

Dünya Kupası'nda oruç tartışması

Ramazan ayının Brezilya'da düzenlenen Dünya Kupası'nın düzenlendiği tarihlere denk gelmesi futbolcular için oruç tartışmalarını tekrar gündeme taşıdı.

Kupada, İran ve Cezayir gibi Müslüman ülkelerin milli takımlarının yanı sıra Fransa, Almanya, İsviçre ve Belçika gibi kadrosunda birçok Müslüman futbolcu barındıran ekipler de yer alıyor. Bu futbolcuların ramazan ayı boyunca nasıl bir yöntem izleyecekleri merak konusu. Zira uzmanlar, yoğun bir tempo içinde olan futbolcuların oruç tutmalarına konusunda farklı düşüncelere sahip.

FIFA için sorun yok

FIFA Sağlık Sorumlusu Jiri Dvorak önceki gün düzenlediği basın toplantısında 'oruç tutan futbolcuların fiziki durumlarının olumsuz etkilenmeyeceğini' belirtti. Dvorak, "Uzun süredir yaptığımız kapsamlı araştırmalarda, oyuncuların performanslarında herhangi bir düşüşle karşılaşmadık" dedi. İngiliz Spor Enstitüsünden Emma Gardner ise Reuters'a yaptığı açıklamada, oruç tutmanın profesyonel sporcular üzerinde ciddi olumsuz etkisi olduğunu savundu. Gardner, "En önemli sorunlar vücut sıvısı ve enerji seviyesini belli bir oranda tutmak" şeklinde konuştu. Gardner, oruç tutmanın kas kütlesinde de azalmaya sebep olduğunu ifade etti.

Özil tutmayacak

Alman takımının Türk kökenli yıldız ismi Mesut Özil ise yaptığı açıklamada, "çalıştığı için" oruç tutmayacağını belirtti. Oruç tutan futbolcuların, antrenmanlarını sabah erken ya da gece geç vakitte yapmaları ve iftar saatine yakın zamanlarda maça çıkmaları tavsiye ediliyor. Daha önce denenen yöntemlerden birinin de ağza su alıp yutmadan tükürerek sıvı ihtiyacını gidermek olduğu aktarılıyor.

