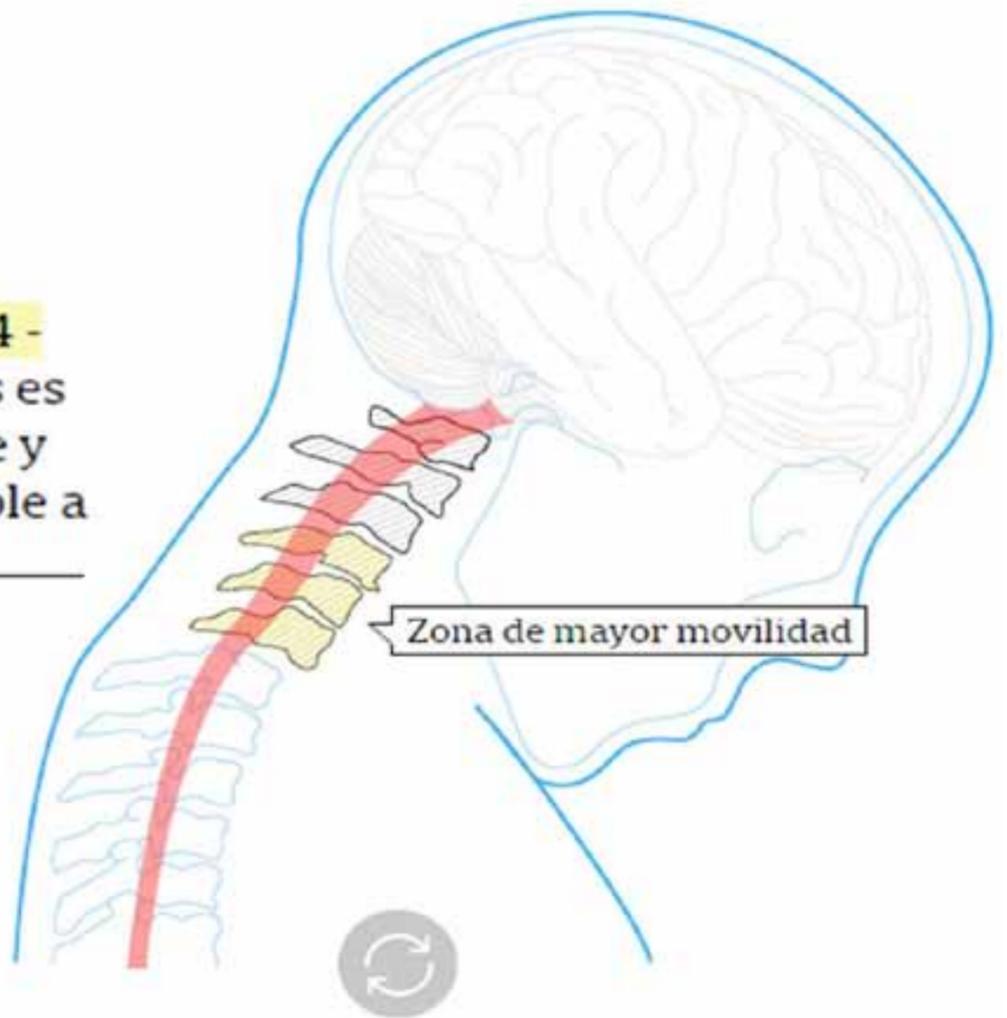


RUGBY SEGURO

¿Ustedes creen que es posible evitar los colapsos en el Scrum?

Las lesiones se producen comúnmente en la región **C4 - C6**. La zona de las cervicales es la que mayor movilidad tiene y por lo tanto es más susceptible a las lesiones

El resto de las vértebras están sujetas a la caja torácica y son más difíciles de lesionar



¿Reflexionamos juntos?

En los últimos 51 años, según registros de la Fundación Unión Argentina de Rugby (FUAR), el rugby argentino sumó 35 jugadores con lesiones graves: 18 se lastimaron durante un Scrum (La Nación).

