

CABEZAZOS EN EL FÚTBOL INFANTIL



Desde el Comité de Actividad Física y Deporte de la Sociedad Uruguaya de Pediatría, atendiendo a la discusión internacional sobre el cabezazo en el fútbol infantil (baby fútbol), expresamos algunas consideraciones.

El fútbol infantil trae múltiples beneficios para la salud física y mental, además de los vínculos sociales que promueve.

Debemos distinguir entre dos tipos de golpes en la cabeza en el deporte: los que producen síntomas inmediatamente (conmoción cerebral y traumatismo encefalocraneano) y los pequeños golpes repetidos que no provocan síntomas en el momento de producirse pero su acumulación puede llevar a daños en el cerebro a mediano y largo plazo.

Si bien no está clara la relación entre cabecear el balón y el riesgo futuro de desarrollar enfermedades neurodegenerativas, el cerebro en desarrollo sumado a la falta de fuerza para mantener la cabeza estable y la falta de experiencia para minimizar riesgos de los niños, pone en consideración evitar los cabezazos repetidos durante la niñez.

Aunque no se tenga al día de hoy toda la evidencia científica, parece sensato y prudente, adelantarse y prevenir hasta tanto se aclare más las posibles repercusiones por cabecear la pelota.

En ese sentido, en Inglaterra y Estados Unidos no se permite el cabezazo en el fútbol infantil.

International football Association Board (IFAB) es una entidad que asesora a la FIFA sobre las reglas de juego en el fútbol y recomienda prohibir el cabezazo en el fútbol infantil como medida de protección ante eventuales repercusiones futuras en la salud cerebral. Esta recomendación se comunicó a todas las federaciones.

Al mismo tiempo, esto podría servir para evitar los golpes en la cabeza de mayor entidad como consecuencia de disputar el balón buscando cabecear; por ejemplo, cabeza contra cabeza, codazo o rodillazo contra la cabeza.

Toda medida de prevención de lesiones, lejos de ser una limitante, facilita la práctica del ejercicio y deporte preferido con mayor seguridad y tranquilidad para los niños y sus familias, optimizando el desarrollo de capacidades y el disfrute por el juego.

Bibliografía

Cockerell O, Hayes N, Sylvester R. The neurological risks of playing association football. *JRSM Open*. 2021 Nov 18;12(11):20542704211055558.

Stern R. Soccer and Mortality - Good News and Bad News. *N Engl J Med*. 2019 Nov 7;381(19):1862-1863.

Nitrini R. Soccer (Football Association) and chronic traumatic encephalopathy: A short review and recommendation. *Dement Neuropsychol*. 2017 Jul-Sep;11(3):218-220.

Neal J, Hutchings P, Phelps C, Williams D. Football and Dementia: Understanding the Link. *Front Psychiatry*. 2022 May 27;13: 849876.

Mackay D, Russell E, Stewart K, MacLean JA, Pell JP, Stewart W. Neurodegenerative Disease Mortality among Former Professional Soccer Players. *N Engl J Med*. 2019 Nov 7;381(19):1801-1808.

Ntikas M, Binkofski F, Shah NJ, Letswaart M. Repeated Sub-Concussive Impacts and the Negative Effects of Contact Sports on Cognition and Brain Integrity. *Int J Environ Res Public Health*. 2022 Jun 9;19(12):7098.