



<https://printo.it/pediatric-rheumatology/EC/intro>

Síndromes dolorosos de las extremidades

Versión de 2016

5. Dolores de crecimiento

5.1 ¿Qué son?

Los dolores de crecimiento son un proceso benigno que hace referencia a un patrón característico de dolor en las extremidades, que suele producirse en los niños entre los 3 y 10 años de edad. También se llama «dolor benigno de las extremidades en la infancia» o «dolores nocturnos recurrentes en las extremidades».

5.2. ¿ Es muy frecuente?

Los dolores de crecimiento son frecuentes en pediatría. Se presenta con una frecuencia similar en niños y niñas, afectando entre el 10 y 20% de los niños de todo el mundo.

5.3 ¿Cuáles son los síntomas más habituales?

El dolor aparece principalmente en las piernas (espinillas, pantorrillas, muslos o en la parte posterior de las rodillas) y suele ser bilateral. Aparece al final de la tarde o durante la noche, y a menudo hace que el niño se despierte. Con frecuencia el dolor se produce tras la actividad física.

Los episodios de dolor suelen durar entre 10 y 30 minutos, aunque pueden variar entre minutos y horas, y pueden ser leves o de mucha intensidad. Los dolores de crecimiento son intermitentes, con intervalos libres de dolor que duran días o meses. En algunos casos, los episodios de dolor pueden producirse de forma diaria.

5.4 ¿Cómo se diagnostica?

El patrón clínico característico, combinado con la ausencia de síntomas durante la mañana y con una exploración física normal permiten realizar el diagnóstico. Como regla general los exámenes y las pruebas de imagen son siempre normales. Sin embargo, en ocasiones puede ser necesario realizar radiografías para descartar otras patologías.

5.5 ¿Cómo se trata?

Explicar la naturaleza benigna del proceso reduce la ansiedad en el niño y de su familia. Durante los episodios dolorosos puede ayudar dar masajes, aplicar calor o administrar analgésicos suaves. En los niños con episodios frecuentes, una dosis por la tarde o noche de ibuprofeno puede ser ayudar a controlar los episodios de dolor más intenso.

5.6 ¿Qué pronóstico tiene?

Los dolores de crecimiento no están asociados a ninguna enfermedad orgánica grave y suelen resolverse de forma espontánea con el tiempo. En el 100% de los niños, el dolor desaparece a medida que se hacen mayores.