



*Legislatura de la Provincia  
de Río Negro*

**FUNDAMENTOS**

Los deportes en niños y jóvenes, influyen positivamente en el bienestar y desarrollo físico y psicológico, ya que favorece las destrezas físicas, la socialización, la diversión, el aprendizaje, la competición en equipo y la autodisciplina en el mismo, toda vez que mejora la autoestima y disminuye el nivel de estrés.

Es dable recordar que las actitudes y el comportamiento que se les enseña a los niños en los deportes ellos a su vez lo mantendrán y lo continuarán en su vida de adultos. Por ello, los padres y entrenadores físicos deben tener un papel activo en la contención de los niños, dentro del proceso de desarrollo, estimulando a todo su proceso formativo.

Asimismo, es deseable una legislación que garantice la correspondencia de derechos en este sentido, por que si bien existe en la actualidad, gran variedad de normas legales protectorias de la niñez, frente al daño físico y emocional, son escasas las soluciones en lo que respecta a la legislación deportiva.

Más allá de la necesidad de crear una legislación específica del deporte para los niños y adolescentes, consideramos importante introducir complementariamente una modificación en la ley provincial D n° 4109, de Protección Integral de Derechos de Niños, Niñas y Adolescentes, haciendo hincapié a la practica de deportes de alta competición.

En principio, es sabido que los niños y niñas involucrados en deportes de alta competición son los que están más expuestos a mayores riesgos dado que esto implica un gran esfuerzo y dedicación.

Nuestra iniciativa, conlleva a preocuparnos de la irresponsabilidad a la que se ven expuestos los niños, frente a las exigencias de un entrenamiento riguroso, que va mas allá de sus propias capacidades físicas y emocionales, sabiendo de las consecuencias negativas para el desarrollo integral y las que deben sobrellevar durante su vida adulta.

Esta situación, también conlleva que frente a la excesiva dedicación al entrenamiento, los niños y niñas pierdan la oportunidad de tener experiencias de socialización con amigos y familia, y terminan tan agotados que no tienen energía ni ganas de dedicarle tiempo a los



*Legislatura de la Provincia  
de Río Negro*

juegos y la recreación, actividades vitales en esta etapa de la niñez.

Precisamente, los profesionales enseñan que los niños que realizan deportes deben ser entusiasmados para hacerlo en varios de ellos y desarrollar una amplia variedad de habilidades, ya que los que lo hacen con un solo deporte pueden ser sobreexigidos desde el punto de vista físico, emocional y psicológico. Y esta es una de las consecuencias, que genera el deporte de alta competición.

En este sentido, varios estudios recientes ponen de manifiesto que el deporte de alta competición practicado antes de finalizar los procesos de maduración anatómico-fisiológicos y psicomotrices puede ser perjudicial, además de aumentar el riesgo de lesiones y otras consecuencias para la salud.

El informe "Niños en Competición" elaborado por la organización mundial "Save the Children" dedicada a la promoción y defensa de los derechos de los niños ha puesto al mundo en alerta respecto de los riesgos de la prácticas de deportes de competición.

El mismo, menciona... "Antes de alcanzar los seis (6) o siete (7) años, el niño no puede comprender el concepto de competición; los niños menores de nueve (9) años son incapaces de diferenciar entre el concepto del esfuerzo y de capacidad, lo cual implica que creen que ganar sólo se puede conseguir por esfuerzo y que perder es la consecuencia de no intentarlo lo suficiente".

Los profesionales, consideran que hasta los once (11) o doce (12) años de edad, los niños dan la misma importancia a otros factores que a ganar: el placer, la acción, los juegos informales, la interacción social, mejorar sus habilidades y participación personal, etc.

En otra parte del informe antes reseñado, señala.. "El entrenamiento intensivo en deportes de competición es cada vez más frecuente entre los niños y niñas, emprendiéndose con mayor intensidad a edades más tempranas. El juego de los niños siempre ha implicado correr y saltar, lo cual forma la base natural de la actividad deportiva, pero el aumento de las exigencias y de la intensidad del entrenamiento regular puede tener efectos negativos en el adolescente. Por otra parte, muchos jóvenes abandonan sus actividades deportivas demasiado pronto porque no disfrutaban con ellas, por lo que se debería dar la oportunidad a niños y adolescentes de probar varios deportes diferentes o bien permitirles decidir si es realmente su deseo entrar en competición, con el esfuerzo físico y psicológico que esta supone".



