



[Este panfleto también está disponible en inglés.](#)

Enfermedad Osgood-Schlatter: Una causa de dolor en las rodillas de los niños

¿Qué es la enfermedad Osgood-Schlatter?

La enfermedad Osgood-Schlatter es una de las causas más comunes de dolor de rodillas en los atletas jóvenes. Es la causa de hinchazón, dolor y sensibilidad justo debajo de la rodilla, encima del hueso de la canilla (también llamada tibia). La mayoría de los casos son en hombres que están teniendo un pico de crecimiento. Una o las dos rodillas pueden ser afectadas.

¿Cuál es la causa de la enfermedad Osgood-Schlatter?

Se cree que la enfermedad es causada por el tirón de los músculos grandes y poderosos enfrente del muslo (llamados los cuádriceps). Los cuádriceps se unen a los tendones patelares o rotulares, que corren através de la rodilla hasta la tibia, conectándolos a la rodilla. Cuando los cuádriceps se contraen, los tendones patelares pueden empezar a rasgarse del hueso de la canilla, causando dolor.

Este problema se hace más presente durante actividades que requieren saltar, correr y subir y bajar escaleras. Es más común en los niños atletas que juegan fútbol americano, fútbol, o basketbol o están haciendo gimnasia o ballet.

La enfermedad Osgood-Schlatter se va con el tiempo en la mayoría de los casos. Cuando su hijo deje de crecer, el dolor y la hinchazón se irán, porque los tendones patelares se harán más fuertes. El dolor muy raras veces persiste hasta después del crecimiento.

Puede que su doctor quiera examinar a su hijo y hacerle unos rayos-x, para asegurarse que el dolor no está siendo causado por otro problema.

¿Cuál es el tratamiento de la enfermedad Osgood-Schlatter?

Su doctor le puede decir a su niño que corte la cantidad de tiempo que hace su deporte hasta que el dolor se haya ido por 2 o 4 meses. Es posible que su niño tenga que evitar todas las actividades que requieren doblar completamente la rodilla. Puede que su niño necesite correr a velocidades más bajas, por cortos períodos de tiempo y saltar menos a menudo.

¿Cómo debo aliviar el dolor que mi niño sufre?

Si empieza a sentir dolor, se le debe aplicar hielo en las áreas afectadas. Usar el hielo puede prevenir la hinchazón y evitar más dolor. Le debe dar apoyo a la rodilla con una venda y debe elevarla.

Una manera fácil de acordarse de estos pasos de tratamiento básico es usando el método "CHED":

C = Comprima la rodilla con una venda elástica.

H = Ponga hielo en el área afectada por 20 minutos, 3 veces al día.

E = Eleve la rodilla.

D = Descance la rodilla y no haga actividades dolorosas.

Si estos pasos de tratamiento no funcionan, su doctor le puede sugerir que su hijo use fierros que reducirán la tensión en los tendones patelares y los cuádriceps. Los medicamentos para el dolor, como la aspirina o ibuprofén (nombres de marca: Advil, Motrin, Nuprin) pueden reducir el dolor y la hinchazón. Puede que su niño necesite usar muletas por un período de tiempo, mientras se está sanando. Como última medida, el médico del niño le puede sugerir la cirugía.

¿Cuánto tiempo tendremos que esperar hasta que las rodillas mejoren?

Puede que tome varias semanas y hasta meses antes de que el dolor se vaya por completo y deje de regresar. Cuando el dolor se haya ido, su niño puede regresar a sus actividades de siempre poco a poco.

¿Y hay algo que se puede hacer para prevenir que la enfermedad ocurra de nuevo?

Su doctor le puede recetar algunos ejercicios que su niño/a puede hacer en casa, tal como levantar la pierna sin doblar la rodilla, ejercicios de cuádriceps y otros ejercicios para hacer en casa o con un terapeuta físico, para fortalecer a los cuádriceps y los tendones de la corva. Esto puede ayudar a prevenir más dolor en el futuro. Mientras su hijo se está recuperando, usar hielo en el área después del deporte ayudará a prevenir el dolor e hinchazón.

En la mayoría de personas, el Osgood-Schlatter se va por sí solo y con el tiempo. Si su hijo sigue haciendo su deporte ignorando el dolor, la enfermedad puede empeorarse y ser más difícil de tratar.

(Repasado 8/01)

Este panfleto provee un resumen del tema y puede que lo explicado no les afecte a todos. Hable con su médico de familia para averiguar si esta información es útil para usted y para aprender más acerca del tema.

Visite a familydoctor.org para más información útil sobre este tema y muchos otros relacionados con la salud.



American Academy of Family Physicians
(La Academia Americana de Médicos de Familia)
EL MÉDICO DE LA FAMILIA DE HOY EN DÍA – SE ESPECIALIZA EN TODOS USTEDES.

Copyright © 2002 American Academy of Family Physicians.

Se otorga permiso para imprimir y hacer fotocopias de este material, sólo si se hace con propósitos educativos no-lucrativos. Se necesita obtener un permiso por escrito para cualquier otro uso, incluyendo el uso electrónico.

[Página inicial](#) | [Panfletos](#)