Se acuerdan del año 2.016, superamos los índices históricos de los países con más accidentes.

Mi curiosidad se multiplicó, y mi cabeza se llenó de preguntas:

¿Algo debemos estar haciendo muy mal?, ¿Es suficiente lo que hacemos por la seguridad de los chicos?, ¿Aplicamos adecuadamente el reglamento? ¿Existen métodos de conducción que favorecen el Equilibrio? ¿Invertimos lo suficiente en prepararnos? ¿Cuidamos los chicos o solo nos interesa ganar el juego?.

Hasta 2016, ¿qué les parece a ustedes? “Obvio en Rugby Seguro no ha sido suficiente.”

Capítulo I: Las causas:

Reflexión personal: Después de los accidentes graves de lesiones cervicales de Juan Gastaldi 30-8-2015 23 años CASI, Ignacio Meeder 4-9-2016 23 años Duendes de Rosario, Jerónimo Bello 18-9-2016 23 años SIC y Federico Bocelli 22-10-2016, 17 años TALA, mi reacción fue, algo debo hacer; me dije, tengo experiencia para eso como ex primera línea Tala, Referente Nacional de Scrum, Educador de Rugby Infantil, Ref. Didáctico, Árbitro juvenil, Formador de árbitros de U. Cbesa de Rugby, y con mi hijo que jugaba de primera línea en 1ra de Tala de 23 años.

Me planteé seriamente hacer algo para favorecer la

seguridad del juego en el Scrum, el primer paso fue determinar las causas por las cuáles colapsan los Scrums.

Después de un año de tareas de análisis llegamos de manera clara y obvia a conclusiones sobre las causas que originaban la pérdida de **EQUILIBRIO y ESTABILIDAD**.

A modo de ejemplo citaremos el partido SIC Newman. (Jerónimo Bello). Analizamos cada scrum del minuto 1 hasta el minuto 35 donde fue el colapso grave.

Se jugaron 12 Scrums, los 12 colapsaron, se observó en cada scrum cada desviación postural antireglamentaria del pack y de cada jugador (C. Hernández análisis SIC-NEWMAN)

- De 12 scrums hubo al menos 12 veces la espalda con hombros debajo de cadera
 - De 12 scrums hubo al menos 12 veces ángulos incorrectos.
 - De 12 scrums hubo al menos 11 veces cabezas colgadas y Hombros debajo de las caderas.
 - De 12 scrums hubo al menos 10 veces brazos mal tomados.
 - De 12 scrums hubo 12 colapsos lo que significa que los jugadores podían estar agotados.
- Un punto importante fue confirmar que las desviaciones crecían de un scrum a otro en gravedad e intensidad
- Pero el punto clave fue ver que las desviaciones posturales se acumulaban al momento que comenzaba la disputa.

Esto sucedió en cada uno de los 12 scrums. Se volvió a determinar la misma conclusión en todos los análisis de



otros partidos. Los scrums Colapsan por que se pierde el equilibrio por acumulación de malas posturas cuando comienza la disputa.

“La acumulación de Desviaciones posturales desde que forman hasta que comienza la disputa fue la causa de pérdida de Equilibrio y posterior COLAPSO.”

Capítulo II EL MÉTODO: la segunda reflexión, ¿cómo hacemos para mantener postura?

Nace SE VE VENIR: (NOVIEMBRE 2016) Método de conducción Arbitral.

Nos visitó Sebastián Perasso vino a jugar con infantiles de SIC con M11 de JOCKEY de CBA y TALA., la visita fue muy emotiva fue un sábado por la mañana, el obviamente, era el presidente de delegación y al cierre del día me hizo entrega de una camiseta de SIC firmada por todos los jugadores de primera para entregarla a Federico Bocelli.

