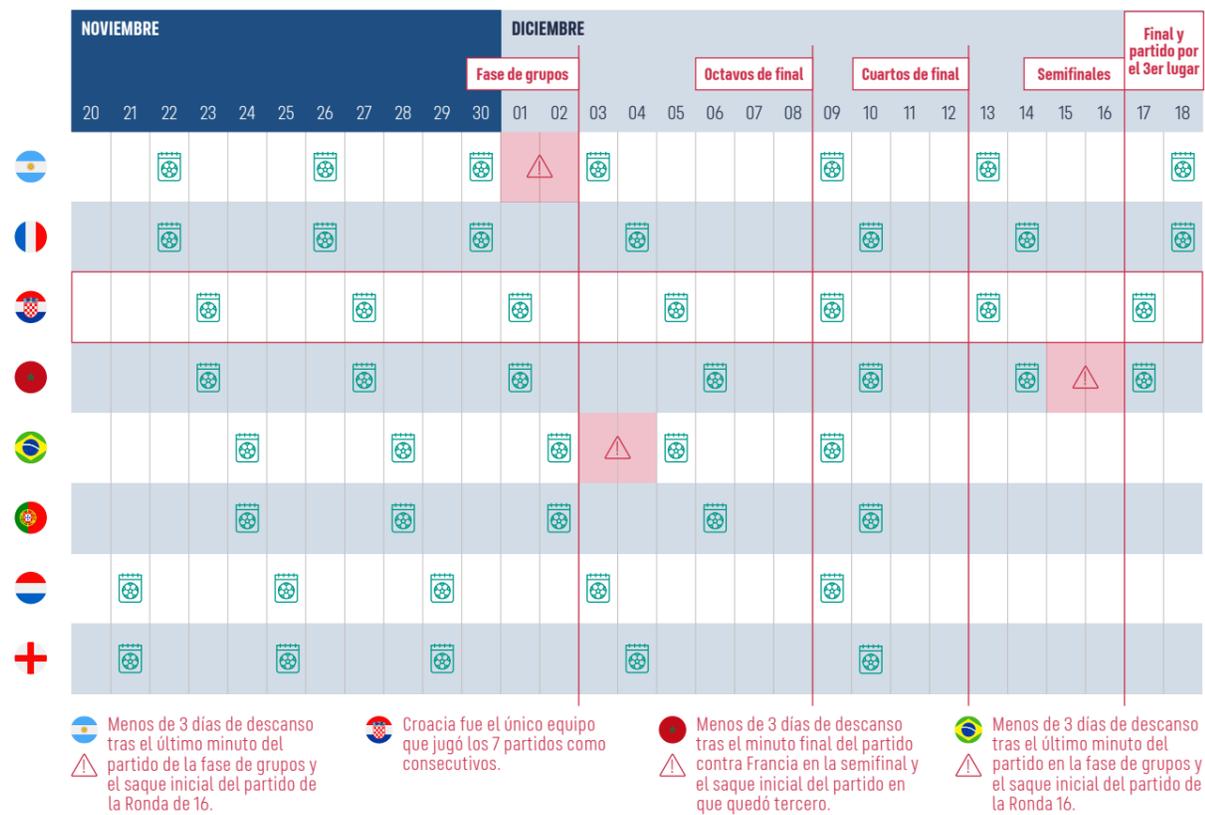
Fuente : Plataforma FIFPRO PWM, análisis de Football Benchmark

DÍAS DE RECUPERACIÓN EN TORNEO

La Copa Mundial de la FIFA Qatar 2022™ incluyó un programa muy condensado: se disputaron 64 partidos en tan solo 29 días, lo que resultó en una intensa carga de trabajo para los jugadores participantes, y subrayó las notables exigencias físicas del torneo.

Analizando los programas de las selecciones nacionales que avanzaron al menos hasta la fase de cuartos de final, se revela que hubo tres ocasiones en que un equipo tuvo tres o menos días de descanso entre partidos. Ello ocurrió para Argentina y Brasil justo después de la fase de grupos, y para Marruecos tras su derrota en la semifinal. Marruecos tuvo también el periodo de recuperación más breve entre dos partidos: solo transcurrieron aproximadamente 66 horas entre el último minuto de su semifinal y el saque inicial de su partido eliminatorio, en que obtuvo el tercer lugar.

Jornadas de partido de la Copa Mundial de la FIFA™

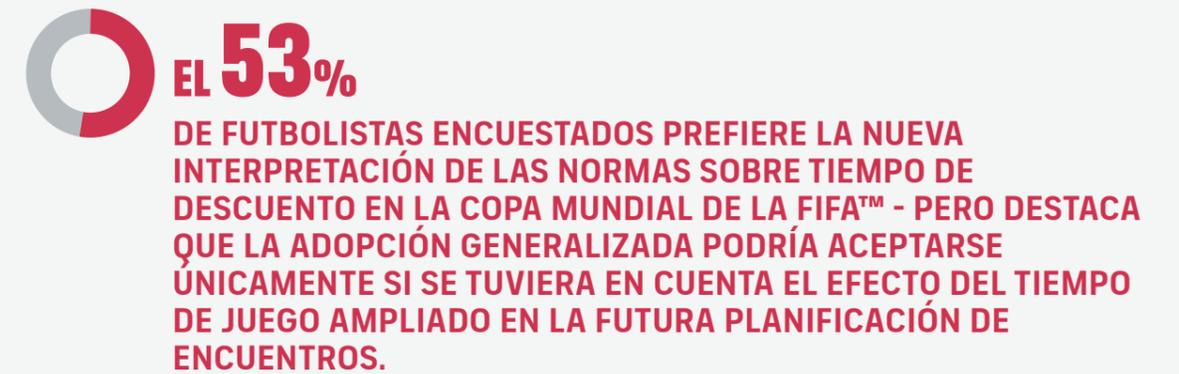


Fuente: Plataforma FIFPRO PWM, análisis de Football Benchmark



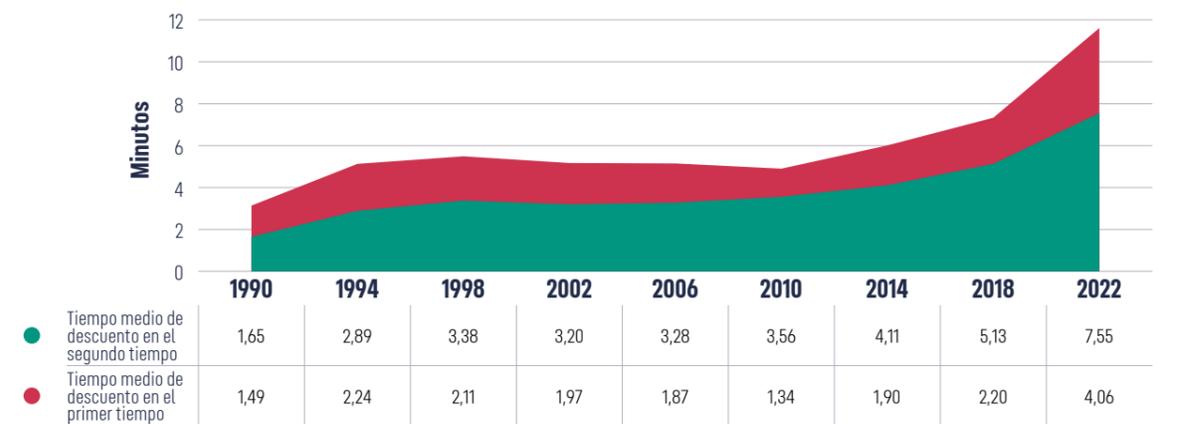
TIEMPO DE DESCUENTO NOTABLEMENTE AMPLIADO

Para la edición de 2022, la FIFA introdujo una nueva interpretación del tiempo de descuento. Esta modificación tenía por objeto recuperar el tiempo perdido durante los partidos debido a las comprobaciones del VAR (Asistencia por vídeo para árbitros), la atención en lesiones, el mayor número de sustituciones, penaltis, tarjetas rojas y celebraciones ampliadas u otras pérdidas de tiempo. Sin embargo, no debe desestimarse el impacto de este cambio en la carga de trabajo. Si esta nueva interpretación se adoptara de manera generalizada en todas las competiciones, los jugadores se verían obligados a afrontar tiempos de juego más largos, en medio de calendarios de partidos ya saturados.



