



Recibido: 01 de noviembre de 2023  
Aceptado: 23 de noviembre de 2023

CATEGORIA Pregrado  
DOI 10.59157/redicyt12202311

## ¿Por qué el fútbol americano es un deporte peligroso para los jugadores?

César Eduardo García Luna  
garcialunacesar90@gmail.com

Universidad Tecnológica del Centro de Veracruz  
Veracruz, México.

### Síntesis.

El fútbol americano es un deporte popular y hermoso, pero también, con riesgos para aquellos que se atreven a jugarlo, incluso afectándolos a lo largo de su vida.

### Cuerpo del Artículo

El fútbol americano es un deporte muy icónico, importante y adorado por la mayoría de las personas en Estados Unidos. Es el deporte más practicado de ese país a todos niveles, pero no es un simple deporte. Detrás de ello están deportistas muy bien preparados, disciplinados, jugadas muy bien pensadas y diseñadas, una intensidad y un sentimiento que lo hacen un deporte hermoso. Pero, por otro lado, también es un deporte muy peligroso, en el cual el campo de juego se convierte en un campo de batalla literalmente, donde los jugadores están expuestos a lesiones o incluso a cosas más graves. En este artículo se hablará sobre el fútbol americano y las consecuencias que puede tener un jugador.

El fútbol americano es un deporte en el que hay mucho contacto físico entre los jugadores, se considera un deporte violento y de mucha rudeza que afecta a los jugadores, tratándose de lesiones o secuelas a largo plazo. Las lesiones más comunes en el deporte son las contusiones, músculos desgarrados, dislocaciones, ligamentos rotos, huesos rotos, daños a órganos internos y han existido casos de parálisis. Tan solo en las temporadas 2012-2013 y 2013-2014 se registró que en jugadores de la NFL hubo un total de 4384 lesiones. En el fútbol americano, a pesar de que los jugadores estén muy bien preparados físicamente, existe una posibilidad muy alta de sufrir una lesión. En todas las posiciones los jugadores están expuestas a lesiones, unos más expuestos que otros, pero siempre está la posibilidad de sufrir algún daño.

También han existido casos de jugadores que han fallecido a causa de infartos que son causados por las secuelas de haber jugado fútbol americano. Después de que se retiran, los jugadores sufren las consecuencias de los golpes que recibían cuando jugaban. Como es el caso de che Nwaneri centro de los Jaguares de Jacksonville.

Muy recientemente, hubo un caso que impactó mucho al mundo del fútbol americano de un jugador llamado Damar Hamlin, un jugador defensivo que actuaba como free safety en el



equipo de los Búfalo Bills, que en un encuentro contra los Cincinnati Bengals a causa de un golpe que recibió en el pecho sufrió un paro cardíaco. Este suceso paralizó a todos los espectadores y jugadores de fútbol americano, generando mucha discusión y crítica al deporte, cuestionando la brutalidad, rudeza y lo peligroso que puede llegar a ser el deporte, si esto hubiera pasado en una liga juvenil de un equipo no profesional muy probablemente el jugador afectado no hubiera tenido la misma fortuna que un jugador profesional.

Los jugadores de las posiciones que son más afectados por los golpes en la cabeza son los linieros ofensivos y defensivos, debido a que estos jugadores suelen estar constantemente golpeando con el casco cada jugada, ya sean, golpes despacio o fuertes, a largo plazo empiezan a afectar al jugador. Estudios hechos por científicos han determinado que los jugadores de fútbol americano suelen desarrollar un trastorno llamado encefalopatía traumática crónica, que es un trastorno cerebral causado por lesiones reiteradas en la cabeza que genera demencia, pérdida de memoria, depresión, agresividad, confusión o incluso puede ser el caso de una muerte prematura.

Hay exjugadores de la NFL, en su mayoría linieros que han fallecido a una edad no tan común en una persona normal a causa de infartos o cardiopatías, Shane Olivea murió en marzo a los 40 años. Max Tuerk, de 26 años, murió en 2020. Taylor Whitley, de 38 años, en 2018. Jeremy Nunley, de 46 años, en 2018. Nate Hobgood-Chittick, de 42 años, en 2017. Rodrick Monroe, de 40 años, en 2017. Ron Brace, de 29 años, en 2016. Quentin Groves, de 32 años, en 2016. Damion Cook, de 36 años.

Para evitar la mayoría de las lesiones y daños, a lo largo de la historia del fútbol americano, la NFL ha invertido mucho dinero en mejorar la tecnología de los cascos que utilizan los jugadores para ofrecer una mayor protección y evitar daños cerebrales, que es una de las consecuencias principales de estar recibiendo constantemente golpes en la cabeza. También se han modificado e implementado algunas reglas y hasta la fecha se siguen modificando las reglas, todo esto con el objetivo de disminuir el índice de jugadores lesionados o con trastornos, sin embargo, aun así, existen cosas que son inevitables del deporte y que ninguna regla las podrá evitar. Se puede observar la diferencia en la tecnología de la protección que se usa y en el juego. La tecnología y las reglas de antes muestran una clara diferencia.

Algunas reglas que se han implementado para evitar lesiones en los jugadores son las siguientes: no se puede bloquear por debajo de la cintura, no tacklear o derribar por el cuello, no golpear a jugadores indefensos o que no estén en posición de golpeo y no usar rudeza innecesaria contra el pasador. Cada una de estas reglas han sido implementadas para disminuir la cantidad de jugadores lesionados en los partidos.

Aunque se tenga una tecnología muy avanzada en los cascos, los cascos protegen el cráneo, pero no al cerebro. La tecnología tiene límites y con la tecnología que se usa actualmente, será imposible evitar que el cerebro deje de sufrir daños. Nuestro cerebro es como un hueso de aguacate en un frasco con aceite, a pesar de que esté protegido, al golpearse o tener un movimiento brusco, el hueso chocará con las paredes del frasco, esto mismo pasa con el cerebro. A pesar de que se tenga la mayor tecnología en cascos, nunca dejará de haber



conmociones o daños cerebrales para los jugadores. A causa de un alto índice de jugadores con trastornos causados por golpes en la cabeza de jugadores, la NFL ha invertido millones de pesos en instituciones nacionales de salud que estudian e investigan las lesiones cerebrales. En fútbol colegial NCAA y la mayoría de las ligas de fútbol americano de todas las categorías y de los países donde se practica, también adoptan las reglas de la NFL con el fin de disminuir los casos de jugadores lesionados. A nivel colegial también se juega un nivel de fútbol parecido al nivel de NFL y los jugadores están también expuestos a todo tipo de lesiones, fracturas o incluso cosas más graves.

A pesar de que el fútbol americano es un deporte notoriamente peligroso para las personas que lo practican, por su intensidad y contacto físico constante, están expuestos a diferentes tipos de lesiones. Aunque se ha invertido demasiado dinero en tratar de evitar muchas de las lesiones que se ven, en el fútbol americano habrá cosas que no se podrán evitar, es la esencia de este deporte, un juego agresivo entre personas rudas. Si se cambiaran completamente las reglas para evitar el 100% de lesiones, se perdería la esencia de este deporte.