Ese mismo domingo a la mañana fui al hospital llegué a la habitación de Fede, puerta medio abierta, entre pidiendo permiso estaba su mamá, no me olvido más cuando ví su cara sabía que iba a dar lucha con todas sus fuerzas, como lo hacía cuando lo entrenábamos en m11, serio muy comprometido entregué la camiseta de SIC y le desee lo mejor, su madre y toda su familia pero él fundamentalmente tenían una convicción, confianza y fe realmente sorprendentes. Imaginen la fuerza que me dio al salir de ese hospital, toda la energía fue para desarrollar un método capaz de prevenir colapsos, se venía SE VE VENIR.

Comenzó un trabajo de tres años : aún encontrando un método efectivo, difundir , concientizar, y preparar las partes para se aplique en todas canchas Argentinas sería todo un desafío.

Las personas que colaboraron fueron Enrique “Topo”

Rodríguez, Dr. Martín Roque columna, Dr. Carlos Cotona-ro traumatólogo especialista accidentología, Dr. Passaglia Ricardo columna, Pr. Arq. Fernando Matiuiz especialista en estructuras cálculos de fuerzas, Alejandro Agüero árbitro UCR, Unión Cbórdoba, Javier Mancuso, Rolli Saieg lideran la Estructura arbitral U.C.R. y árbitros de nuestra Unión, Agustín Woinilowicz Derrumbe Cero SIC, difusión y lealtad en el juego, charla en Tigres, Gerardo Gagneten Director de deportes Fac. de derecho UBA. Campaña súmale rugby a tu vida y vida al rugby, Lucas Diez pte. Arb. Rosario organizado por Diego Yulita árbitro de rosario prueba del proyecto en partido real m15, tala duendes, Juan Sansó Pte. Unión de San Juan difusión, Eduardo “Bebe” Gutiérrez Arb. UCR., Alejandro Moremo preparación, Fernando Saccone concentración, club la Tablada y mi Club Tala y a todos los que colaboraron gentilmente.

Cada especialista aportó algo importante: útil para lograr Equilibrio:

- Fortaleza mental - lealtad - conocimiento de postura reglamentaria a cumplir.
- Preparación física adecuada.
- Buena base de piernas: estabilidad de tren inferior y flexión de rodillas.
- Caderas y hombros alineados: derechos mirando al ingoal contrario.
- Buen asimiento: los enganches son clave para contener la estructura
- Mantener espalda recta y cabeza neutra: posición más fuerte de nuestra columna.
- Respeto al rival y respeto a su propia seguridad.

El Nombre, surgió de una charla técnica con Lucho Peyrone Arbitro UAR, al escucharme atentamente me dijo ha claro SE VE VENIR el colapso entonces te anticipás, y

allí quedo su nombre.

Reflexión de Capítulos I y II : ¿Qué es SE VE VENIR?

Es un método preventivo de conducción arbitral orientado a prevenir colapsos.

Establece acciones conductivas reglamentarias desde que se forma cada Scrum, en cada canto y cuando comienza la disputa y establece marcadores de riesgo por vista en espaldas de acuerdo a la desviación observada.

La conducción se aplica mediante palabras claves que van corrigiendo desviaciones posturales, desde que se inicia la formación, en cada canto (cucillitas, tomarse, ya) y cuando comienza la disputa.

Debo asegurar que la fortaleza mayor del método es el criterio que aplica cuando comienza la disputa.

Si llegamos bien formados al momento que comienza la disputa, SE VE VENIR fija dos pautas claras:

1) si hay desviación leve prevenimos y seguimos

2) si hay desviación creciente interrumpimos.

- El método traza una línea de pintura imaginaria en cada columna que opera de marcador de riesgo, si observo un ángulo que crece y no para interrumpo.

- El método busca interrumpir un ángulo creciente antes de que colapse

- EL método cumple con la ley 19 de scrum en puntos 19-10-11-12-15 y tiene como principal el 19.19.

- Podrán empujar siempre que sea derecho y paralelo al

piso.

- Quien sale del derecho es quien primero comete la infracción.

- En método no corta el juego corrige, previene y sigue, siembra hábitos positivos de postura.

