



DOLORES DEL CRECIMIENTO

¿Qué son los dolores del crecimiento?

Se llama así al dolor inespecífico y benigno que sufren los niños en las piernas. Los niños entre 2 y 10 años, sobre todo los más activos, se ven más afectados por esta dolencia. La causa es desconocida, pero está relacionada con el crecimiento de los huesos y los músculos, por lo que mejora a medida que mejorando se va acercando a la madurez esquelética, y generalmente es fruto del cansancio.

¿Qué sintomatología provocan?

La mayoría de las veces se presenta el dolor después de la actividad, al acostarse, durante la noche o puede despertarle en mitad de la noche, afectando principalmente a los músculos, aunque también a veces las articulaciones. Puede que su hijo le diga que el dolor es tenue o continuo y podría sentirlo en una o ambas piernas, a veces en el área de las pantorrillas, muslos o detrás de las rodillas. Puede también aparecer en el talón o en la cara anterior de la rodilla, podríamos estar, en este caso, ante una apofisitis de Sever u Osgood-Schlatter, respectivamente.

La intensidad del dolor varía, pero hay períodos en los que no se siente dolor. Éste se puede presentar varias veces a la semana o durante algunos días seguidos y luego desaparecer durante semanas.

¿Cómo afectan los dolores del crecimiento a mi hijo?

Su hijo se puede despertar durante la noche por el dolor, aunque por la mañana éste ya habrá desaparecido. El crecimiento y desarrollo de su hijo no se verán afectados por estas dolencias.

¿Cómo se diagnostican los dolores del crecimiento?

El médico examinará a su hijo para descartar otras afecciones graves que pudieran tener señales o síntomas similares. Luego, decidirá si es necesario hacer más pruebas. Es importante decirle al médico la frecuencia con que se presenta el dolor, cómo responde su hijo al dolor y que es lo que le alivia. Esto ayudará al médico a efectuar el diagnóstico.

¿Cómo se tratan los dolores del crecimiento?

- Ejercicios de estiramiento y masaje en el área o músculo afectado.
- Aplicación de calor húmedo.
- Tomar paracetamol o ibuprofeno.
- Tranquilizar a su hijo. Trate de no darle mucha importancia al dolor. Dígale a su hijo que estará bien.

¿Qué signos o síntomas preocupan?

Acuda a su Pediatra si su hijo presentase:

- Tiene un dolor permanente o que se agrava.
- Tiene hinchazón o enrojecimiento en una zona o articulación.
- Fiebre superior a 39,0° C
- Cojea o no puede caminar o apoyar el/los pie/s en el suelo