

**Jos Benders is voetbaldokter en  
wielerarts, naast auteur.**

**Hij is fan van FC Barcelona en schreef  
al eerder in dit magazine, onder andere  
over zijn band met Johan Crujff en de  
chef-arts van Barça, Ricard Pruna.**



## MEDISCH BARÇA

Tekst: Jos Benders

De redactie van dit mooie magazine biedt mij een platform om als sportdokter te schrijven over medische zaken die sterk raken aan 'ons' FC Barcelona.

### De gezonde kijk van El Sierd

Barça-spelers lopen een verhoogd risico op het krijgen van blessures. De reden vormt de aanslagen op hun lichaam, 'foul play'. Schrijnend feit is: hoe hoger de technische begaafdheid, des te hoger de kans op een schop van een tegenstander.

Het frivool wentelen door een verdediging is een bekend risicomoment. Lionel Messi ziet zijn aanval dikwijls gestuit door een opzettelijk uitgestoken been van dartelende spelers rond hem, soms vier in getal. Ook Andrés Iniesta, Gerard Piqué en Sergio Busquets kunnen erover meepraten, zoals ook Neymar da Silva Santos junior dit kon in zijn Barça-tijd. Mede door zijn ranke bouw wordt hij regelmatig gekatapulteerd.

Wat volgt is eerder luchtvaart dan voetbal.

Ziggo-commentator Sierd de Vos, die nogal eens 'van dienst' is wanneer Barça aantreedt, is een watcher die de ellende scherp ziet. Laatst noemde hij het voortdurende grasmaaien op de ledematen van de ster spelers van Barça 'voetbal-terrorisme'. Sierd heeft een grote hekel aan vuile spelletjes, mede omdat de schoonheid van het voetbal er ernstig onder lijdt. Hij vindt, en naar mijn mening zeer terecht, dat hier een belangrijke regulerende taak ligt voor de scheidsrechters. Voetbal, ook zonder smerige

tegenstanders, is namelijk al risicovol genoeg. Zo blijkt.

Recent is vanuit Nederland onderzoek verricht onder oud-profvoetballers uit verschillende landen.

Op relatief jonge leeftijd na het stoppen met voetbal komt slijtage van enkel, knie en heup veelvuldig voor. Niet minder dan 33% van alle oud-spelers lijdt eronder. Ze tobben met gewrichtspijn, ongemakken en een verminderde functie van de gewrichten. De diagnosecijfers steken ongunstig af bij de gemiddelde bevolking. Eén van de coördinatoren van de studie is de oud-profvoetballer dr. Vincent Gouttebauge, speler van onder meer Auxerre en later Volendam. De Fransman is nu wetenschapper. Samen met Professor Gino Kerckhoffs (AMC/VUmc) onderzocht hij recentelijk de gegevens van 396 oud-profvoetballers met een gemiddelde leeftijd van 36 jaar.

Wie de uitkomsten van dit wetenschappelijk onderzoek goed op zich laat inwerken, wordt bevangen door schrik: goudhaantjes als Iniesta (33 jaar), Messi (30) en Busquets (29) zijn niet heel ver verwijderd van de gemiddelde leeftijd in voorgenoemde studie.

Gelukkig bezit FC Barcelona een top medische organisatie, onder leiding van Dr. Ricard Pruna.

Zijn spelers ontvangen de beste zorg. Desondanks heeft hij helaas geen invloed op de houding van tegenspelers. Om blessures te voorkomen ontwierpen wetenschappers van de FIFA het preventieprogramma 'de 11+'. Niet voor niets heeft de FIFA het volgende kernelement tot nummer één verheven: fair play. Hierin ligt een hoofdtaak voor spelers, daarin sportief gecoacht door hun trainers.

Zoals ook het wegverkeer niet kan zonder handhavers, zo ligt er voor de scheidsrechters een meer dan belangrijke uitdaging. Eén die voor ons artsen vaker meer stringent mag worden ingevuld. Ter bescherming van de actoren op het veld, hun lijf en leden, hun latere leven, en ter conservering van de ultieme schoonheid van het spel.

*AdiJos!*



Foto: Arnold Velders