

Jos Benders is voetbaldokter en wielerspecialist, naast auteur.

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



MEDISCH BARÇA

Tekst: Jos Benders

FC BARCELONA DEELT HAAR MEDISCHE KENNIS MET WERELD

Onze columnist Jos Benders is op 26 april jl. door de Koning benoemd tot Ridder in de Orde van Oranje Nassau. De onderscheiding werd hem uitgereikt voor zijn bijdrage aan de professionalisering van de mobiele sportgeneeskunde tijdens evenementen, zijn werken als voetbaldokter en zijn inzet voor de Mantelzorg. De fanclub is trots en feliciteert Jos van harte!

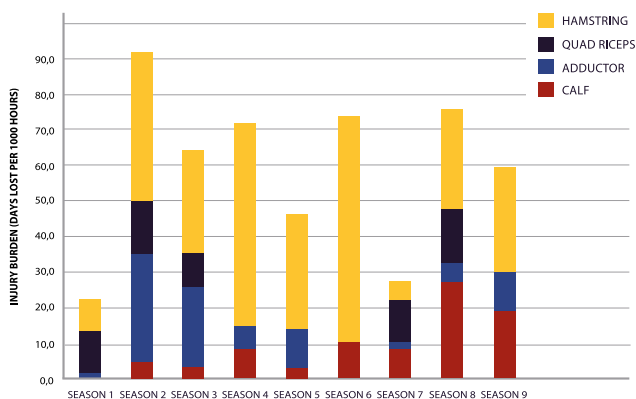
Peter Goedbloed, Voorzitter

FC Barcelona is bijzonder, ook in zijn houding naar de buitenwereld. De club is een open boek en deelt zijn geheimen met de buitenwereld. Zoals op het wereldcongres met voetbaldokters in Barcelona op 2, 3 en 4 juni jl. Hier werd de focus van FC Barcelona door haar stafartsen aldus verwoord: 'Wij willen nieuwe kennis genereren en nieuwe producten en diensten creëren die niet alleen van nut zijn voor onze spelers, clubleden en fans, maar ook voor de maatschappij (!) in het algemeen. Met deze instelling wil FC Barcelona tonen wat ze bedoelt met méér te willen zijn dan alleen een club.

Het juni congres dat plaatsvond in Camp Nou, droeg als titel Football Medicine Outcomes. De lezing van de chef-arts van Barça, dr. Ricard Pruna bevatte een primeur: de presentatie van de 'Muscle Injury Guide' (vertaald: Spierblessure gids) met als ondertitel Preventie en Terugkeer in de wedstrijd na een spierblessure.

Dr. Pruna was in zijn boodschap helder: "Er zijn veel voordelen voor de mentale en lichamelijke gezondheid door voetbal, maar er is evenwel één belangrijk nadeel: het grote aantal blessures, vooral van de spieren." De nieuwe handleiding is in 2009 en

2015 voorafgegaan door de 'FC Barcelona Muscle Injury Guide'. De nijvere clubarts verbreedde zijn scoop door voor zijn nieuwste editie kennis te delen met meer dan 60 specialisten wereldwijd. De gids behandelt de voornaamste spierblessures van: de Hamstring (achterzijde bovenbeen), de Quadriceps (voorzijde bovenbeen), de Adductor (binnenzijde bovenbeen, doorlopend in de lies) en de Calf (kuit). Met uitgewerkte en overzichtelijke behandelplannen. In het volgende grafiekje toont de medische staf van FC Barcelona openhartig hoe het staat met de meest voorkomende spierblessures bij Barça zelf, geteld vanaf het seizoen 2008/2009 tot 2016/2017:



De nieuwe gids geeft ook inzicht in de behandelingschema's die gelden voor de stervoetballers van Barça. Door hun illustratieve wijze van presenteren zijn ze meteen een handleiding voor andere voetbalorganisaties, ook die in het amateurvoetbal. In de komende afleveringen zal ik nader ingaan op dit meesterwerk.

AdiJos!

