

## Fútbol y mortalidad. Buenas y malas noticias.

Ignacio Fernández Vidaurreta

Enlace a la revista original: <https://www.nejm.org/doi/10.1056/NEJMe1912071>

En la población general, la actividad física, el ejercicio moderado y la práctica de deporte ofrecen importantes beneficios para la salud, ralentizando la pérdida de capacidad cognitiva y en la prevención de la demencia. La práctica de deportes de élite también está asociada a una reducción de la mortalidad y del riesgo de enfermedades cardiovasculares. En los últimos años, sin embargo, se ha evidenciado que algunos deportes de contacto y de choque puede aumentar a largo plazo el riesgo de enfermedades cognitivas y neuropsiquiátricas, así como el de patología neurodegenerativa y de encefalopatía traumática crónica, debido a los traumatismos cerebrales repetidos. Parece que no sólo las conmociones cerebrales sintomáticas aumentarían este riesgo, sino más bien la duración total de exposición a impactos repetitivos en la cabeza, incluyendo las lesiones leves asintomáticas se han asociado con este riesgo de neuropatología a largo plazo.

Mackay y sus colaboradores publican un estudio retrospectivo y epidemiológico de ex-jugadores de fútbol profesionales escoceses que reporta buenas y malas noticias sobre las posibles consecuencias a largo plazo de jugar al fútbol a nivel profesional. Los autores examinaron 7676 registros, entre ex jugadores y controles en la población general, en relación con la causa de muerte y el uso de medicamentos para la demencia. La mortalidad debida a patología común no neurológica fue menor entre los jugadores de fútbol de élite (la buena noticia), pero la mortalidad por enfermedades neurodegenerativas fue mayor y las prescripciones de medicamentos relacionados con la demencia fueron más comunes entre los antiguos jugadores (las malas noticias).

Estos resultados son similares a los de un estudio que incluía ex jugadores de la Liga Nacional de Fútbol Americano (NFL), dirigido por los Centros para el Control y Prevención de Enfermedades, en el que la mortalidad por todas las causas fue más baja entre los ex jugadores de la NFL que en la población general, pero la morbi-mortalidad neurodegenerativa fue más alta. Otro estudio comparó a ex jugadores de la NFL con un grupo de ex jugadores de la Liga Mayor de Béisbol y encontró que la mortalidad general, la mortalidad cardiovascular, y la mortalidad neurodegenerativa fueron mayores entre los antiguos jugadores de la NFL. Estos resultados sugieren que los factores que varían en estos dos deportes, como el hábito corporal y la exposición a impactos repetitivos en la cabeza, podrían ser los responsables de las diferencias.

Los jugadores profesionales de fútbol no comparten los hábitos corporales de los jugadores de fútbol americano, pero sí comparten la exposición a impactos repetitivos en la cabeza. Un jugador cabecea el balón de promedio de 6 a 12 veces por partido, y miles de veces durante su carrera. En algunos estudios se ha asociado el impacto repetido con el balón con un trastorno de la neuroquímica cerebral, una disminución de la integridad de la serie blanca y un adelgazamiento cortical en jugadores profesionales de fútbol, sin que hubiera sido evidente una conmoción cerebral.

Estos nuevos hallazgos de Mackay no deben generar un miedo desproporcionado entre los jugadores de fútbol, sus padres y entrenadores. No es posible generalizar sus hallazgos en los ex jugadores de fútbol profesionales a los participantes a nivel recreativo, *amateur* o colegial. Los padres de los niños que practican un deporte de contacto, no deben temer por los efectos en la capacidad cognitiva a largo plazo, más bien deben centrarse en los beneficios sustanciales que para la salud tiene el ejercicio físico.

Serán necesarios estudios que investiguen sobre las consecuencias neurológicas, incluyendo estudios que incorporen a mujeres ex futbolistas profesionales y de fútbol *amateur*, con el fin de confirmar o refutar las conclusiones de Mackay. Sin embargo, hay ya una evidencia adecuada de que los golpes repetidos sobre el cerebro plantean un riesgo laboral que debe ser evaluado.