Al analizar la media del tiempo de descuento durante las últimas Copas Mundiales de la FIFA, se identifica una tendencia clara y alcista. Como resultado de la nueva política, la media del tiempo de descuento fue aproximadamente de 11,6 minutos en el torneo de 2022 (excluyendo partidos que se prolongaron al tiempo extra). Es significativo el incremento de casi el 60% en comparación con la Copa Mundial en Rusia, cuatro años antes, y el doble de lo que se consideraba la norma en décadas anteriores.

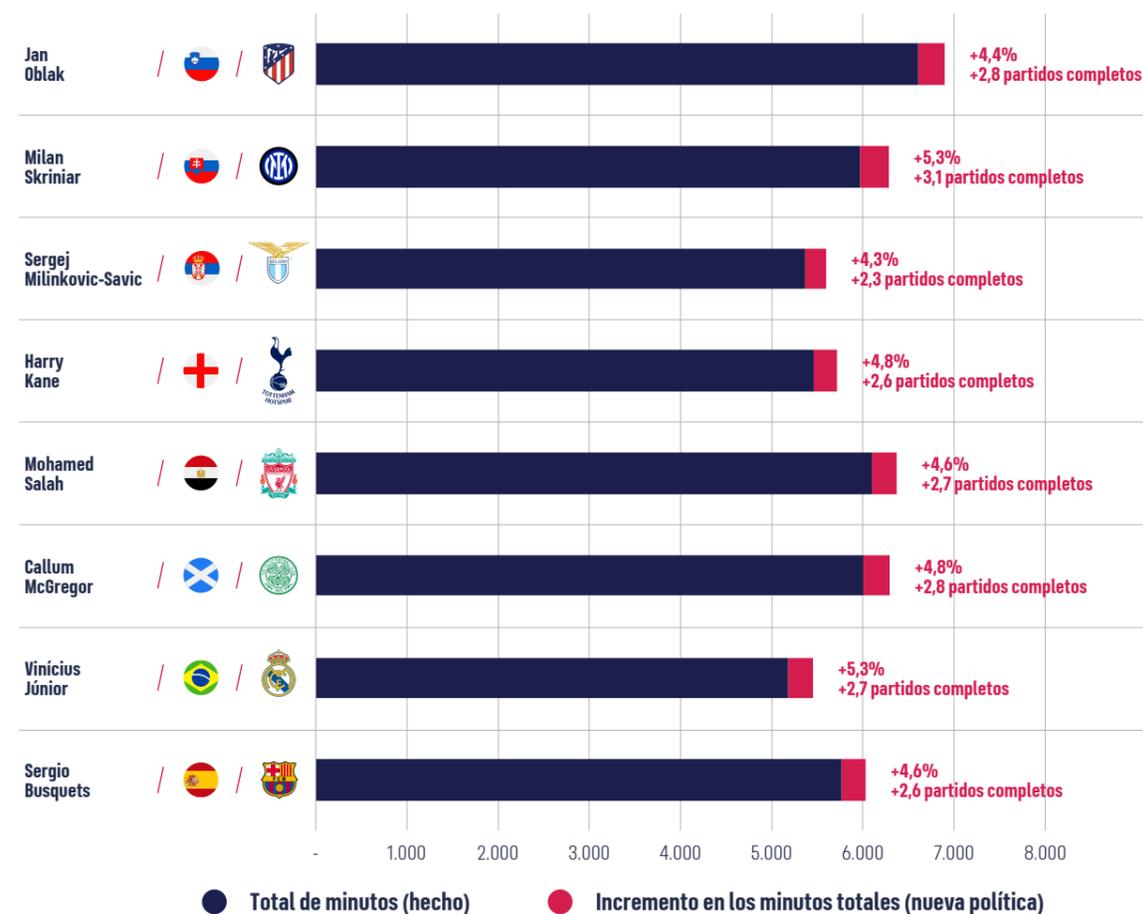
Evolución del tiempo de descuento en la Copa Mundial de la FIFA™



Fuente: Plataforma FIFPRO PWM, análisis de Football Benchmark

Llevemos a cabo un pequeño experimento: **¿Cómo sería la temporada de un jugador de élite si se aplicara el mismo enfoque de mayores tiempos de descuento en todas las competiciones?** Para investigar los posibles efectos de este enfoque, hemos realizado un análisis sobre una selección de jugadores, y hemos calculado cuánto más hubieran jugado en el transcurso de la temporada 2021/22. Así podemos identificar el posible impacto que podría tener en ellos el hecho de maximizar el tiempo efectivo de juego. Se seleccionaron futbolistas con al menos 60 apariciones en 2021/22, que participaron también en competiciones internacionales de club.

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



Fuente : Plataforma FIFPRO PWM, análisis de Football Benchmark

Según los resultados, parece que, como media, los jugadores de nuestro estudio jugarían aproximadamente un 4,8% más en el transcurso de la temporada, si el enfoque de ampliar el tiempo efectivo de juego se aplicara a los partidos de sus equipos. Ello se traduce en casi tres partidos enteros, o en torno a 270 minutos adicionales de tiempo sobre el campo. Este incremento en el tiempo de juego podría parecer pequeño, pero podría tener un notable impacto en la carga de trabajo de los jugadores, en su descanso, recuperación y puesta en forma. Exigir a los futbolistas que pasen más tiempo sobre el campo podría ejercer tensión adicional en su cuerpo y, potencialmente, incrementar el riesgo de lesión.

Es importante que la carga general del jugador sea tenida cuidadosamente en cuenta para la construcción del futuro calendario de partidos, antes de que tenga lugar una implementación más amplia de tal cambio.



El tiempo de celebración del torneo fue extraño, porque estábamos en un momento competitivo en la liga, jugando a un ritmo elevado, y entonces tuvimos que ir a la Copa Mundial... Volver al club y reanudar el juego a principios de 2023 se hizo duro.

(Cita del jugador, Encuesta de FIFPRO al jugador con posterioridad al torneo)

05

REANUDACIÓN POSTERIOR AL TORNEO Y DE LA TEMPORADA

El programa invernal (sin precedentes) en la Copa Mundial de la FIFA 2022™ planteó muchos retos para los jugadores, especialmente en lo relativo al escaso plazo transcurrido entre el final del torneo y la reanudación del fútbol de clubes. Algunos futbolistas estuvieron sujetos a tiempos de descanso y recuperación sumamente limitados, lo que incrementa el riesgo de lesión. El capítulo siguiente se centra en la reanudación de las ligas posteriormente al torneo, en los jugadores que regresaron al entorno de su club y a sus evaluaciones de la carga de partidos posteriormente a la Copa Mundial.

Recuperación y reanudación inadecuadas

-  Periodos de recuperación
-  Reanudación de la actividad de Club

Efecto nocivo

-  Fatiga física
-  Fatiga mental
-  Riesgo de lesión

PERIODOS DE RECUPERACIÓN

Uno de los retos principales para los jugadores a la conclusión de la Copa Mundial de la FIFA 2022™ fue el breve tiempo transcurrido entre el final del torneo y la reanudación del fútbol con su club. Para muchos futbolistas, ello significó que tuvieron muy poco tiempo de descanso y recuperación tras competir en un torneo internacional de extenuante exigencia física.