*Legislatura de la Provincia  
de Río Negro*

Los consejos de la organización Save The Children, para evitar casos de abusos , a la vez , que operen de principios básicos a observar por los entrenadores que dedican su actividad al trabajo con niños y adolescentes :

- El deporte para niños y adolescentes debe ser DIVERTIDO y no
- significar en ningún caso un entrenamiento DURO y DOLOROSO. Los principios del entrenamiento en adultos NO pueden aplicarse directamente a los jóvenes sino que se deben adaptar a su desarrollo."
- No realizar ningún deporte de forma competitiva antes de los siete (7) años. A partir de los trece (13) los niños pueden empezar a especializarse.
- Las horas de entrenamiento no deben superar las tres (3) diarias.
- Dar continuidad a los estudios.
- Los deportes que no son admisibles para los niños son: boxeo, motociclismo y automovilismo y deportes de riesgo como el paracaidismo.
- Hay que establecer códigos de conducta olímpicos.

Podemos mencionar algunos ejemplos que demuestran los efectos negativos cuando las prácticas no tienen en cuenta el cuidado integral de la persona como sucedió en el caso de la gimnasta Christy Henrich quien murió en 1994 por anorexia con sólo veintidós (22) años de edad y 29 kg. de peso.

Las investigaciones apuntan a que el cuarenta por ciento (40%) de los nuevos casos de anorexia registrados se dan entre chicas de quince (15) a diecinueve (19) años, por lo que cobra una especial importancia el papel de los entrenadores en la detención de los síntomas.

También, vemos a menudo los casos de "reclutamiento" de futbolistas menores de edad que realizan importantes clubes nacionales. En este sentido, el caso paradigmático es China, donde la explotación ,le ha permitido grandes conquistas en los Juegos Olímpicos, en los comenzó a participar en el año 1984 tras un larga ausencia, responde al papel de las escuelas deportivas, algunas solventadas por el Estado y con apoyo fundamental del Gobierno. Allí, niños de entre cuatro (4) y dieciocho (18) años entrenan de forma rigurosa de tres a cinco horas diarias motivados por la obligación de lograr una medalla en la gran competencia. Muchos quedan en el camino. Muchos otros, se alejan de la escolaridad y una vez que el sistema los escupe, tienen



*Legislatura de la Provincia  
de Río Negro*

grandes dificultades para volver a insertarse en el mundo laboral.

La premisa de ser competitivos en un deporte, significa para un niño o adolescente regímenes de entrenamiento que se podrían considerar excesivos, incluso para los adultos, creando en ellos presiones cada vez mayores, y a veces en edades muy precoces.

Las consecuencias de lo anterior, se han comenzado a reportar en la literatura médica, encontrándose efectos indeseables derivados de estas situaciones. Desafortunadamente aún no existen estudios serios y masivos sobre estas prácticas. Sistemas como el cardíaco, musculoesquelético, crecimiento, nutricional y maduración sexual se han visto afectados por el exceso de entrenamiento que significan las competencias. Un daño especial derivado del entrenamiento y ejercicio excesivo es el que se puede originar, por la falta de sudoración y menor pérdida de calor que presentan los individuos sobrentrenados, originando el llamado daño por calor en el que juega parte importante la deshidratación.

La Academia Norteamericana de Pediatría, Comité de Medicina del Deporte y Acondicionamiento Físico, ha expuesto varias recomendaciones, al existir poca información científica disponible que respalde o refute sus riesgos.

Sin embargo es importante esforzarse para asistir a los jóvenes atletas en evitar los potenciales riesgos de un entrenamiento o competencia excesivas.

Los lineamientos: la importancia de que se estimule el deporte como parte de una vida sana en los niños; se provean regulaciones prácticas y realistas en estas actividades, y se referencie la evidencia que existe poco respaldo científico para hacer recomendaciones absolutas. 1.- Los niños deben ser estimulados para participar en deportes en un nivel adecuado a sus habilidades e intereses. Empujar a los niños mas allá de esos límites debería estar prohibido, como también la especialización en un solo deporte antes de la adolescencia. 2.- Los pediatras deberían trabajar con los padres para asegurar que el niño atleta sea entrenado por personas capacitadas con conocimientos suficientes de las técnicas, el equipo, y las especiales características fisiológicas y emocionales de los jóvenes competidores. 3.- En ausencia de señales predeterminadas de sobrecarga física, los médicos y entrenadores debieran estar atentos para reconocer y prevenir y tratar las lesiones que signifiquen exceso de ejercicio: tendinitis, apofisitis, fracturas de stress). 4.- La condición de los niños atletas que participan en un entrenamiento intenso debe ser controlada regularmente por un



## *Legislatura de la Provincia de Río Negro*

pediatra. El profesional debe detectar signos y síntomas de sobreentrenamiento, que incluyen la disminución de su rendimiento, pérdida de peso, falta de apetito, y alteraciones del sueño. 5.- El niño intensamente entrenado, especializado en un solo deporte debe ser evaluado nutricionalmente. 6.- El niño atleta, su familia y entrenador, deberían ser educados por el pediatra acerca de los riesgos del daño por calor y las maneras como evitarlo.