Entonces Establece dos criterios: en el comienzo del empuje: Ley 19-19

1) Ángulo leve (de 0 a 20 °): prevenimos con vos firme y si corrige seguimos. (el equilibrio continua).

2) Ángulo Creciente (crece a + de 20° y no para) interrumpimos inmediatamente. (equilibrio en riesgo).

Aclaraciones:

- Una espalda que sube o que baja se considera en cero grado cuando está paralela al piso.

- Una espalda que va hacia la derecha o izquierda, se considera cero grado cuando está paralela al touch.

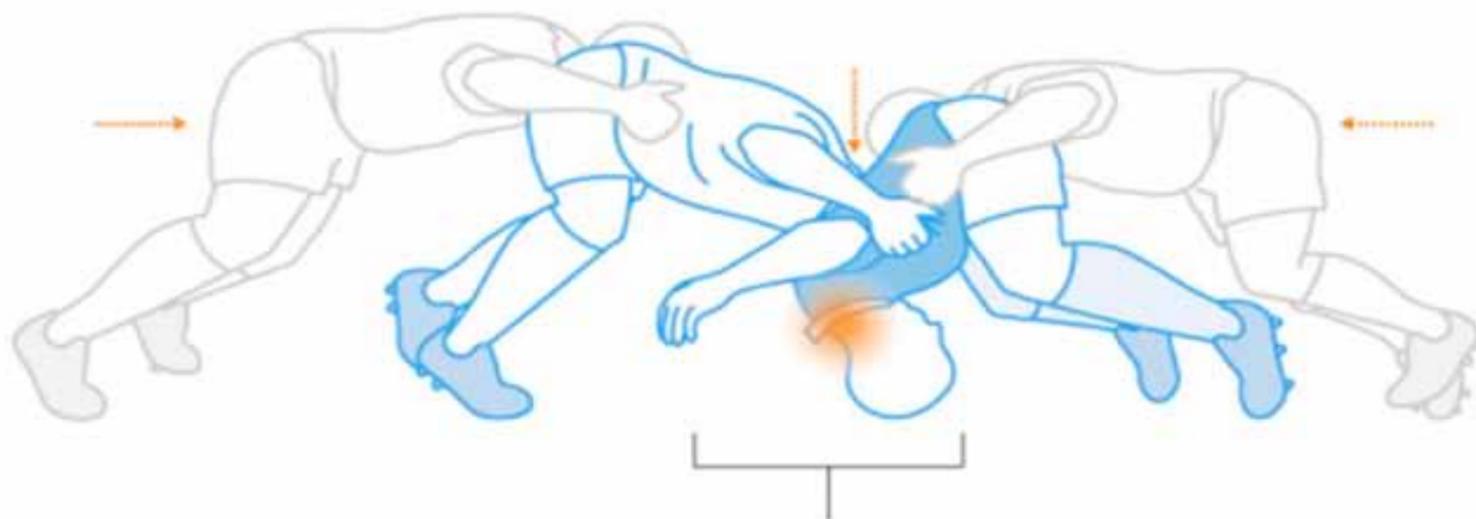
- Concepto de ángulo Creciente: ángulo que crece sin parar y supera 20 grados. interrumpimos.

- Entendemos que para lograr de manera simple el equilibrio postural reglamentario es clave trabajar en equipo jugadores, entrenadores, árbitros, profesores de educación física.