El 61%
DE LOS FUTBOLISTAS ENCUESTADOS ARGUMENTÓ QUE ERA NECESARIO UN PERIODO DE RECUPERACIÓN DE AL MENOS 14-21 DÍAS POSTERIOR A LA COPA MUNDIAL, ANTES DE VOLVER AL ENTORNO DEL CLUB.

La mayoría de los encuestados (61%) indicó que lo ideal sería tener al menos 14 días de recuperación. Cabe destacar que la representación de la liga tuvo un considerable impacto en las respuestas. Únicamente el 38% de los futbolistas que juegan en Inglaterra consideró que tuvo tiempo de recuperación suficiente; no es sorprendente, dado que la Premier League inglesa se reanudó el 26 de diciembre, tan solo una semana después de la Copa Mundial, mientras que los clubes del Campeonato de la EFL reanudaron la acción durante las fases eliminatorias del torneo. Por el contrario, el 67% de los futbolistas que juegan en Alemania aceptó de buen grado el tiempo de recuperación, pues la Bundesliga no se reanudó hasta mediados de enero.

El momento del retorno al juego varió ampliamente entre países y competiciones. Algunos, como las segundas divisiones de Italia y España, se mantuvieron pese a la Copa Mundial y no incluyeron ninguna pausa en su programa. Otros, como la A-League australiana y la Ligue 1 tunecina, se reanudaron poco tiempo después de la conclusión de las fases de grupos. Además, en algunos países incluso asignaron una ronda de partidos de la copa nacional, antes de reanudar la liga (p.ej., hubo una ronda de la Copa EFL antes del reinicio de la Premier League inglesa).

Debemos poner más énfasis en el tiempo de descanso de los futbolistas internacionales. Tenemos otro periodo internacional en marzo, con más partidos, cuando podríamos estar descansando. La carga de trabajo es enorme y no hay suficiente descanso.

(Cita del jugador, Encuesta de FIFPRO al jugador con posterioridad al torneo)



REANUDACIÓN DE LA ACTIVIDAD DE CLUB

Teniendo en cuenta a todos los futbolistas (831) de las listas oficiales de los equipos, el 55% (457) de ellos estaba ya de nuevo en acción el 1 de enero de 2023 tras su participación en la Copa Mundial. Al analizar las fechas entre el primer partido de un jugador tras el torneo y el día de la eliminación de su selección nacional en la Copa Mundial, hallamos que el 13% (105) de ellos tuvo menos de dos semanas de descanso y recuperación antes de reanudar el juego competitivo. Ello les proporcionó un tiempo muy limitado para reajustarse a distintas condiciones de juego y a la configuración de su club. Entre los primeros 10 futbolistas con mayor número de minutos jugados en la Copa Mundial de la FIFA 2022™, cuatro de ellos (Otamendi, Perisic, Modric y Tchouameni) jugaron ya para sus clubes en las dos semanas posteriores a su último partido de la Copa Mundial.

Las consecuencias del breve tiempo transcurrido se sintieron no solo por los jugadores de las principales ligas y selecciones nacionales de primer nivel, sino también por otros jugadores que participaron en la Copa Mundial de Qatar. El ejemplo más extremo entre quienes hicieron al menos una aparición en el torneo fue Kamil Glik, de Polonia, quien tuvo solo cuatro días entre la eliminación en la ronda de 16 y su primera aparición para el Benevento Calcio, en la segunda división italiana. De manera similar, Abderrazak Hamdallah, de Marruecos, tuvo solo un periodo de "recuperación" de 5 días entre el partido en que su selección nacional ganó el bronce contra Croacia, y su primera aparición con su club tras la Copa Mundial, para jugar en la Copa Saudí del Rey. Otros ejemplos de un periodo alarmantemente breve de días transcurridos entre su última aparición en Qatar y la primera aparición tras su regreso, incluyen a Karim Ansarifard (Irán y Omonia Nicosia - Primera División chipriota), Krystian Bielik (Polonia y Birmingham City - Campeonato EFL), Otávio (Portugal y FC Porto - Primeira Liga portuguesa) y Iliman Ndiaye (Senegal y Sheffield United - Campeonato EFL).

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



Fuente : Plataforma FIFPRO PWM, análisis de Football Benchmark

IMPACTO SOBRE EL JUGADOR EN LIGAS Y CLUBES

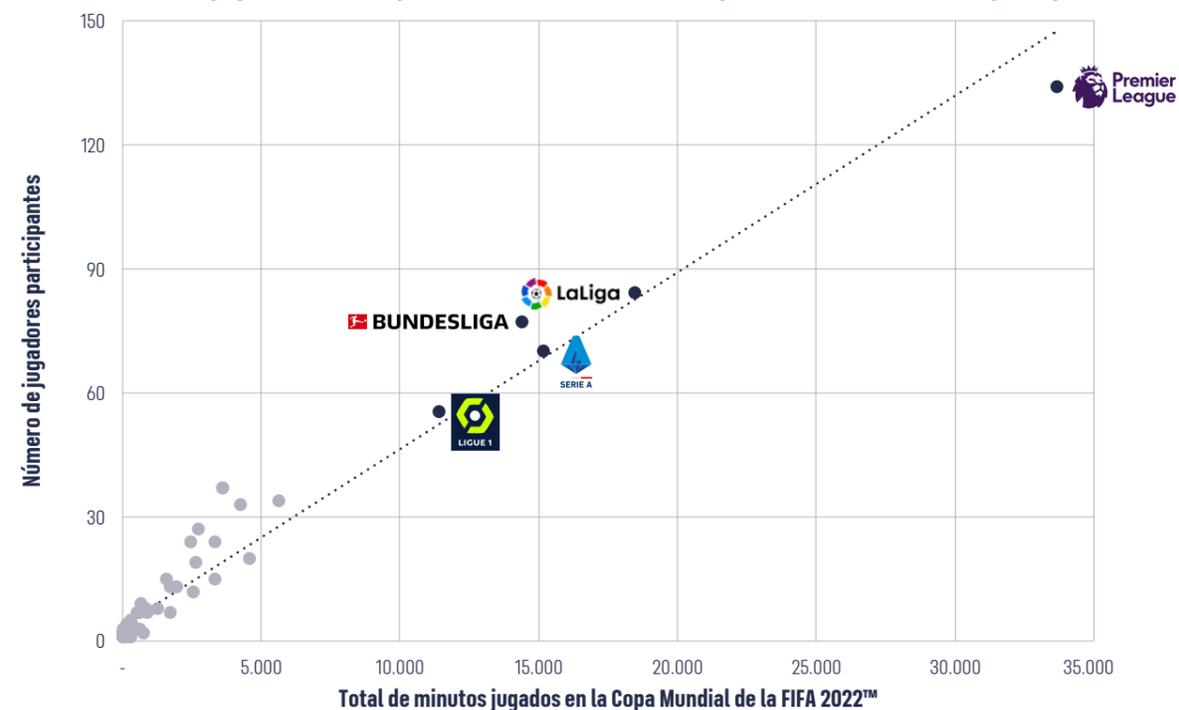
Carga de la participación del jugador en las ligas

La composición de un equipo medio en la Copa Mundial incluye a jugadores en diversas fases de sus carreras y su desarrollo, que representan una amplia gama de ligas y de clubes de todo el mundo. Para la edición 2022, 55 ligas tuvieron al menos a un jugador en el torneo. En comparación con ediciones anteriores, la Copa Mundial de la FIFA 2022™ fue la más diversa a este respecto. El análisis de minutos jugados y el número de futbolistas participantes de cada liga revela el dominio de las denominadas "cinco grandes" ligas de Europa. La Premier League sobresale en este ranking: 134 jugadores de la primera división inglesa acumularon más de 33.000 minutos durante el torneo. Ello equivale casi al registro combinado de la segunda y la tercera liga del ranking (La Liga española y la Serie A italiana). En última instancia, ello implica que una mayoría de jugadores de élite tienden a jugar en un grupo selecto de ligas. Estas suelen ser muy competitivas e incluyen clubes que juegan también en competiciones internacionales; en conjunto, ello supone una notable carga de trabajo para los jugadores durante la temporada. Además de su carga de trabajo habitual, han estado sometidos a la interrupción en mitad de temporada y a los partidos adicionales de la Copa Mundial.