Por tal motivo, creemos importante que los padres de los niños, las niñas y los adolescentes que participan en deportes de competición estén informados de los procesos y métodos que se utilizan con sus hijos y sobre los efectos que puede tener en el desarrollo integral de un deporte practicado en condiciones de explotación.

A los siete años, los niños desarrollan su inteligencia analítica y adquieren la capacidad de comprender las decisiones que toman y la de implicarse en un deporte, es una de esas decisiones. Es por esto que se considera que hasta esta edad sólo hay que favorecer la actividad con características lúdicas y recreativas.

La intensidad del entrenamiento y la forma en que se realiza debe adaptarse a las capacidades del niño y a sus motivaciones físicas y mentales, y no al revés.

La Ley Argentina del Deporte N° 20.655 de 1974, en su artículo 3°, inciso g), señala .."g) Fomentar la intervención de deportistas en competiciones nacionales e internacionales, quienes deberán llevar en la indumentaria deportiva de su equipo la divisa patria. (texto cf. artículo 1° de la Ley 25.753 -B.O. 11/08/03-)"

La ley del Deporte de Chile N° Ley 19.712/01, señala las distintas disciplinas científicas aplicadas al deporte. El artículo 4° ha dividido a la actividad física deportiva, en cuatro categorías en las que incluye al deporte de competición.

En conclusión, la mayoría de los países poseen legislación básica sobre deportes, y dentro de las misma, expresan una somera referencia conceptual sobre deportes de competición, pero de ninguna forma, establecen de manera categórica el establecimiento de programas de aptitud física en practicas deportivas de competición o una restricción de admisión etárea al mismo.

La Carta Internacional de educación física y deporte expresa en este sentido..."El espíritu de competición está presente en el desarrollo del niño desde la temprana edad de tres años; está muy presente hacia los siete



*Legislatura de la Provincia  
de Río Negro*

(7) u ocho (8) años, cuando el niño descubre la pertenencia a un grupo, la colaboración y la cooperación, y finalmente se integra y asimila correctamente a la edad de doce (12) o trece (13) años, cuando el niño es capaz de distinguirlo de las experiencias de humillación. No se trata por lo tanto de estar a favor o en contra de la competición, sino de organizarla adecuadamente”.

Y no solo es determinante en el desarrollo de los niños y niñas las practicas deportivas de manera adecuada y oportuna a su etapa evolutiva, sino también la influencia que los entrenadores tienen en sus vidas, es por esto que debe darse importancia a su selección y capacitación., paralelamente al establecimiento de políticas de protección deportiva regulando las condiciones de estas prácticas, garantizando el interés superior del niño.

Por ello:

**Autora:** Martha Ramidán

**Acompañantes:** Beatriz Manso, Fabián Gatti



*Legislatura de la Provincia  
de Río Negro*

**LA LEGISLATURA DE LA PROVINCIA DE RIO NEGRO  
SANCIONA CON FUERZA DE  
LEY**

**Artículo 1°.-** Incorporación: Incorpórese a la ley D n° 4109 de Protección Integral de los Derechos de las Niñas, Niños y Adolescentes Título II "Derechos Fundamentales", el artículo 32 bis) el que queda redactado de la siguiente manera:

**"Artículo 32 bis).**-"A los fines precedentes se establecerán programas que resguarden el derecho a la recreación, esparcimiento, juegos recreativos y deportes de todos los niños, niñas y adolescentes.

A los niños que practiquen deportes de competición:

I) Quedan garantizados:

- a) La edad mínima de trece (13) años para el comienzo de la práctica deportiva especializada.
- b) La continuidad del ciclo educativo obligatorio y la calidad de los aprendizajes.
- c) La integridad física y el bienestar psicológico, generando ambientes de cuidado, contención y tratamiento de cualquier tipo de trastorno que pudiera presentarse como consecuencia de la práctica deportiva.
- d) La consolidación de los lazos afectivos, las relaciones familiares y la preservación de las redes sociales donde habitualmente desarrolla su vida.
- e) La participación en las decisiones que les afecten, en especial la libre expresión sobre la continuidad o no en las prácticas deportivas, recreativas y de esparcimiento.
- f) La información veraz y adecuada a la edad y capacidad de comprensión sobre las implicaciones de practicar un deporte de modo profesional y la facilitación de los medios para expresar quejas o situaciones de abuso que pudieran padecer.

II) Se prohíbe:



*Legislatura de la Provincia  
de Río Negro*

- a) El uso de elementos, sustancias y o medicamentos que puedan ocasionar un perjuicio a la salud.
- b) Cualquier forma de castigo y maltrato físico o psicológico como parte del entrenamiento.
- c) El abuso psicológico en pos del éxito de una competición obligando a un rendimiento máximo.
- d) La explotación económica cuando los beneficios financieros se anteponen a su bienestar.
- e) La práctica de deportes de riesgo.”

**Artículo 2°.-** De forma.