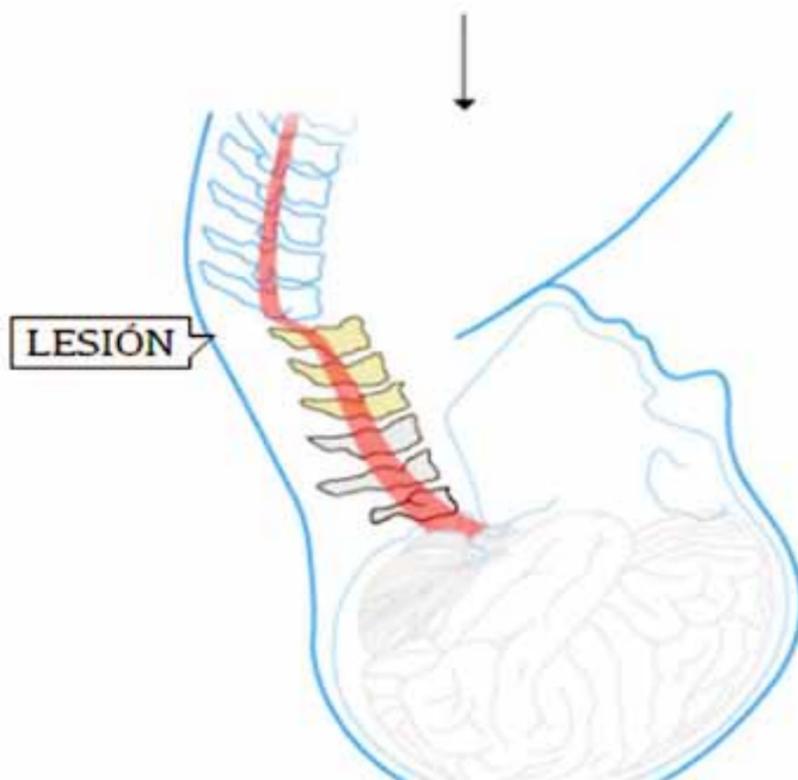
- El método busca mantener la espalda derecha y la cabeza neutra nunca colgada.

Esa posición es en donde la columna es más fuerte, se disminuye riesgo de lesión.

Buscamos evitar lo que la imagen muestra.



Cuando el scrum se derrumba, el jugador cae al piso con la cabeza doblada y, posiblemente, con jugadores encima. Los impactos perpendiculares en la columna cervical conllevan mayor riesgo de lesión que los no perpendiculares





- El método establece criterios conductivos que favorecen la espalda derecha y la cabeza neutra apuntando al equilibrio y postura reglamentaria.

- El método intenta no llegar al colapso por corrección de desviaciones premiando la postura correcta.

- El primer garante de su propia seguridad es que el jugador cumpla con el método.

Otros aspectos importantes a tener en cuenta:

- La preparación y difusión son claves.

- Acciones UAR después del 2.016 Curso Obligatorio, Acreditación primera línea.

- Rugby Seguro Alexis Padovani con Sergio Abate, cambios al Reg. Nac. De Rugby Infantil que favorecen la preparación de los chicos a desarrollar cumplimiento de postura reglamentaria.

- Capacitaron 2.019 a referentes de Scrum curso Scrum 1. Preparación.

- Capacitación de Referentes a Referentes de Scrum de los clubes. Curso Scrum 1.

He compartido SE VE VENIR año a año a toda la estruc-

tura UAR, los he invitado a conocer el método en varias ocasiones hasta hoy desde 2.016 todavía no se utiliza oficialmente este método en Argentina.

También por los casos que observo entiendo podría ser muy útil en otros países.

No obstante ello se enseña en todo Córdoba, y se ha compartido con San Juan, Urba, Salta y Rosario.

SE VE VENIR es en nombre de todos accidentes y a favor de que no vuelvan a ocurrir.

La idea es clara y obvia prevenir los accidentes y a favor de la vida , después el juego.

Datos Estadísticos Útiles:

- SE VE VENIR fue probado en Córdoba 2.016 2019. Hubo pruebas en Rosario y Tucumán.

- De 90 partidos y entrenamientos de m15 a m19 el promedio de colapsos fue de 0,6 colapsos .

- Significa 2 colapsos máximo, la gran mayoría de los partidos entre 0 y 1 colapso.

- Cuando el Jugador se da cuenta, se convierte en el garante de su propia seguridad .

INGOAL

REVISTA

LA VOZ DE LA TRIBUNA

Todas las mañanas con la información de los mejores portales de rugby del mundo



INGOAL REVISTA
la voz de la tribuna

