

¿Por qué me duelen las costillas?

El [dolor en el pecho](#) es frecuente a vuestra edad. Pocas veces se trata de algo grave. Las causas más frecuentes son golpes, molestia muscular, [catarros](#) y costocondritis.

La costocondritis es una causa típica. Es la inflamación del cartílago que une las costillas al esternón (hueso que está en el centro del pecho).

¿Por qué se produce y cómo se cura? ¿Qué hacemos?

Os ofrecemos esta **infografía** como resumen del tema. Se puede descargar [en PDF](#) o verla [en versión animada](#).

Y si quieres más información lee el [artículo completo pinchando aquí](#).



COSTOCONDritis

¿Qué es?
Inflamación dolorosa del cartilago que une las costillas al esternón.

¿Cuál es la causa?
Algún ejercicio físico intenso o alguna infección que causa tos

Características

- Molestias que empeoran al toser, al respirar hondo o al apretar el lugar afectado.
- Empeora con movimientos como estirar o elevar los brazos

¿Qué hago?

Desaparece por sí sola en pocos días

Para el dolor paños calientes en la zona y analgésicos como el ibuprofeno

Lo más importante es el reposo

Familia y Salud

AEPap
Asociación Española de Pediatría de Atención Primaria

Autor/es:

- [Ivan Gutierrez García](#). Médico Interno Residente de Pediatría. HMI Virgen de las Nieves. Granada.
- [Ana Garach Gómez](#). Pediatra. Centro de Salud "Zaidín Sur". Granada

