Publicado en *Familia y Salud* (https://www.familiaysalud.es)

Estoy creciendo y me duele la rodilla. Enfermedad de Osgood-Schlatter

La enfermedad de Osgood-Schlatter es una causa común de dolor de rodilla en niños y adolescentes. Se asocia al crecimiento. Es más frecuente en deportistas y varones.

Puede afectar a una o las dos rodillas. No es grave y desaparece cuando un o una adolescente deja de crecer y, en general, no causa problemas a largo plazo. Pero, molesta y os preocupa, ¿verdad?

Las dudas las podéis resolver aquí. Consultad la infografía resumida o nuestro artículo completo en PDF.

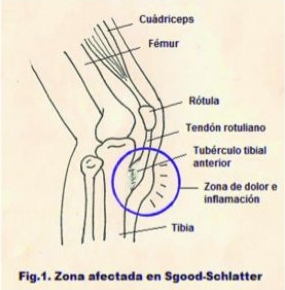

Fig.1. Zona afectada en Sgood-Schlatter

Ilustración: Julia Zapatero Rodríguez

TE DUELE LA RODILLA, ¿QUÉ PUEDE SER?

ENFERMEDAD DE OSGOOD SCHLATTER

¿QUÉ NOTAS?

- DOLOR PARTE INFERIOR DE LA RODILLA
- HINCHAZÓN
- BULTO EN CARA ANTERIOR Y SUPERIOR DE LA TIBIA
- MEJORA CON REPOSO

¿POR QUÉ?

- CRECIMIENTO
- SOBRECARGA
- DEPORTE

¿QUÉ PUEDES HACER?

- .REPOSO DEPORTIVO
- APLICA FRIO LOCAL
- ANALGÉSICOS
- ESTIRAMIENTOS Y CALENTAMIENTO
- RODILLERA O BANDAS
- CONTROLA TU PESO
- PRACTICA DEPORTES COMO NATACIÓN O CICLISMO

TRANQUILO,
¡MEJORARÁS CUANDO DEJES DE CRECER!

Familia y Salud

Puedes descargarte la **infografía en PDF** aquí.

Recursos de internet para saber más

- Enfermedad de Osgood-Schlatter. *MedlinePlus. Información de salud para usted – NIH Instituto de Salud Americano*.

- Enfermedad de Osgood-Schlatter: Ejercicios. Éstos son algunos ejemplos de ejercicios típicos de rehabilitación para la enfermedad de Osgood-Schlater.

- Enfermedad de Osgood-Schlatter. KidsHealth. Información para padres (en español).

Autora del artículo original:
- ***Pilar Rodríguez Ruiz***

Fecha de publicación: 26-02-2013

Última fecha de actualización: 28-08-2019

Autor/es:

- Mª Esther Serrano Poveda. Pediatra. Centro de Salud "Miguel Servet". Benicalap II. Valencia

BY NC ND