

# Lesiones de estrés de la línea fisaria en jóvenes deportistas

Rafael Arriaza<sup>1</sup>, Javier Amestoy<sup>1</sup>, Álvaro Arriaza<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Instituto Médico Arriaza y Asociados. A Coruña. <sup>2</sup>Hospital Clínico de San Carlos. Madrid

**Recibido:** 02.07.2014  
**Aceptado:** 22.07.2014

## Resumen

El crecimiento óseo es un proceso complejo que se lleva a cabo en un elemento altamente especializado, que es la fisis o cartilago de crecimiento, y que puede sufrir lesiones por sobreuso igual que cualquier otro tejido del aparato locomotor. Estas lesiones suelen manifestarse por dolor sin un desencadenante evidente, aunque coincidiendo con épocas de incremento de la carga de entrenamiento y brotes de crecimiento. Las imágenes radiográficas pueden ser muy poco expresivas en las fases iniciales, pero la RMN muestra un ensanchamiento característico de la fisis, que puede ser local o global, y que ayuda a realizar un diagnóstico precoz. El incremento de la actividad deportiva organizada y específica desde edades tempranas hace que sea fundamental que el médico que atiende a los deportistas en edad de crecimiento conozca estas lesiones y pueda -además de proceder a su tratamiento si ocurren- realizar la labor preventiva precisa para evitar los trastornos potenciales del crecimiento que pueden derivarse de estas lesiones. Como caso clínico típico, se presenta el de un joven paciente de 13 años de edad, practicante habitual de fútbol y fútbol sala con un cuadro de dolor de aproximadamente 1 mes de evolución en la región anterior de su tobillo derecho. El dolor había comenzado de manera progresiva, sin un evento desencadenante claro, y lo obligaba a cojear. El estudio de RMN mostraba las alteraciones típicas de una lesión pro estrés de la fisis tibial distal, por lo que se pautó un periodo de descarga tras el cual se normalizaron los hallazgos clínicos y radiológicos, y el paciente retomó su actividad deportiva de manera progresiva sin volver a presentar molestias en la zona, completando su crecimiento sin alteraciones.

## Key words:

Fisis. Cartilago de crecimiento.  
Lesiones por estrés.  
Lesiones deportivas en niños.

## Physeal stress injuries in young athletes

### Summary

Growth is a complex process that takes place in a highly specialized skeletal area, the physis or growth cartilage. The physis could suffer stress injuries, as any other part of the locomotor apparatus. The injury usually starts with localized pain without a clear cause, although usually this injury happens during growing spurts and training load increase periods. Although X-Ray images can appear quite innocent at the beginning of the symptoms, MRI shows a characteristic physeal widening. The widening could be either local (or "tongue-like"), or global, and helps to perform an early diagnosis. The increase in organized and specific sport activities since very young age in children makes it basic to the medical specialist who takes care after the young athletes to understand these to not only treat them once they take place but also perform the preventive task necessary to avoid the potential growth alterations that might follow these injuries. As an illustrative typical situation, the clinical case of a 13 year old patient is presented: the young athlete (an avid football and indoor football player) was seen at the outpatient clinic complaining of pain in the anterior face of his right ankle. The pain had started one month ago, without a clear traumatic previous event, in a progressive manner. When the patient was seen, he had a limp due to pain. An MRI study of the ankle showed the typical alterations of a stress physeal injury in the distal tibial physis, and a protected weight bearing period was prescribed, using crutches. After 3 months, pain had resolved and the radiological findings were back to normal. The patient progressively resumed his sporting activity, and has not shown new pain episodes, without growth disturbances during follow-up.

## Palabras clave:

Physes. Growth cartilage.  
Stress injuries.  
Sports injuries in children.

**Correspondencia:** Rafael Arriaza  
E-mail: rafael@arriaza.es