

# Síndrome de estrés tibial medial, un dolor del corredor

Fernández María Maira; Zubillaga Julián; Cristiano  
Fernando; Belaunzaran Agustín

Hospital Privado de Comunidad (Mar del  
Plata)



# Introducción

El síndrome de estrés tibial medial (SETM), también conocido como shin splints o periostitis tibial, es una lesión frecuente en la unión de los tercios medio y distal de la tibia y una de las causas más comunes de dolor inducido por el ejercicio en los practicantes de actividad física.

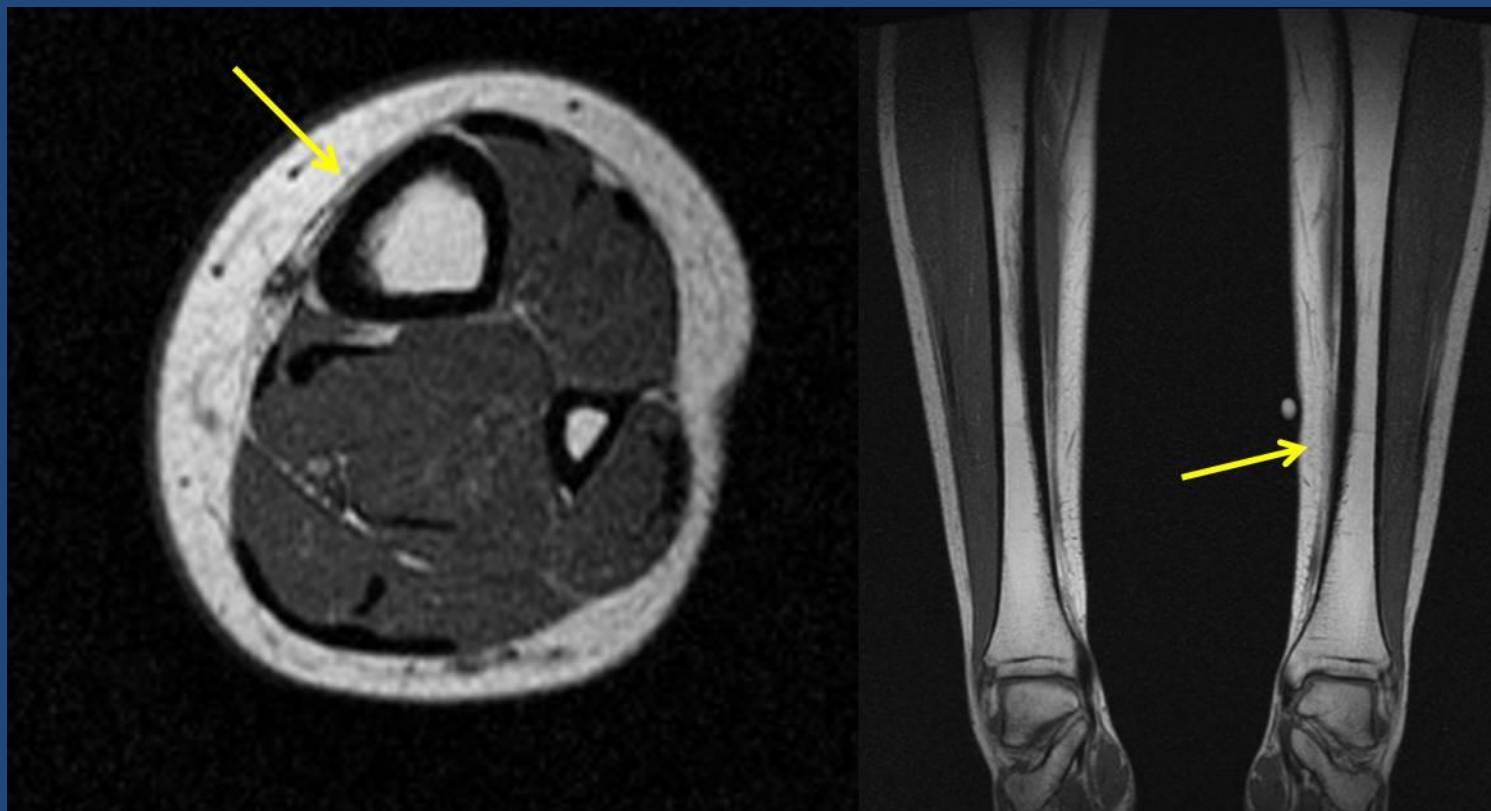
En estadios iniciales esta lesión puede pasar inadvertida en las imágenes radiográficas. Su diagnóstico definitivo se realiza con la resonancia magnética, que es la prueba de elección cuando existe una alta sospecha clínica