Otra notable liga que ocupa un lugar elevado en el ranking es la Liga Pro de Arabia Saudí: sus jugadores alcanzaron el quinto lugar en mayor número de minutos totales, 5.600. Ello se debe, en gran parte, al hecho de que todos los miembros del equipo de la selección nacional de Arabia Saudí juegan en su liga nacional. Otras ligas no europeas que tuvieron nutrida representación en cuanto a los minutos acumulados de sus jugadores fueron Qatar (Liga Stars), México (Liga MX) y Estados Unidos (MLS). El punto común en las cuatro es la baja cifra de jugadores de la selección nacional que ejercen su profesión en el extranjero. Por el contrario, los equipos de Canadá, Senegal y Gales consistían enteramente en jugadores que representaban ligas extranjeras.

Nuestro análisis muestra que existe una correlación directa entre el número de jugadores que representa una liga doméstica, y su total de minutos jugados en la Copa Mundial. Sin embargo, en algunos casos sus jugadores sufrieron una carga de partidos más elevada de lo esperado. Por ejemplo, la Primeira Liga portuguesa tuvo 20 jugadores en el torneo, que jugaron un total de 4.566 minutos, lo que les sitúa por encima de la línea de tendencia. La Eredivisie neerlandesa y la Premiership escocesa fueron también similares. Ello se debe, principalmente, al hecho de que las selecciones nacionales portuguesa y neerlandesa dependían en gran medida de jugadores de sus propias ligas nacionales, y jugadores de sus nacionalidades tuvieron una importante participación en la Copa Mundial.

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

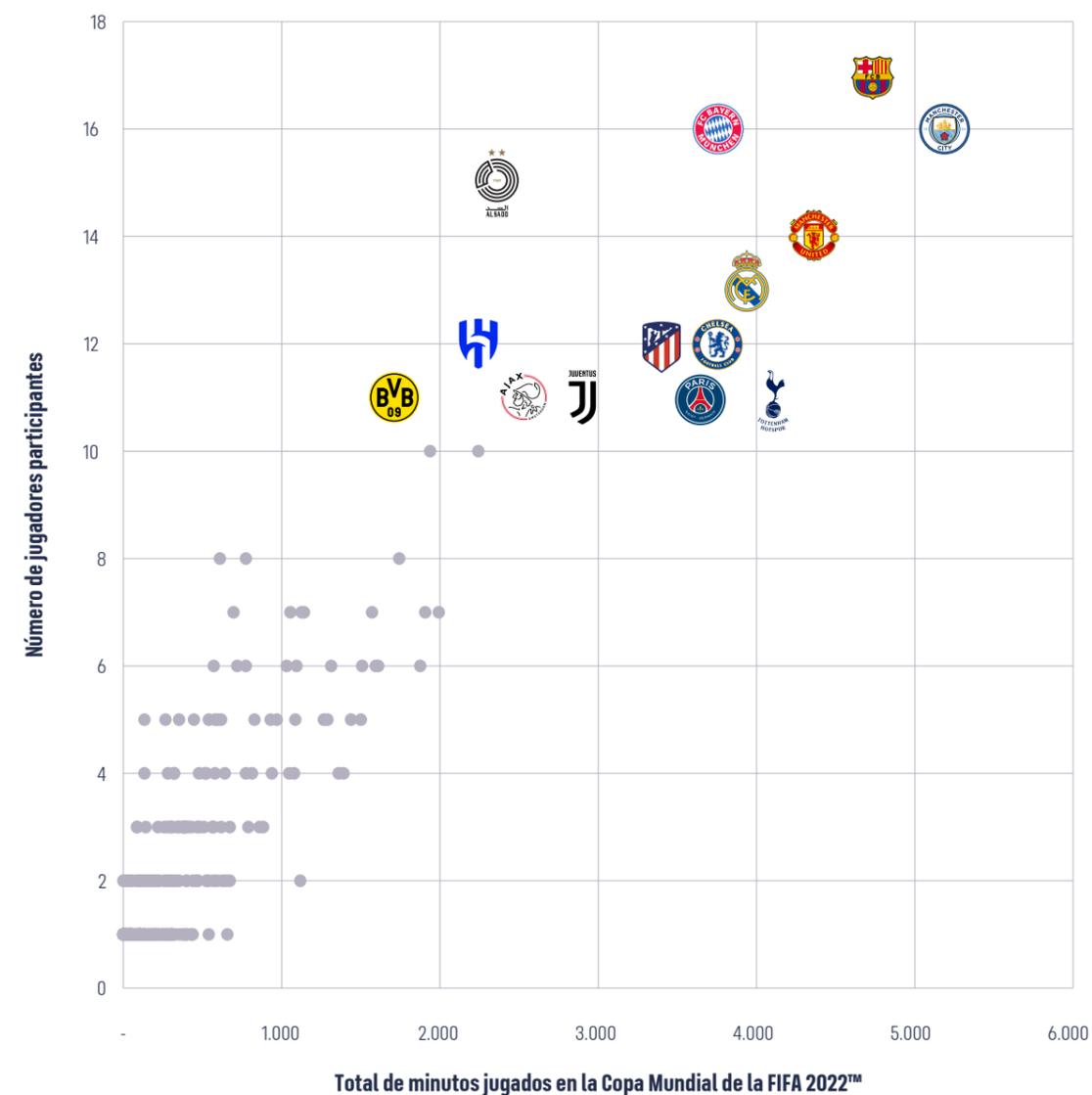


Fuente : Plataforma FIFPRO PWM, análisis de Football Benchmark

Clubes más afectados por la participación de jugadores en la Copa Mundial

Como auguraban los resultados del análisis a nivel de liga, los equipos de la Premier League inglesa dominan el ranking cuando ordenamos a los clubes según la carga de partidos de sus jugadores en la Copa Mundial. En el extremo superior, 16 jugadores del Manchester City FC sumaron cerca de 5.200 minutos conjuntos en la Copa Mundial; son seguidos por el FC Barcelona, con 4.741 minutos (17 futbolistas) y el Manchester United FC, con 4.364 minutos (14 futbolistas).

Clubes que casi llegan a estar entre los 10 primeros incluyen al AFC Ajax (11 futbolistas y 2.533 minutos), Al Sadd FC, de Qatar (2.363 min.) y Al-Hilal, de la Liga Saudi Pro (2.248 min.).



