



Prof. Doutor José Neto
Instituto Superior da Maia. Instrutor da UEFA. Paços de Ferreira.

Entrevista

Embora seja da área da educação física, o Professor tem-se dedicado muito à Medicina Desportiva (MD). Porquê este encanto?

Foi sempre uma questão de paixão o estudo das causas que podem suportar a evidência para a excelência no rendimento desportivo. Na minha universidade da vida (F C Porto) iniciei a introdução da observação e avaliação do jogo de futebol em Portugal, através do sempre presente Sr. Pedroto (1982): “olha para o jogo e ele te dirá como deves treinar”, e depois pelo treinador Artur. Houve uma série de patologias graves com necessidade de intervenção cirúrgica. Dado que não havia ninguém para apoio na reabilitação e dada a minha formação académica do 1.º curso de Ed. Física na U. Porto (1976/81), por sugestão do treinador e indicação do Dr. Domingos Gomes, passei a exercer esta ponte de excelente relação de atributos na qualidade de metodólogo de treino específico responsável pela reabilitação pré-competitiva. Recordo que foi a forma mais extraordinária de colocar em prática um conteúdo de matérias assimiladas na Faculdade no âmbito da traumatologia, anatomia, fisiologia e que nunca como tal tinham sido tratadas de forma tão séria, para uma aplicação tão necessária, como profícua, em lesões de alto risco. A recompensa foi a verificação que esses atletas de nível internacional, após sujeitos ao processo de recuperação, não terem tido recidivas após a inserção no grupo normal de trabalho, acabando alguns deles por melhorar as suas prestações. Depois, fui procurado para realizar estas funções com atletas de outros clubes e de nível internacional.

... a sua ligação, interação com a classe médica tem sido importante para si e vice-versa ...

Sem dúvida que essa ligação com a classe médica, pela fidalguia de

trato e respeitabilidade assumida, foi das marcas mais nobres que sempre orientou a minha vida profissional. A honra de ter privado com valores de excelência técnica, científica e humana jamais se apagará da minha memória. De muitos nomes, gostaria de exaltar os Drs. Espregueira-Mendes, Domingos Gomes, Mário Beça, Basil Ribeiro, Manuel Conceição, Leandro Massada, Fernando Póvoas, Carlos Rio, Romeu Barbosa, Novais de Carvalho, Henrique Jones, Paulo Amado, Camacho Vieira, Ovídio Costa e, mais recentemente, os Drs. João Espregueira Mendes, Nelson Puga, Nuno Loureiro e José Carlos Noronha, sem esquecer massagistas e fisioterapeutas que muitíssimo contribuíram para os processos de êxito, tais como Vítor Hugo (já saudade), Diamantino Moura, José Luís, Rodolfo Moura, Joaquim Tedim, José Mário Almeida, Luís Miranda e Fernando Doellinger. Fica o registo, porventura com desculpa de um ou outro nome não ter sido referido, mas a minha gratidão sempre será evocada.

Com muita dificuldade, mas igual tenacidade, realiza anualmente umas jornadas de MD em Paços de Ferreira. Como têm corrido?

Desta relação de estima ficou-me o desejo de tributar a minha terra com a organização de Jornadas Médico-Desportivas, tendo sido este ano a 13.ª edição. É com alguma facilidade que realizo o evento, dada a extraordinária relação de afeto com a classe médica convidada e até tenho tido dificuldade em inserir todos os que alegre e positivamente aceitam o convite em participar. Tenho obtido apoio constante da Associação Empresarial, da Câmara Municipal e de empresas locais. A participação exterior contempla sempre mais do que 90% do total de inscritos, enquanto a participação dos clubes e órgãos associativos, bombeiros, Cruz Vermelha da minha terra é quase sempre reduzida. Sabendo da importância do exercício e da atividade física para a prevenção, manutenção e recuperação da boa saúde, continuarei a promover este tipo de ações para que a gente da minha terra, e não só, possa encontrar uma forma de se consciencializar na apologia de uma vida mais saudável através da prática do exercício e do desporto.

Uma das suas principais áreas de intervenção é a psicologia. O atleta precisa mesmo de um psicólogo?

De facto, tem sido uma das áreas da minha intervenção na vida académica, na formação de treinadores, etc. A partir de um determinado momento fui verificando que apesar do atleta se encontrar física, biológica e tecnicamente em forma nem sempre obtinha o sucesso esperado. Efetuei o 1.º Mestrado em Portugal de Psicologia Desportiva (U. Minho 1994/97) e fui investigando algumas componentes associadas para o rendimento de excelência ao nível da motivação, autoconfiança, autoestima, atenção e concentração, estresse e ansiedade, liderança, coesão, e fui reinserindo na metodologia de treino algumas destas componentes, cujos resultados me têm até surpreendido, dada a elevada eficácia. Após mais de 6 anos de estudos e de aplicabilidade, elaborei uma tese de doutoramento (2011). Como metodólogo de treino, entendo que esta temática da psicologia aplicada é uma ferramenta determinante para o sucesso de qualquer jogador e ou equipa. No que se refere aos aspetos psicológicos e às lesões, no dia 15/04 publiquei, através da Prime Books, o livro “Lesões – o pior inimigo dos futebolistas”, onde se referem fatores psicológicos associados à prevenção e recuperação de lesões desportivas, assim como a avaliação e o diagnóstico psicológico das lesões desportivas e estratégias de acompanhamento físico e acompanhamento psicológico de atletas lesionados.

Tem escrito muitos livros e depois, generosamente, atribui as receitas a instituições...

Aqueles que tanto aqueceram meu corpo, beijaram meu rosto e vigiaram meus passos, os meus saudosos avózninhos que me criaram para a vida, sempre me disseram: “dá a quem tanto precisa o que porventura também te poderá fazer falta”, que tudo receberás como recompensa. Procurei em duas publicações ajudar quem mais precisava. A edição do livro “Exercício e Atividade Física – Pa(ss)os para a Saúde”, foi doada ao “Coração da cidade”, à “Abraço”, à obra do “Padre Américo de Paços de Sousa” e a obras sociais de apoio aos velhinhos de Paços de Ferreira. O livro “Os meus Contos de Natal”, editado pela Tribuna, também foi doado a uma Associação de crianças sofridas.