# Objetivos

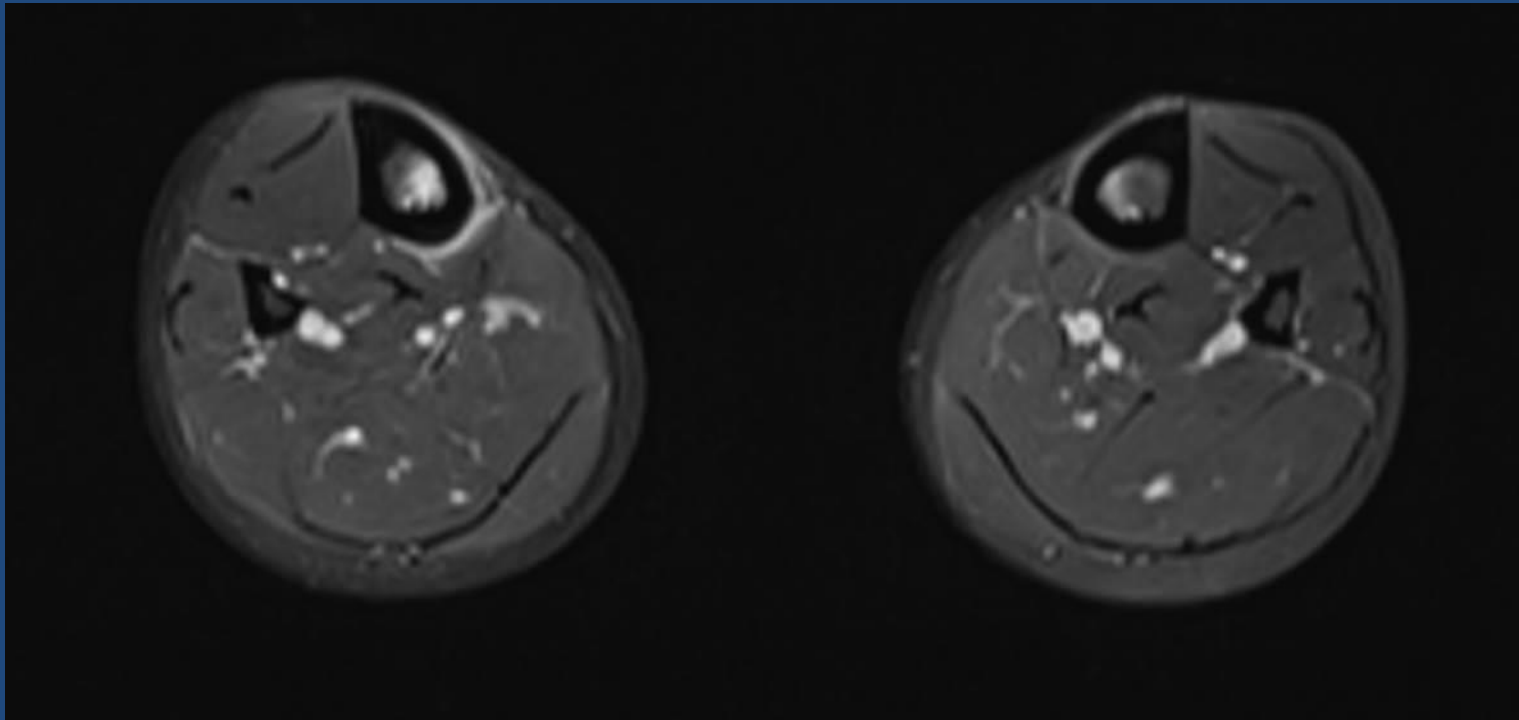
Determinar las características del estrés tibial medial en resonancia y sus diagnósticos diferenciales