Fuente : Plataforma FIFPRO PWM, análisis de Football Benchmark

EFECTO NOCIVO

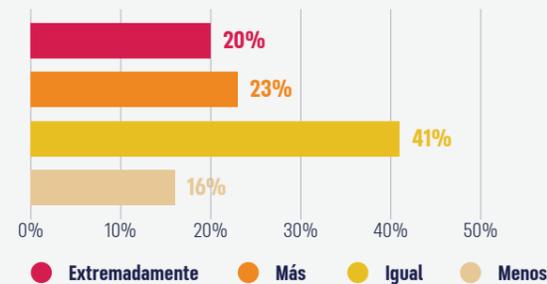
El efecto nocivo sobre los jugadores como resultado del extenuante programa de esta temporada sigue tornándose más evidente a medida que avanza la misma. Aunque es común que los jugadores experimenten fatiga física y mental tras un intenso torneo como el de la Copa Mundial, normalmente a ello sigue inmediatamente un periodo de descanso y recuperación fuera de la temporada. En esta ocasión, ese no es el caso, y las preocupantes impresiones presentadas a continuación destacan los riesgos y el grave riesgo de lesión que experimentan los jugadores durante el resto de la temporada, con muchos de ellos entrenando y jugando con niveles de fatiga peligrosamente elevados. El constante desequilibrio entre carga de trabajo y recuperación probablemente conduzca a lesiones y trastornos para los jugadores, tanto a nivel físico como mental.

FATIGA MENTAL

EL 20% DE LOS JUGADORES INFORMÓ DE SENTIR NIVELES SUMAMENTE ELEVADOS DE FATIGA MENTAL, EN COMPARACIÓN A SU ESTADO HABITUAL EN ESTE MOMENTO DE LA TEMPORADA (ENERO), CON OTRO 23% SINTIENDO MAYOR FATIGA MENTAL DE LO HABITUAL.

Los problemas de salud mental hacen referencia a condiciones psicológicas y emocionales que repercuten en el humor, el pensamiento, la conducta o los sentimientos del individuo. Estos problemas abarcan diversas formas de astenia, ansiedad, depresión, abuso de sustancias o trastornos del sueño. Los futbolistas son particularmente susceptibles a estos problemas, debido a una variedad de elementos estresantes.

Fatiga mental/emocional, en comparación con otras temporadas



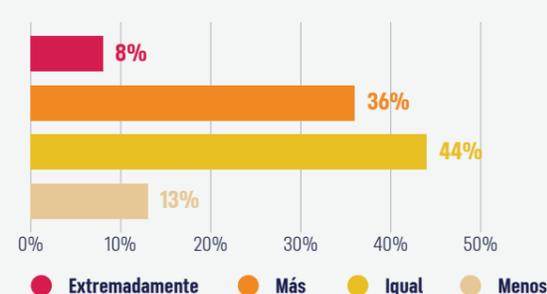
Cuando se les pregunta acerca de su salud mental en la Encuesta de FIFPRO al jugador de la Copa Mundial de la FIFA 2022, el 20% de los futbolistas informa de haber sufrido niveles elevados de fatiga mental o emocional, en comparación con lo habitual en ese momento de una temporada normal. Estos efectos fueron particularmente pronunciados entre los futbolistas que juegan en Inglaterra, con el 63% de ellos indicando fatiga mental o emocional extrema. El rápido reinicio de las competiciones inglesas posteriormente a la Copa Mundial, en combinación con el elevado número de jugadores participantes, explica esta alarmante cifra.

FATIGA FÍSICA

EL 44% DE LOS JUGADORES SUFRIÓ FATIGA FÍSICA EXTREMA O MAYOR, EN COMPARACIÓN CON SU ESTADO HABITUAL EN ESTE MOMENTO DE LA TEMPORADA (ENERO).

La fatiga física es un problema común entre los futbolistas, particularmente durante periodos de competiciones de alta intensidad. Entrenamiento excesivo, viajes frecuentes y falta de adecuado tiempo de descanso y recuperación pueden contribuir al agotamiento físico, lo que a su vez puede dar lugar a un peor rendimiento, mayor riesgo de lesión y otras consecuencias negativas para la salud.

Fatiga física en comparación con otras temporadas



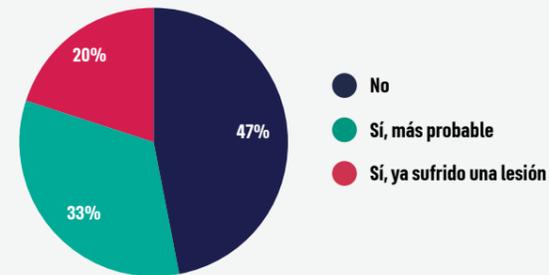
En cuanto a la fatiga física, un porcentaje significativo de jugadores (en torno al 44%) informó de haber experimentado niveles extremos o mayores de fatiga, en comparación a su carga normal de trabajo para este momento de la temporada.

Desafortunadamente, como hemos visto en el periodo posterior al torneo, esta fatiga acumulada probablemente haya contribuido a que cierto número de jugadores de élite sufriera lesiones en los tejidos blandos, pues persiste una extrema saturación de partidos.

RIESGO DE LESIÓN

EL 53% DE LOS JUGADORES INFORMÓ DE LESIÓN O CREYÓ TENER MAYOR PROBABILIDAD DE SUFRIR UNA LESIÓN DEBIDO A LA SATURACIÓN DEL CALENDARIO.

Lesión debida al calendario de encuentros



Según la encuesta de FIFPRO, el 52% de los jugadores informó de haber sufrido una lesión o de sentirse más susceptible de sufrirla, debido a la saturación del programa. Es interesante destacar que esta tendencia fue más prominente entre los jugadores que habían participado previamente en alguna otra Copa Mundial, que tienden a ser de mayor edad, más experimentados y tienen una mejor comprensión de su organismo, con el 75% de ellos informando de tales lesiones o de susceptibilidad a las mismas.

Me pareció extraño volver a jugar tan rápido: era prácticamente suicida. Podrían haber resultado lesionados pero, afortunadamente, no fue así.

(Cita del jugador, Encuesta de FIFPRO al jugador con posterioridad al torneo)

Nuestra recopilación de datos parece respaldar este hallazgo. Desde el inicio de la Copa Mundial, ha habido 66 futbolistas que sufrieron lesión, según lo registrado en los medios. Ello equivale a aproximadamente el 8% de todos los jugadores que participaron en el torneo celebrado en Qatar. Estos jugadores sufrieron un total de 76 lesiones, pues alguno de ellos sufrió más de una lesión. También se da por hecho que las lesiones menores suelen no quedar registradas, por lo que la cifra real podría ser incluso superior.

Un gran porcentaje (58%) de las lesiones registradas ocurrieron durante la Copa Mundial, mientras que el 42% ocurrió tras la conclusión del torneo. Futbolistas clave para el fútbol de club y nacional, como Virgil van Dijk (Liverpool FC), Aurelien Tchouameni (Real Madrid CF), Marcelo Brozovic (FC Internazionale Milano) o Angel Di María (Juventus FC), sufrieron una lesión muy poco tiempo después de volver a sus clubes.

ESTUDIO DE CASO
Lesiones musculares posteriores
a la Copa Mundial



VIRGIL VAN DIJK



Defensa central

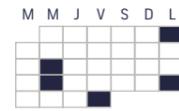
Virgil van Dijk se encuentra en medio de una exigente temporada en el Liverpool FC. Si no hubiera sido por la lesión, el neerlandés apenas hubiera perdido un segundo en el centro de la defensa del club Merseyside.

Esta temporada, acumuló la 4ª cifra más elevada de minutos jugados, con 2.897 entre el 1 de agosto de 2022 y el 1 de enero de 2023, teniendo en cuenta a todos los jugadores que estuvieron en la Copa Mundial. En Qatar, jugó todos los minutos disponibles para su selección nacional (543).

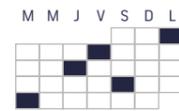
No obstante, los minutos adicionales de alta intensidad jugados podrían haber contribuido a su reciente lesión. Tras volver al Liverpool FC, se vio obligado a salir a mitad del partido contra el Brentford, el 2 de enero de 2023, y posteriormente fue incluido en la alineación de 7 partidos, debido a lesión muscular.



