



# Medicina de Familia. SEMERGEN



<https://www.elsevier.es/semergen>

## 212/1215 - Cuidado con tanto deporte

S.F. Morales Rincón<sup>a</sup>, M. Sierras Jiménez<sup>b</sup>, S. Moreno Carrasco<sup>b</sup>, E. Barbero Rodríguez<sup>b</sup>, M.C. Vargas Corzo<sup>b</sup> y L. Escamilla Ramos<sup>b</sup>

<sup>a</sup>Médico de Familia. Centro de Salud Salobreña. Granada. <sup>b</sup>Médico Residente de Medicina Familiar y Comunitaria. Centro de Salud La Caleta. Granada.

### Resumen

**Descripción del caso:** Paciente de 28 años que acude por mialgias en extremidades tras ejercicio intenso. Hacía unos dos meses acudió solicitando recomendaciones para perder peso. Presenta discreto sobrepeso, por lo que únicamente recomendamos dieta y aumentar el ejercicio; es estudiante y lleva una vida bastante sedentaria. Refiere que ha comenzado a ir al gimnasio, donde le han animado a realizar clases grupales de CrossFit, tras la cual ha comenzado con la clínica. Ante una exploración articular normal, se pauta analgesia a demanda y abundante hidratación. Acude de nuevo al día siguiente porque el dolor ha aumentado, junto con orina oscura. No fiebre ni otra clínica acompañante. Derivamos a Urgencias para analítica urgente. Tras valoración de analítica, pasa a Observación para hidratación con sueroterapia y control de diuresis. Tras 24 horas en el Servicio y mejoría de la función renal, es dado de alta con recomendaciones a domicilio.

**Exploración y pruebas complementarias:** Buen estado general. Auscultación normal, abdomen anodino y miembros inferiores sin signos de trombosis, pulsos pedios conservados y simétricos. Sólo dolor generalizado en extremidades que aumentan con la movilización y la palpación difusa. En analítica: CPK 119.178 U/ml, LDH 4.299 U/L, creatinina 1,50 mg/dl (previa normal), hematíes en orina positivos. Resto normal.

**Juicio clínico:** Rabdomiolisis, insuficiencia renal aguda leve.

**Diagnóstico diferencial:** En este caso el diagnóstico de presunción no fue difícil, debido a la asociación directa con el ejercicio intenso. Derivamos a Urgencias para rápida valoración de función renal.

**Comentario final:** Pretendemos mostrar la importancia de una correcta recomendación de hábitos de vida saludable, no sólo limitándonos a consejos generales, haciendo el consejo mucho más personalizado. Tras este paciente, no informamos de en qué consiste este deporte, cada vez más popular entre los jóvenes, y nos planteamos que mejorar nuestra formación en Medicina del deporte podría ser útil para indicar al paciente qué tipo de ejercicio debe o no hacer, prescribiendo pautas mucho más concretas, intentando prevenir complicaciones como las referidas en este caso.

### Bibliografía

1. [www.bvsspa.es](http://www.bvsspa.es)
2. Guía de Actuación en Atención Primaria, 4<sup>a</sup> ed. Semfyc, 2011.

*Palabras clave:* Rabdomiolisis. Mialgia.