

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](#).

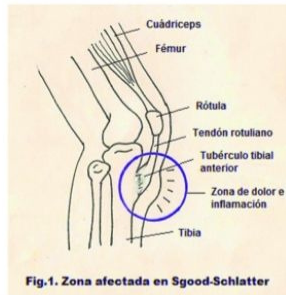


Ilustración: Julia Zapatero Rodriguez

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!**

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-Schlatter.
- [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:

- [M^a Esther Serrano Poveda](#). Pediatra. Centro de Salud "Miguel Servet". Benicalap II. Valencia