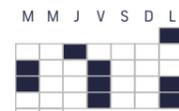
AGOSTO



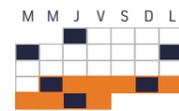
SEPTIEMBRE



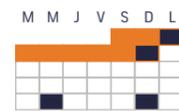
OCTUBRE



NOVIEMBRE



DICIEMBRE



ENERO



- Aparición en partidos
- Lesionado
- Copa Mundial de la FIFA™

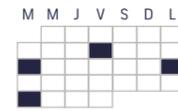


AURÉLIEN TCHOUAMENI

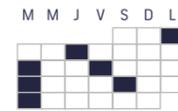


Centrocampista defensivo

AGOSTO



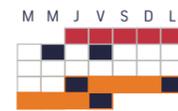
SEPTIEMBRE



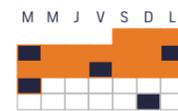
OCTUBRE



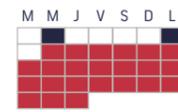
NOVIEMBRE



DICIEMBRE



ENERO



- Aparición en partidos
- Lesionado
- Copa Mundial de la FIFA™

Tchouameni dejó huella como jugador clave para esta temporada en el Real Madrid CF, tras su transferencia a la capital española. El francés jugó 2.269 minutos hasta el 1 de enero de 2023, de los cuales un asombroso 72% fue en apariciones en partidos sucesivos.

Su elevada carga de trabajo se mantuvo en la Copa Mundial: fue el jugador al que más recurrieron "Les Bleus".

Desafortunadamente, su ajetreada temporada tuvo consecuencias, pues sufrió dos lesiones musculares. La primera lesión, que ocurrió tras una serie de 7 partidos consecutivos, le hizo perder dos partidos a finales de octubre/ principios de noviembre. La segunda, una lesión del gemelo, fue más grave y le obligó a ausentarse en 6 partidos, incluyendo la Supercopa de España, en Arabia Saudí.



Nos decimos a nosotros mismos que tenemos que ser fuertes y trabajar más duro, pero es difícil tanto mental como emocionalmente y ya lo estoy sintiendo.

(Cita del jugador, Encuesta de FIFPRO al jugador con posterioridad al torneo)





06

ATENCIÓN SOBRE
EL JUGADOR
INDIVIDUAL

ACHRAF HAKIMI



CIFRAS DESTACADAS DE LA CARGA DE TRABAJO

Periodo analizado: del 1 de julio de 2022 al 30 de enero de 2023

Total de minutos jugados en todas las competiciones conjuntamente, incluyendo partidos amistosos, durante el periodo analizado.



Porcentaje de minutos jugados en partidos consecutivos, conducentes a la falta de tiempo de descanso y recuperación, y a mayor riesgo de lesión.



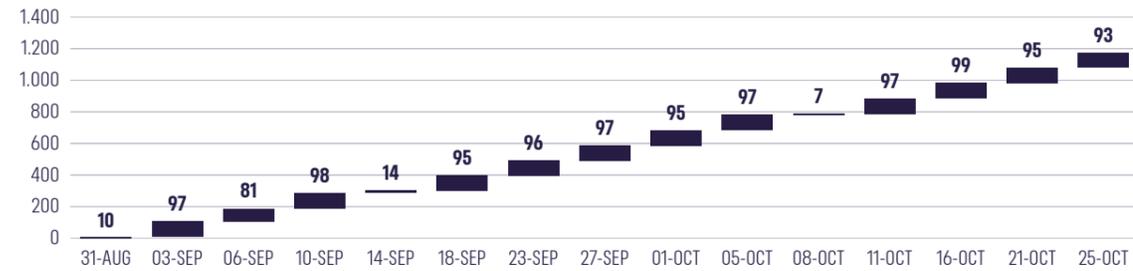
Número de partidos consecutivos, de agosto a octubre: **2,5 veces el máximo recomendado (6).**

15 PARTIDOS



PROGRAMA SUMAMENTE EXIGENTE PREVIO A LA COPA MUNDIAL

del 1 de agosto de 2022 al 30 de enero de 2023



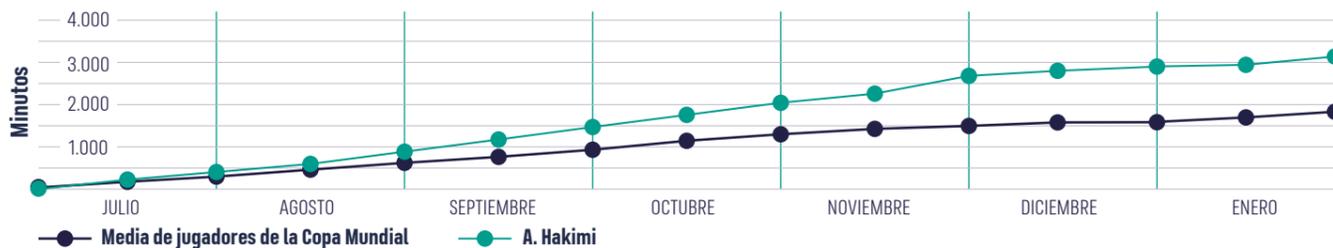
1.171 minutos en partidos consecutivos (únicamente partidos competitivos)

TEMPORADA 2022/23 EN DETALLE

del 1 de julio de 2022 al 30 de enero de 2023



Acumulación de minutos jugados (en comparación con la media de jugadores participantes en la Copa Mundial 2022)



Partidos consecutivos



RAPHAËL VARANE



CIFRAS DESTACADAS DE LA CARGA DE TRABAJO

Periodo analizado: del 1 de julio de 2022 al 30 de enero de 2023

Número total de minutos jugados en todas las competiciones conjuntamente, incluyendo partidos amistosos, durante el periodo analizado.



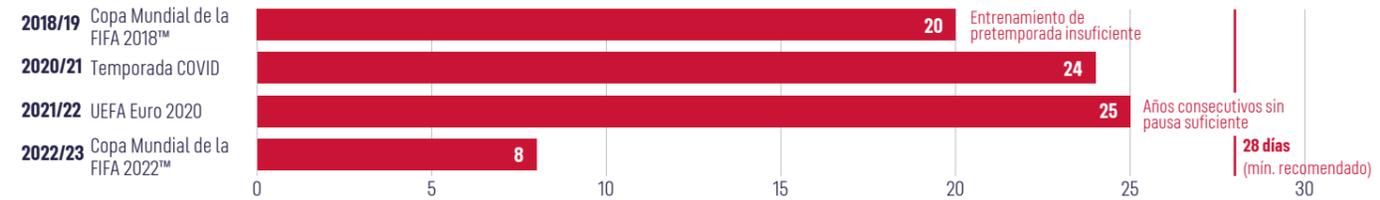
El nivel más elevado es como una lavadora, juegas todo el tiempo y nunca paras.

Número de días entre la última aparición de Rafael Varane en la Copa Mundial y la primera jornada de partido tras volver al Manchester United FC.



