

El primer equipo de una niña comienza en casa

Cuando una niña entra por primera vez a una cancha de fútbol, no solo empieza a practicar un deporte. También comienza un camino en el que descubrirá de qué es capaz, aprenderá a confiar en sí misma y desarrollará habilidades que la acompañarán durante toda la vida.

El fútbol enseña mucho más que reglas o estrategias. Cada entrenamiento fortalece la disciplina, el compromiso y la perseverancia. Cada partido impulsa el trabajo en equipo, la comunicación y la capacidad para enfrentar nuevos retos. Más allá del resultado en el marcador, el deporte ayuda a formar niñas más seguras, participativas y conscientes de su propio potencial.

Sin embargo, para muchas de ellas, permanecer en el fútbol sigue siendo un desafío. Todavía existen estereotipos que hacen pensar que este deporte es solo para niños, además de barreras como la falta de espacios adecuados, horarios accesibles o equipos cercanos. En muchos casos, esas dificultades provocan que las niñas abandonen una actividad que podría convertirse en una herramienta para su desarrollo personal.

Frente a ese escenario, hay un factor que puede marcar la diferencia: el apoyo de la familia.

Las madres, los padres y quienes las cuidan son el primer equipo de una niña. Son quienes la acompañan a sus entrenamientos, celebran sus avances, la animan después de una derrota y le recuerdan que cada esfuerzo vale la pena. Cuando una familia cree en una niña, también fortalece su confianza para seguir aprendiendo, creciendo y persiguiendo sus metas.

Ese acompañamiento va mucho más allá del deporte. Una niña que se siente respaldada aprende a expresar sus ideas, a tomar decisiones, a trabajar con otras personas y a enfrentar los desafíos con mayor seguridad. La confianza que construye dentro de la cancha también la acompaña en la escuela, en su comunidad y en cada espacio donde participa.

Impulsar el deporte desde la infancia también implica romper estereotipos, dejar atrás la idea de que existen actividades exclusivas para niñas o para niños y reconocer que todas las personas deben tener la oportunidad de desarrollar sus talentos en condiciones de igualdad.

Por ello, además del acompañamiento familiar, es fundamental contar con espacios deportivos seguros, accesibles e incluyentes. Canchas, escuelas deportivas y actividades comunitarias donde las niñas puedan jugar, aprender y convivir con libertad. Porque cuando una comunidad apuesta por el deporte, también apuesta por el desarrollo de su infancia.

El fútbol puede convertirse en una escuela para la vida. En la cancha se aprende a respetar las reglas, a colaborar, a asumir responsabilidades y a descubrir que cada integrante del equipo tiene un papel importante. Son aprendizajes que trascienden el deporte y contribuyen a formar mujeres con mayor confianza para participar, proponer y liderar.

Desde Mujeres en Movimiento creemos que impulsar a las niñas en el deporte también significa impulsar sus sueños. Cada familia que acompaña, cada comunidad que abre espacios y cada persona que anima a una niña a seguir jugando contribuye a construir un futuro con más oportunidades para todas.

Porque el primer equipo de una niña empieza mucho antes de entrar a la cancha. Está en casa, acompañándola desde la tribuna, celebrando cada logro y recordándole que puede llegar tan lejos como se lo proponga.