

La edad ósea. ¿Cómo crecen mis huesos?

La edad ósea nos informa sobre el desarrollo de los huesos en un momento concreto. No tiene que ser igual a la edad real (cronológica). Puede estar adelantada, retrasada o como su edad (acorde).

Cuando comparamos la edad ósea con la edad real podemos saber cuánto tiempo nos queda por crecer. Si hay una diferencia de más de un año, puede ser que haya un problema en el crecimiento.

¿Cómo medimos la edad ósea?

La edad ósea se calcula realizando una [radiografía](#) de la mano y muñeca izquierdas (mano no dominante).

Los huesos de los niños crecen gracias al cartílago de crecimiento. Este cartílago se va calcificando hasta que deja de crecer. Los pediatras nos fijamos en el número de huesos calcificados en la radiografía para dar más o menos una edad del hueso.

¿Para qué sirve la edad ósea?

1. Problemas de talla (altura):

La edad ósea sirve para ver que el crecimiento del hueso es normal o para diagnosticar un problema de crecimiento. Se recomienda hacer esta prueba para el estudio de un niño con [talla baja](#). También sirve para seguir la terapia con hormona del crecimiento o para predecir la talla adulta en niños. El valor es aproximado, ya que hay otros factores que pueden afectar en la talla final. El valor es más fiable si se hacen controles periódicos.

Tener un retraso en la edad ósea quiere decir que se llegará más tarde a la talla adulta. No tiene por qué ser más bajo que la media. En cambio, tener la edad ósea adelantada indica que se llegará antes a la talla final. Por ejemplo, si un niño de 11 años tiene una edad ósea de 8 años (retrasada), quiere decir que le queda mucho tiempo por crecer. Pero si tuviese una edad ósea de 14 años (adelantada) ya no crecería mucho más.

1. Problemas de la pubertad:

Los cambios hormonales de la pubertad afectan a la maduración del hueso. La edad ósea nos ayuda a decidir si hay que hacer más pruebas o tratar.

1. Saber la edad de un menor:

Hay veces que no sabemos la edad de un menor. La edad ósea nos puede ayudar (por ejemplo, en menores de otros países no acompañados o refugiados). En estos casos, suele ser el juez quien la pide.

1. Enfermedades crónicas:

Algunas pueden afectar al crecimiento. Por ejemplo, la [obesidad](#) adelanta la edad ósea. Sin embargo, la [celiaquía](#), la **insuficiencia renal**, la **enfermedad pulmonar crónica** o el [hipotiroidismo](#) mal tratados, retrasan la edad ósea. En estos casos, si mejora la enfermedad, la edad ósea se iguala a la real.

¿Los fármacos pueden cambiar la edad ósea?

La [cortisona](#) y sus derivados pueden afectar al crecimiento. Si se toma por boca mucho tiempo, pueden adelantar la edad ósea. Los corticoides no tienen estos efectos si se usan en [cremas](#) o [dispositivos inhalados](#).

Tratar con hormonas también pueden afectar al crecimiento:

- Estrógenos, testosterona, hormona tiroidea y [hormona de crecimiento](#): aceleran la edad ósea.
- Análogos de la hormona LHRH: frenan la edad ósea. Se usan para frenar la pubertad precoz.

Autora del artículo original:

- [Felicidad Sanantonio Valdearcos](#)

Fecha de publicación: 25-07-2016

Última fecha de actualización: 05-10-2023

Autor/es:

- [Raquel Fraile Currius](#). Pediatra. Centro de Salud de Carlet. Valencia.
- [María Sánchez Marí](#). Pediatra. Centro de Salud de Bellreguard. Valencia.
- [Joaquín Roig Villalba](#). Pediatra.. Centro de salud Alzira II. Valencia.