VARANE SIEMPRE HA REANUDADO RÁPIDAMENTE LA ACCIÓN TRAS UN TORNEO, CON SOLO UN LIMITADO DESCANSO

Fuera de temporada / Descanso posterior a un torneo (días) antes de volver a los entrenamientos



Tenemos programas saturados y jugamos sin parar. Ahora mismo, me siento agobiado; el jugador está devorando al hombre

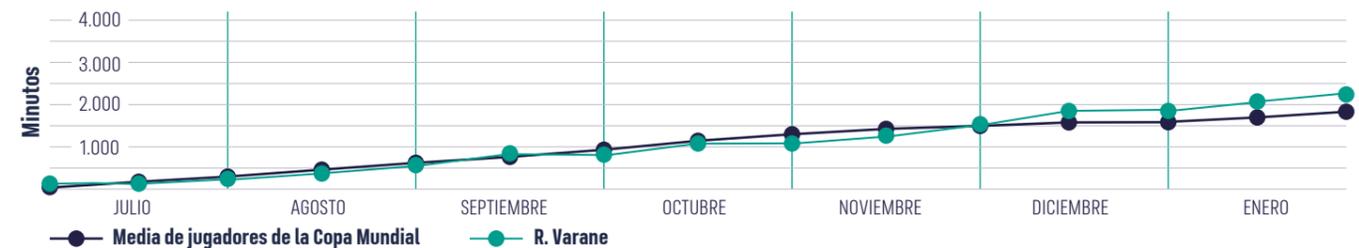
TEMPORADA 2022/23 EN DETALLE

del 1 de julio de 2022 al 30 de enero de 2023

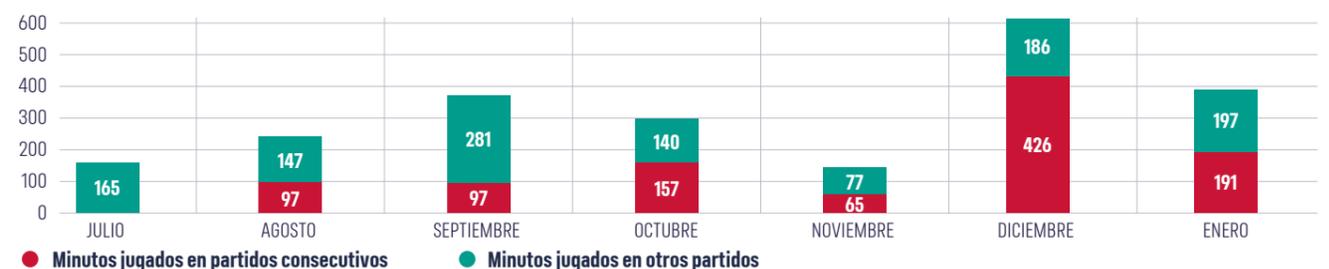
● Aparición ● Lesión



Acumulación de minutos jugados (en comparación con la media de jugadores participantes en la Copa Mundial 2022)



Partidos consecutivos



NICOLÁS OTAMENDI



CIFRAS DESTACADAS DE LA CARGA DE TRABAJO

Periodo analizado: del 1 de julio de 2022 al 30 de enero de 2023

Número total de minutos jugados en todas las competiciones conjuntamente, incluyendo partidos amistosos, durante el periodo analizado.



Porcentaje de minutos jugados en partidos consecutivos, conducentes a la falta de tiempo de descanso y recuperación, y a mayor riesgo de lesión.



Número de días entre la última aparición de Nicolás Otamendi en la Copa Mundial y la primera jornada de partido tras volver al SL Benfica.



EN 2022/23, OTAMENDI HA JUGADO YA UN 75% DE LOS MINUTOS QUE ACUMULÓ LA TEMPORADA ANTERIOR

del 1 de julio de 2022 al 30 de enero de 2023

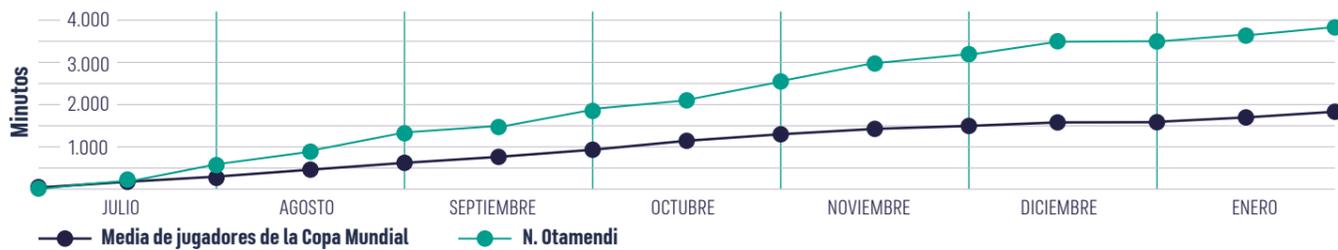


TEMPORADA 2022/23 EN DETALLE

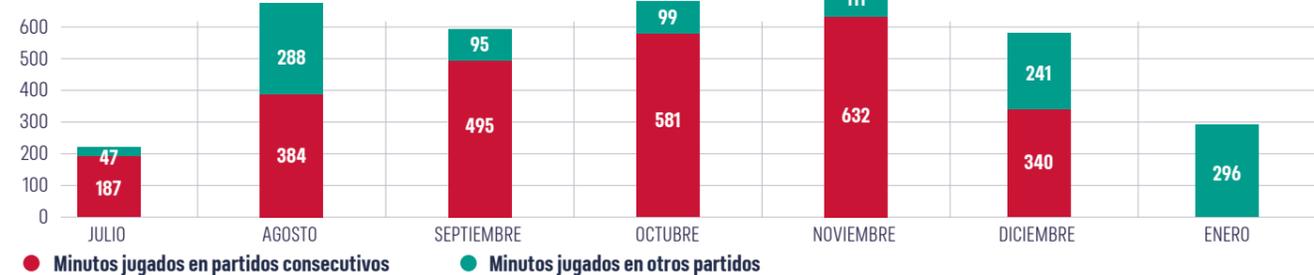
del 1 de julio de 2022 al 30 de enero de 2023



Acumulación de minutos jugados (en comparación con la media de jugadores participantes en la Copa Mundial 2022)



Partidos consecutivos



HARRY KANE



CIFRAS DESTACADAS DE LA CARGA DE TRABAJO

Periodo analizado: del 1 de julio de 2022 al 30 de enero de 2023

Número total de minutos jugados en todas las competiciones conjuntamente, incluyendo partidos amistosos, durante el periodo analizado.



Porcentaje de minutos jugados en partidos consecutivos, conducentes a la falta de tiempo de descanso y recuperación, y a mayor riesgo de lesión.



Número de días entre la última aparición de Harry Kane en la Copa Mundial y la primera jornada de partido tras volver al Tottenham Hotspur FC.



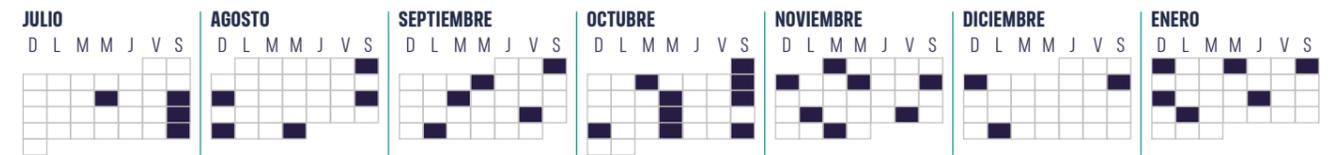
PROGRAMA SUMAMENTE EXIGENTE PREVIO A LA COPA MUNDIAL

del 26 de septiembre al 12 de noviembre de 2022

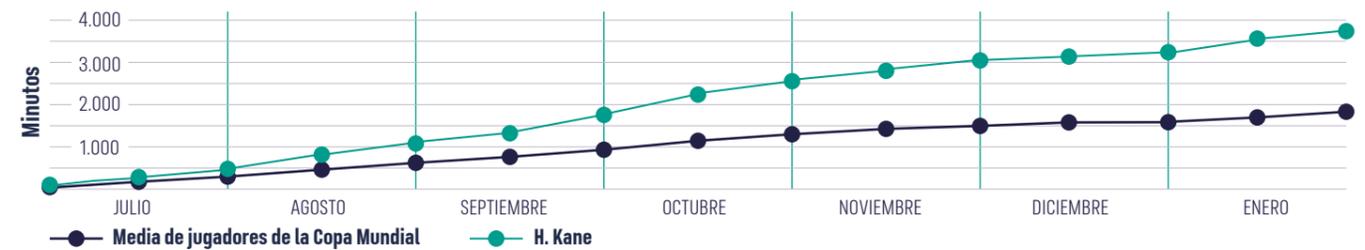


TEMPORADA 2022/23 EN DETALLE

del 1 de julio de 2022 al 30 de enero de 2023



Acumulación de minutos jugados (en comparación con la media de jugadores participantes en la Copa Mundial 2022)



Partidos consecutivos



07 / 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 (PWM) 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.