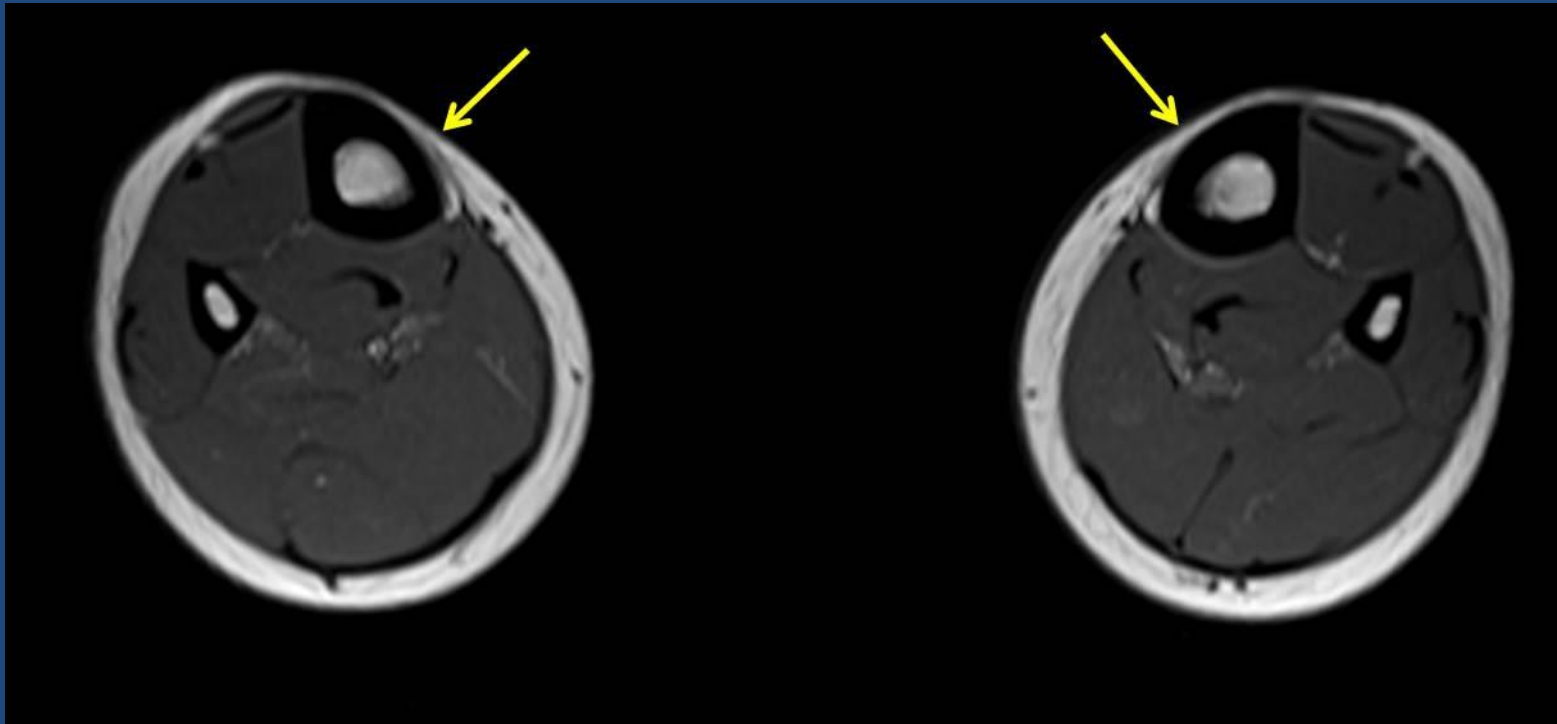
Paciente corredora de 17 años. Se le realizó la RM por dolor en la pierna de una semana de evolución. STIR corte axial y coronal respectivamente donde se visualiza hiperintensidad periosteal lineal por edema en el margen anteromedial de la tibia izquierda a nivel del tercio distal asociado a edema de medula ósea subperióstica



RM T1 corte axial y coronal respectivamente donde se observa hipointensidad periosteal por edema en el margen anteromedial de la tibia izquierda a nivel del tercio distal asociado a edema de medula ósea subperiostica



Paciente sexo femenino de 24 años, atleta, con dolor en ambas piernas. RM corte axial en secuencia STIR donde se observan cambios edematosos periostales en ambas tibias con cambios en médula ósea subyacente.



Paciente sexo femenino de 24 años, atleta, con dolor en ambas piernas. RM corte axial en secuencia T1 donde se observan cambios edematosos periostales en ambas tibias con cambios en médula ósea subyacente.



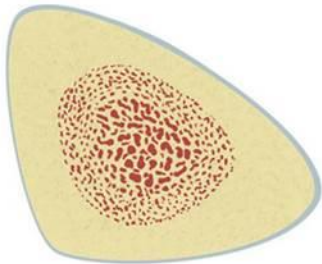
# Revisión de tema

La periostitis tibial abarca del 13% al 17% del total de las lesiones causadas por correr y hasta el 35% de todos los dolores relacionados con el ejercicio en la pierna. Se define como una patología que se produce por la inflamación de la membrana que recubre el hueso de la tibia llamado periostio.

