

Apofisitis



Fernando Ramón-Borja García (Rotatorio Pediatría)
Tutor: Marco Gómez de la Fuente (Urgencias Pediatría)



Servicio de Pediatría, HGUA

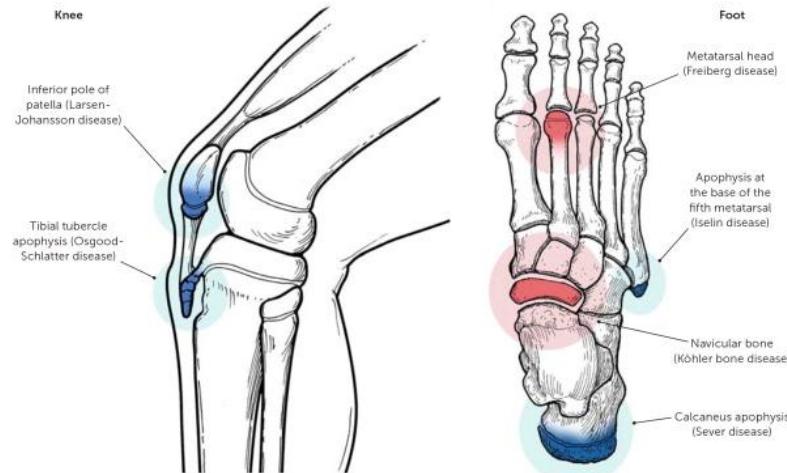


Fisiopatología y epidemiología

- Edad típica: 8 a 13 años
- Más frecuente en varones deportistas
- Apófisis: 2-5 veces más débil
- Desequilibrio tracción vs resistencia ósea
- Debilidad estructural durante crecimiento rápido

Anamnesis y datos exploratorios

- Inicio insidioso, de meses de evolución.
- Dolor selectivo a la palpación apofisiaria y a la contracción contra-resistencia
- **Sever:** Dolor compresión lateral calcáneo
- **Osgood-Schlatter** y **Sinding-Larsen-Johansson:** Dolor extensión rodilla
- **Iselin:** Dolor eversión contra-resistencia
- Descartar inflamación o deformidad llamativa



Pruebas diagnósticas

- Diagnóstico fundamentalmente **clínico** (Anamnesis+EF)
- Rx, TC o RMN raramente necesarias
- **Ecografía:** Prueba inicial de elección
 - Ensanchamiento fisis, fragmentación
- Rx: Solo para descartar "Banderas Rojas"
- D/D: Tumores (Ewing), infección, fracturas

Pruebas diagnósticas



Apofisitis de
Osgood-Schlatter



Apofisitis de Sever

Pruebas diagnósticas



Apoftisis de Iselin



Apoftisis de Sinding-
Larsen-Johansson

Tratamiento

- Objetivo: Reducir tracción apofisaria
- No se recomienda reposo absoluto
- Modificación actividad: "Si duele, para"
- Frío local y AINE
- Estiramientos unidad músculo-tendinosa
- Derivar a Traumatología Pediátrica si evolución tórpida



Evolución

- Procesos autolimitados en el tiempo
- Resolución al cierre del cartílago
- Prevención: Evitar especialización deportiva temprana
- Fomentar variedad deportiva (sin impacto)
- Evitar sobre-entrenamiento en inmaduros
- Calentamiento y vuelta a calma cruciales



Puntos clave

- Alta prevalencia en Atención Primaria / UPED
- Diagnóstico clínico: Dolor + Palpación + Resistencia
- Ecografía como "fonendo" locomotor
- Tratamiento sintomático y rehabilitación
- Descartar patología grave si "Red Flags"
- Pronóstico excelente a largo plazo

Bibliografía

1. Lirola Criado JF. Apofisis. Adolescere. 2021; IX (3): 32-36.
2. Achar S, Yamanaka J. Apophysitis and Osteochondrosis: Common Causes of Pain in Growing Bones. Am Fam Physician. 2019 May 15;99(10):610-618