

**ESTADO LIBRE ASOCIADO DE PUERTO RICO  
DEPARTAMENTO DE RECREACION Y DEPORTES  
OFICINA DEL SECRETARIO  
SAN JUAN, PUERTO RICO**

**Orden Administrativa Núm. 2006-01**

**ORDEN ADMINISTRATIVA DEL DEPARTAMENTO  
DE RECREACION Y DEPORTES SOBRE LÍMITES DE  
LANZAMIENTOS EN EL BÉISBOL INFANTIL**

- POR CUANTO:** El deporte del béisbol no sólo debe ser un juego competitivo para nuestros niños, sino que se le debe proveer un ambiente seguro y saludable donde los niños puedan aprender y crecer.
- POR CUANTO:** Según la American Sport Medicine Institution, las lesiones entre los lanzadores de béisbol ha aumentado a proporciones epidémicas, casi todos los lanzadores jóvenes tendrán una lesión seria en el codo o el hombro en algún momento de su carrera.
- POR CUANTO:** La lesiones por sobre uso se han definido como las que resultan cuando alguna parte del cuerpo es sometida más de la cuenta a esfuerzos repetidos, incluso esfuerzos pequeños. En el béisbol, los jugadores hacen cientos de movimientos que se repiten una y otra vez que aumentan la probabilidad de una lesión de sobre-uso. En este contexto, los lugares más propensos son el hombro, brazo o codo.
- POR CUANTO:** En el pasado se había considerado que la forma de minimizar las lesiones de los lanzadores era limitando el número de entradas que podría lanzar un jugador. Sin embargo, ello no ha tenido el resultado esperado y se cree ahora que lo correcto sería poner límites en el número de lanzamientos y el tiempo de descanso de los lanzadores.
- POR CUANTO:** El aumento de lesiones sufridas por los niños es preocupante y el Departamento de Recreación y Deportes tiene gran interés en buscar mecanismos para minimizar estas lesiones.

**POR CUANTO:**

El Departamento entiende que al adoptarse medidas se minimizarán las lesiones en los lanzadores de béisbol en su temprana edad y en el futuro habrá un aumento de lanzadores puedan desempeñarse y desarrollarse en el más alto nivel del béisbol (Grandes Ligas).

**POR CUANTO:**

La Ley Núm. 8 de 8 de enero de 2004, *Ley Orgánica del Departamento de Recreación y Deportes*, en el Artículo 6 inciso (b), dispone que el Secretario tendrá las siguientes facultades y poderes: aprobar, enmendar o derogar reglamentos y promulgar órdenes administrativas.

**POR CUANTO:**

El Artículo 2 (f) de la Ley Orgánica del DEPARTAMENTO establece como política pública el “proveer condiciones adecuadas de seguridad para toda actividad de recreación y deportes, regulando y fiscalizando dichas actividades, organizaciones o individuos” y en el inciso (l) se dispone que se ha de “procurar que se provean las condiciones adecuadas para posibilitar el desarrollo de los niños y niñas que practican actividades físicas organizadas en Puerto Rico ...”

**POR TANTO:**

**ORDÉNESE POR EL SECRETARIO DEL DEPARTAMENTO DE RECREACION Y DEPORTES DE PUERTO RICO:**

**PRIMERO:**

Que la presente Orden será aplicación a toda organización que desarrolle ligas infantiles en el deporte de Béisbol en Puerto Rico.

**SEGUNDO:**

Que cada organización implementará por reglamento las siguientes medidas a utilizarse a partir del torneo del año 2007:

1. El entrenador establecerá e implantará un programa de estiramiento y calentamiento para cada miembro antes y después de un juego. El programa deberá estar dirigido ha adquirir flexibilidad, resistencia y fuerza.

2. Cada equipo tendrá un anotador oficial que llevará el conteo de lanzamientos de los jugadores.

3. De acuerdo a la edad del jugador no se permitirá que ningún jugador realice más lanzamientos de los aquí establecidos:

**8 a 10 años - 58 lanzamientos**  
**11 a 12 años - 68 lanzamientos**  
**13 a 14 años - 76 lanzamientos**  
**15 a 16 años - 91 lanzamientos**  
**17 a 18 años -106 lanzamientos**

4. Habiéndose llegado al límite de lanzamientos permitidos para un jugador, será responsabilidad del anotador notificarlo al árbitro principal y al dirigente quien deberá remover al lanzador y traer un nuevo lanzador.

5. Ningún jugador lanzará más de dos (2) juegos por semana.

6. Ningún lanzador menor de 13 años podrá hacer lanzamiento de curvas.

7. Cada lanzador tendrán de uno (1) a cuatro (4) días de descanso dependiendo de su edad y el número de lanzamientos realizados conforme a la siguiente tabla:

Edad	Días de Descanso / Mínimo de lanzamientos			
	Un día	Dos Días	Tres días	Cuatro días
8 - 10	21	34	43	51
11 - 12	27	35	55	58
13 - 14	30	36	56	70
15 - 16	25	38	62	77
17 - 18	27	45	62	89

*(El niño podrá lanzar en su casa o jugar en otra posición durante su periodo de descanso)*

8. Cada equipo llevará un Registro de Lesiones del cuál enviarán copia al Departamento de Recreación y Deporte al finalizar cada temporada de juegos.

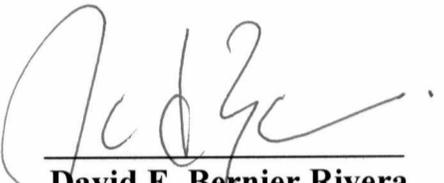
**TERCERO:**

Esta medida tendrá vigencia inmediata.

**EN TESTIMONIO DE LO CUAL,** firmo la presente y estampo en ella el sello del Departamento de Recreación y Deportes, en San Juan, Puerto Rico, hoy 14 de febrero de 2006.

**REGISTRESE Y NOTIFIQUESE.**



  
\_\_\_\_\_  
**David E. Bernier Rivera**  
Secretario