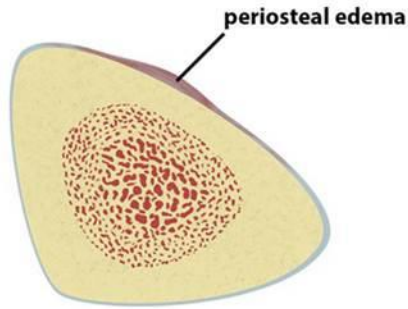
Estudios recientes han apoyado la opinión de que el síndrome de estrés tibial medial no es un proceso inflamatorio del periostio, sino una reacción de estrés óseo que se ha vuelto doloroso

El dolor aparece cuando se inicia la actividad física, disminuye cuando lleva un corto periodo de tiempo realizando calentamiento y vuelve a aparecer de manera más intensa cuando lleva un tiempo corriendo.

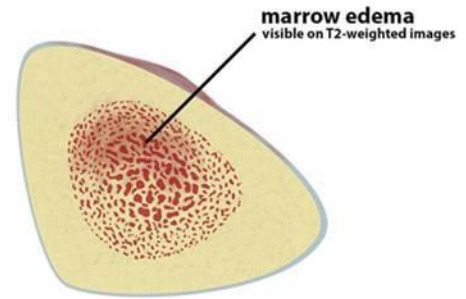
Se puede determinar su gravedad de acuerdo a un sistema de graduación, teniendo en cuenta el edema parostal, la señal intracortical y la intensidad de señal de la medula ósea en T2 y T1.



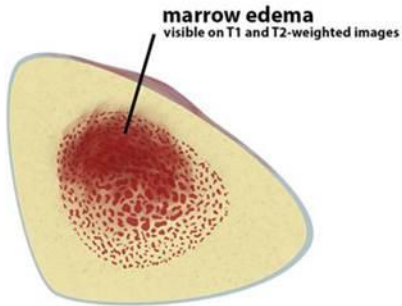
**Grade 0**  
Normal



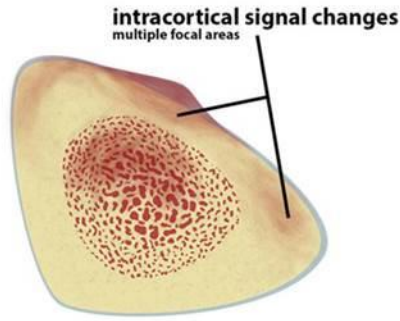
**Grade 1**



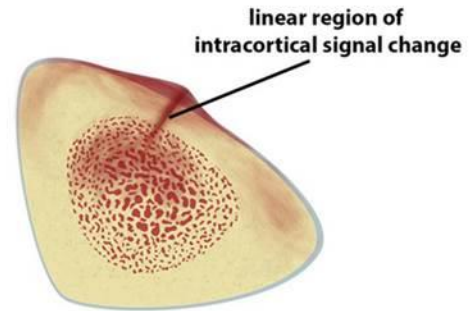
**Grade 2**



**Grade 3**



**Grade 4a**



**Grade 4b**

El diagnóstico diferencial de un atleta con dolor en la pierna incluye las lesiones musculares y tendinosas, síndrome compartimental crónico tras el ejercicio, SETM y fracturas de estrés

# Conclusión

El SMTA es un síndrome clínico que debe tenerse en cuenta en aquellos pacientes que realizan ejercicio. Dado que el diagnóstico definitivo se realiza por resonancia, es importante reconocer su modo de presentación

# Bibliografía

- Actualización sobre el síndrome de estrés tibial medial. Revista Científica General José María Córdova, Bogotá, Colombia, enero-junio, 2016 Ciencia y Tecnología - Vol. 14, Núm. 17, pp. 231-248
- Fractura tibial bilateral por fatiga en mujer no deportista: a propósito de un caso J. R. López Lanzaa, Á. Pérez Martín y R. López Viderasa a Centro de Salud Covadonga. Torrelavega (Cantabria)
- Periostitis: diagnóstico y tratamiento Silvia Rosa Ruiz, Yésica Carrión Amorós, Isabel María Rodríguez García, María Amparo Morales García, Encarnación Bermúdez Millán, y María Luisa Peral Rodríguez. Hospital de Poniente; Servicio Andaluz de Salud. Capítulo 22. Cuidados, aspectos psicológicos y actividad física en relación con la salud Volumen II
- Asymptomatic Tibial Stress Reactions: MRI Detection and Clinical Follow-Up in Distance Runners. A. Gabrielle Bergman, et al. AJR 2004;183:635–638
- Validation of MRI Classification System for Tibial Stress Injuries. Richard Kijowski, et al. American Journal of Roentgenology. 2012;198: 878-884.