

Het kwetsbare lijf van stervoetballers

Tekst: Jos Benders
Foto's: Louca Benders

Op audiëntie bij FC Barcelona clubarts dr. Ricard Pruna

Dr. Ricard Pruna, de arts van het eerste elftal van FC Barcelona, onderhoudt speciale banden met Nederlandse voetbalgrootheden Frank de Boer, Phillip Cocu en Louis van Gaal. Met die laatste om een wel heel bijzondere reden: "Trainer Louis van Gaal schoof mij twintig jaar geleden naar voren als dokter van het eerste elftal."

Goed beveiligd

Bij de wedstrijden van Barcelona is hij een vertrouwd gezicht op de drukke spelersbank; op de tweede rij in de hoek. Bescheiden achter de toreadors. Rustig afwachting op zijn stoeltje, totdat hij de dug-out plotseling moet verlaten voor een blessure op het veld. Maar wie is die man?

Dr. Pruna ontvangt zijn gasten buiten het reguliere rooster om in het goed beveiligde en ruim bemeten trainingscentrum van FC Barcelona, gelegen buiten het centrum. Aangestraald door een Catalaans zonnetje heerst er bedrijvigheid, die aan het oog wordt onttrokken door een hoge betonnen wand met in het hart slagbomen. Bewakers beschermen het kostbaarste bezit tegen indringers. Dr. Pruna heeft het bezoek evenwel aangemeld.

Vrienden

Onze gastheer zag hier in zijn twintig jaar als clubarts grootse ontwikkelingen tot stand komen, vooral dankzij meer geldelijke middelen. Gelijktijdig trok een stoet aan befaamde spelers en trainers in die periode voorbij.

De 'mensenman' dr. Pruna heeft vele vrienden met noppen dankzij zijn unieke beroep, wil hij wel even aangeven. Zo onderhoudt hij nog steeds goede contacten met Pep Guardiola, die hij aanvankelijk begeleidde als speler, en José Mourinho. De loop van speler naar coach beleefde ook de huidige trainer en voormalige vedette van Barça, Luis Enrique. Pruna: "Dan ken je elkaar door dik en dun. Misschien zal het ook met Xavi ooit zo gaan." Xavi, lang de aanvoerder en animator van de ploeg, om wiens vertrek naar Qatar heel Catalonië nog steeds rouwt, mag ook voor zijn gezinsleden altijd op de clubarts blijven rekenen. Wel als enige, al gold die service vroeger alle vedetten. De tijd hiervoor ontbreekt inmiddels.



Dr. Pruna (links) en Jos Benders. Hoe zuidelijker je komt, des te aardiger de collega's. Dr. Pruna es más que un médico!

MRI

Dr. Pruna bevindt zich deze zonnige middag in San Juan Despl, even buiten het centrum van Barcelona, in een bepaald meer rustieke omgeving dan Camp Nou. De begroeting vindt plaats in de wachtruimte van de medische kliniek, gehuisvest op de eerste hoek rechts na de betonnen overkapping die verderop leidt naar het trainingscomplex. Gewonde

of zieke sporters – ook junior-elftallen zijn er welkom – kunnen er gebruik maken van een keur aan sportmedische specialisten op het gebied van orthopedie, fysiologie, voedingsleer en röntgen- en echodiagnostiek. Met bijbehorende outillage.

Nieuw is de aanschaf van een MRI-toestel, waarvan de kosten ongeveer een miljoen euro bedroegen. Het toestel is ingepast

Even voorstellen: Jos Benders

Jos Benders is schrijver-arts en publiceert met regelmaat over sportmedische onderwerpen in diverse media. Als wedstrijddokter heeft hij bekendheid verworven in de takken voetbal en wielrennen. Hij is werkzaam voor de Stichting Star of Life team en de Stichting Medico Monde.

Dit artikel is, inclusief een fotoreportage, verwerkt in een boek dat enige tijd later is aangeboden aan Dr. Pruna. In een dankmailtje liet hij daarop nog weten: "Really appreciate this treasure. Nice nice nice and more than happy to have this book."