NUESTRO ENFOQUE ANALÍTICO

Para situar los resultados del análisis de este informe en contexto, es importante comprender las características clave del conjunto de datos subyacente.

MUESTRA DE JUGADORES

El informe se centra en todos los miembros de los equipos nacionales participantes en la Copa Mundial de la FIFA Qatar 2022™.



32 equipos nacionales



831 jugadores

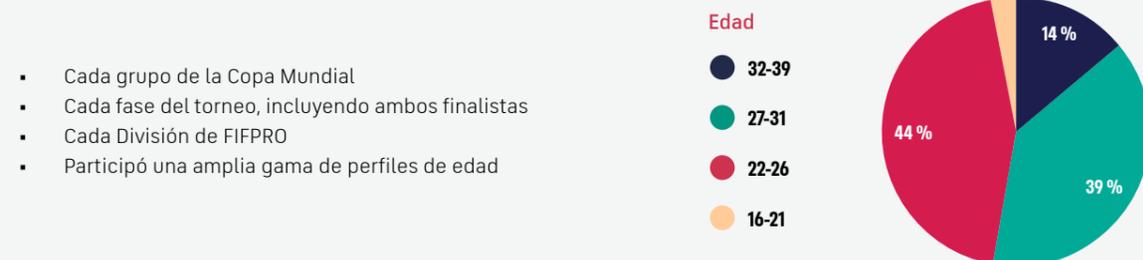
PERIODO ANALIZADO

Al analizar la carga de trabajo de los jugadores de la Copa Mundial, hemos evaluado todas sus apariciones, desde el 1 de agosto de 2022 (inicio de la temporada 2022/23 para la mayoría de los futbolistas), hasta el 30 de enero de 2023. En el caso de los futbolistas seleccionados para análisis en el Capítulo 06, también se tuvieron en cuenta los partidos disputados en julio de 2022. Actualmente, se computan más de 20.000 apariciones de jugadores en el conjunto subyacente de datos. Ello incluye todas las apariciones a nivel competitivo de club y de selección nacional de todos los participantes en la Copa Mundial de la FIFA 2022™.



ENCUESTA DE FIFPRO AL JUGADOR DE LA COPA MUNDIAL 2022

Tras el torneo en Qatar, FIFPRO realizó una encuesta, en enero de 2023, entre los jugadores participantes en la Copa Mundial. Completaron la encuesta un total de 64 futbolistas seleccionados entre los que participaron en la Copa Mundial. La muestra de jugadores seleccionados proporcionó impresiones de:



Es interesante observar que el 69% de los futbolistas encuestados juegan su fútbol de clubes en Europa. Las temáticas exploradas en la encuesta se centraron en los problemas de la carga de trabajo del jugador, tales como los periodos de preparación y recuperación. También se solicitaron impresiones sobre otras condiciones del torneo, como momento de fijación del torneo y de los partidos, condiciones climáticas, y días de descanso en el torneo. Los jugadores compartieron también sus opiniones acerca de la implementación de los cambios en los tiempos de descuento, el riesgo de lesión, e informaron sobre su fatiga física y mental en comparación con temporadas anteriores.

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 las futbolistas profesionales. Los mismos principios se aplican en la plataforma PWM de FIFPRO.

FUTBOLISTAS Y COMPETICIONES A NIVEL GLOBAL

MUESTRA PWM DE FIFPRO - este informe analiza la programación de partidos y datos relativos a la carga de trabajo de más de 800 futbolistas de los 32 equipos nacionales que participaron en la Copa Mundial de la FIFA Qatar 2022™. El análisis abarca todos los partidos jugados por estos futbolistas desde el 1 de agosto de 2022, periodo conducente al torneo, incluyendo partidos competitivos de club y todos los partidos de selección nacional.

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.

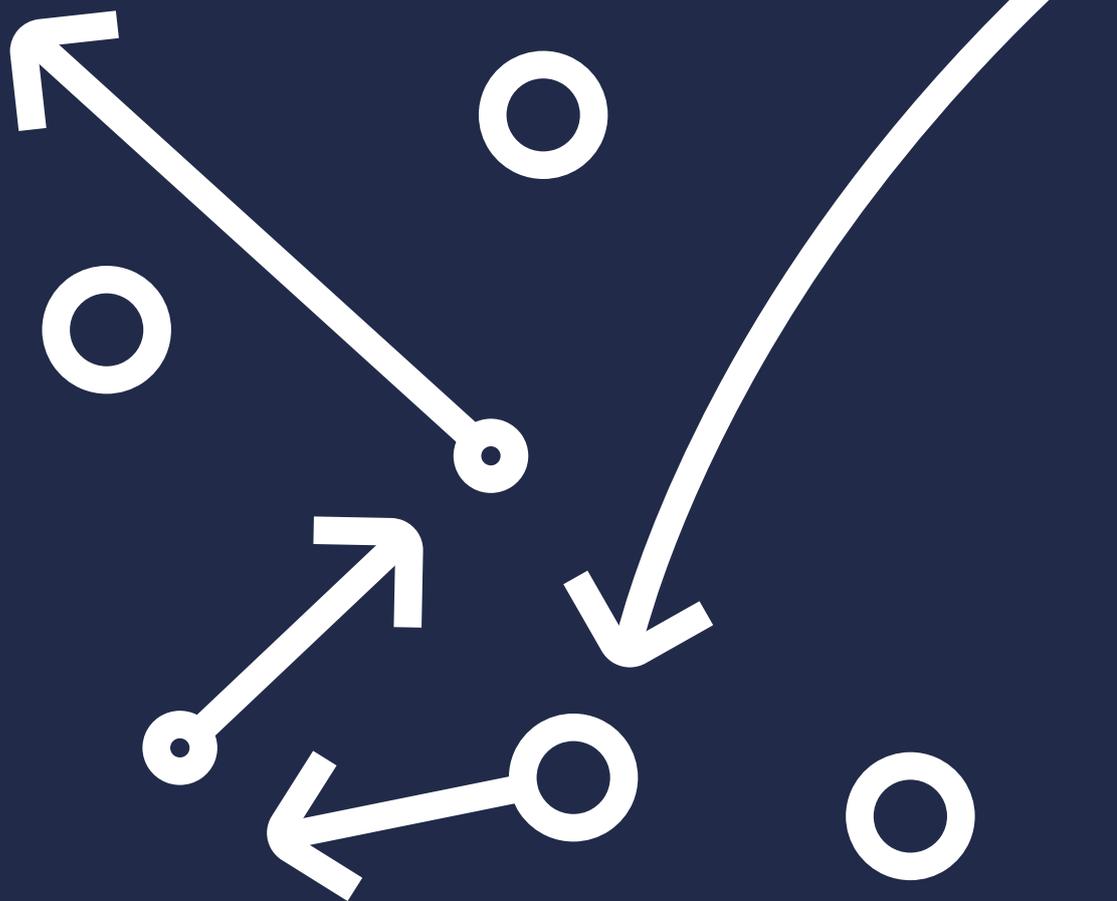
DESCANSO Y RECUPERACIÓN

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 (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*