

# Osgood-Schlatter

## ¿Qué es?

Es un crecimiento doloroso del saliente del hueso de la pierna (tibia), justo por debajo de la rodilla. Es una de las causas más comunes de dolor de rodillas de los niños y adolescentes cuando están creciendo deprisa y hacen deporte. Sobre todo en deportes donde deba correrse y saltar.

## ¿Por qué se produce?

Probablemente se debe a un exceso de tensión de los músculos de la cara anterior del muslo (cuádriceps), que se enganchan a la tibia por debajo de la rodilla.

## ¿Qué molestias da?

El niño se queja de dolor en ese punto. Puede variar desde un dolor leve hasta un dolor que le impida realizar cualquier actividad deportiva. El dolor puede aparecer y desaparecer durante unos años y, en general, se marcha cuando el niño deja de crecer.

## ¿Cómo se trata?

Cuando aparece el dolor debe aplicarse hielo en la zona después de practicar el deporte.



También puede ir bien meterse una cinta que rodee toda la pierna a la altura del punto doloroso. Si con esto no se marcha, entonces el niño deberá descansar unos días de la actividad deportiva que le provoca el dolor. Si es necesario, su médico le recetará algún calmante como el ibuprofeno.

Después de unos días de descanso (a veces semanas) y cuando el dolor se ha ido o mermado mucho se puede volver a la actividad deportiva poco a poco.

Habrà que fortalecer los músculos de la pierna, hacer siempre unos buenos estiramientos y evitar los excesivos entrenamientos.



## ¿Cómo evoluciona?

A medida que su hijo se haga mayor y deje de crecer a tirones, las molestias desaparecerán.

Con el paso de los años seguramente su hijo seguirá teniendo más pronunciado el saliente de la tibia por debajo de la rodilla, pero ya no le hará daño, y seguramente nunca más le dará problemas.