

### ¿Qué es?

Los dolores de crecimiento son dolores generalizados en **las piernas** que ocurren en el 15 a 30% de los niños. Generalmente se localizan en la cara anterior de los muslos, detrás de las rodillas y en la pantorrilla.

### Características

El dolor por lo general ocurre al final de la tarde o en la noche antes de acostarse, pudiendo haber dolor que incluso despierta al niño dormido.

Este no ocurre a diario sino que tiende a aparecer y desaparecer, y a menudo empeora después de un **día muy activo**. Cuando no hay dolor, el niño está activo y **no limitado de ninguna manera**. El dolor puede continuar durante meses o incluso varios años.

El diagnóstico es de exclusión, ya que se basa principalmente en la historia clínica del niño y en el examen físico para garantizar que no haya otra causa de dolor.

### Causa

Se cree que estos dolores son el resultado de la tensión muscular y fatiga, asociado a cambios musculares y óseos que ocurren con el crecimiento, por lo que estos cesan cuando se detiene el crecimiento.

### Tratamiento

La mayoría **se alivian mediante el uso de masajes y calor suave** (baño tibio o aplicación de compresas tibias). Las elongaciones musculares pueden ser útiles antes de que el niño se acueste. Si es necesario, se puede administrar paracetamol o ibuprofeno, según las indicaciones de su médico.

### Signos de alarma

Consultar con su médico si presenta:

- Dolor persistente en las mañanas, con aumento de volumen, enrojecimiento de alguna articulación.
- Dolor asociado a trauma.
- Cojera.
- Fiebre o compromiso del estado general.
- Debilidad o cansancio.
- Pérdida de apetito.



### Traumatología Infantil

Clínica Alemana Vitacura  
Av. Manquehue 1410, piso 8, Vitacura  
Teléfono: (56) 22910 1003

Clínica Alemana de La Dehesa  
Av. José Alcalde Déllano 12205, Centro del Niño, Lo Barnechea  
Teléfono: (56) 22910 7061

Clínica Alemana Centro Médico de Chicureo  
Camino Chicureo, Lote A-2, s/n, Colina  
Teléfono: (56) 22910 4000