



DEMASIADO EJERCICIO PUEDE SER MALO PARA LA SALUD

***Autores:** Gómez Santos, Patricia

***Centro de trabajo:** Centro de Salud Cáceres, Madrid.

MOTIVO CONSULTA Y ANTECEDENTES

- **Motivo de consulta:** Dolor y deformidad en cara anterior de tibia derecha sin traumatismo
- **Antecedentes familiares:** Sin interés
- **Antecedentes Personales:** Sin interés. No fumadora . Menstruaciones regulares.
- **Enfermedad Actual:**

Mujer de 22 años que acude a consulta por dolor y deformidad en cara anterior de tibia derecha desde hace unas semanas a raíz de comenzar con aumento de actividad física (correr). Previamente vida sedentaria. El dolor mejora con el reposo y empeora con la marcha. Niega traumatismo en la zona.

EXPLORACIÓN FÍSICA Y PRUEBAS COMPLEMENTARIAS

- **Exploración Física:** Bultoma irregular en cara anterior de tibia derecha, sin aumento de calor ni temperatura. Resto de estructuras óseas sin deformidades.
- **Pruebas complementarias**
Desde Atención Primaria se realiza:
 - **Rx tibia/peroné Anteroposterior y Lateral:** Sin alteraciones.
 - **Analítica:** NormalSe remite a Reumatología, dónde se amplia estudio:
 - **RMN pierna derecha:** Fractura intracortical de 3 centímetros en $\frac{1}{3}$ distal de la diáfisis tibial derecha.
 - **Densitometría:** Sin alteraciones

DIAGNÓSTICO

Fractura por fatiga en tibia derecha

DIAGNÓSTICO DIFERENCIAL

- Fractura de estrés osteoporótica
- Tumor óseo
- Periostitis/fascitis tibial

CONCLUSIÓN

Las fracturas por fatiga son fracturas de estrés que se producen sobre hueso sano. Ocasionadas tras una fuerza de tensión reiterativa o una sobrecarga muscular mantenida, que se puede dar en el contexto de un aumento de cantidad o intensidad de actividad física. La radiografía simple es normal en el 70% de los casos lo que suele hacer necesario ampliar el estudio. En la mayoría de los casos, como sucedió con nuestra paciente, el tratamiento es conservador.