Met dank aan Lex Muller voor zijn gewaardeerde adviezen.



in de eigen röntgenafdeling die er nu al draait, met aan de lichtkast een eigen club-radioloog.

Tour

De rondleiding is begonnen en Pruna wandelt ontspannen richting de conferentieruimte, één zoals je die alleen tegenkomt in ziekenhuizen. Hier komen 's maandags, een middag lang, de medische beraadslagingen aan de orde, waarbij elk vezeltje van de sterspelers wordt doorgenomen. Besluiten over de benodigde reparaties aan het bewegingsapparaat vormen het sluitstuk van het specialistenforum. Dwalend door de gangen begroet Pruna met zuidelijke warmte zijn collega's die passeren of even in de deuropening pauzeren en die benieuwd vragen wie Pruna op sleeptouw heeft. De gemoedelijkheid binnen dit sterk gedisciplineerde instituut is hoog.

Gewicht

Elke ochtend stappen de spelers van het eerste elftal verplicht op de weegschaal. Dit gebeurt in een nog hermetischer afgesloten eerste-elftal blok aan de westzijde. Discipline geldt ook voor het

tweemaal daags gezamenlijk eten in een geprivilegieerde eetzaal, waar verder niemand komt. Meermaals per dag wandelt Pruna hierheen, op sprongafstand van de kliniek. Het kopje koffie dat hij zijn gasten aanbiedt, had hier zo in de maag van Lionel Messi kunnen glijden... Op tafel bij de entree liggen gesigeneerde wedstrijdshirts,

Dr. Pruna is meer dan een arts

aan de wanden monitoren met voorlichtingsfilms over Gezondheid en Lifestyle. Het gezonde leven, het lichaam in dienst van de sport, heerst hier als religie.

Keuken

Eigen koks, een verdieping lager, verzorgen de inwendige mens, waar nodig met aangepaste diëten. De maaltijden komen per lift naar de eetzaal, waar spelers via een buffet zelf vrijelijk hun keuzes maken en opscheppen.

In diezelfde 'heilige' eetzaal gunt Pruna zijn gasten niet alleen een mediterraan gevoel van welkom. Als voetbal een religie is, dan waant de buitenstaander zich hier in de Vaticaanstad van het voetbal. Pruna lacht instemmend om de vergelijking.

De zaal is verder sober ingericht, geen protserigheid. Hier moeten

ook mensen kunnen zitten die bezweet zijn en geschoeid met noppen die trommelmuziek maken. Vanuit dit restaurant is er zicht op het speciale trainingsveld voor het eerste elftal.

GPS

Via een trap naar beneden zijn de technologische voorzieningen te bewonderen met in alle lichtmasten videocamera's die elke fysieke beweging van de spelers opvangen en registreren. Een GPS-sensor bevindt zich in de nek van de atleten voor de dashboard-informatie aan kilometers, sprints, rustmomenten, et cetera. Minutieus worden alle registraties na de training uitgelopen door specialisten en individueel aan de stervoetballers teruggekoppeld. De mat is van kunstgras. Op de benedenverdieping toont Pruna met evenveel trots de grote fitnessruimte met annex fysioruimte, die geschakeld zijn aan de kleedruimten van het eerste elftal. Daar ligt ook de voorraad schone spelerswas klaar. Wandrekken van

eenvoudige meubelplaat zijn er als bijenraat tegen de muren geplaatst. Afmetingen 50x50. Met een lettertang zijn op de liggende lijstjes, per vak, de namen van de spelers geplaatst. En zo kom je ineens te staan voor de nis met de naam van Messi, hier gedoopt als Leo. Links van hem Javier Mascherano, hij wel als achternaam.

"De totale medische staf van het eerste elftal bestaat uit tien personen. Aan het begin van het nieuwe seizoen worden alle spelers van top tot teen doorgemeten, per specialist," aldus de teamarts. Als laatste onderdeel van deze bijzondere rondleiding geeft Pruna een inkijkje in de sport-fysiologische afdeling met alle denkbare technologische voorzieningen om een lichaam in maat en getal uit te drukken. Barça is ook buiten het veld méér dan een club.



Hier gaat de liefde van de sterspelers door de maag...