



0 - El lado oscuro del Running

E. Canales Lachén¹, E. Álvarez Moreno¹, V. Muñoz Carpio¹, J. Carrascoso Arranz², M. Recio Rodríguez² y V. Martínez de Vega²

¹Hospital Quirón San José, Madrid, España. ²Hospital Universitario Quirón Madrid, Madrid, España.

Resumen

Objetivo docente: Describir e ilustrar las principales lesiones deportivas asociadas al "running".

Revisión del tema: El running se trata de una práctica deportiva cada vez más habitual y extendida. A sus beneficios para la salud también hay que añadir las posibles lesiones que una mala práctica pueden acarrear. Lesiones que cada vez son más frecuentes en las consultas de traumatología/rehabilitación y por ende en el diagnóstico en las pruebas de imagen, que sirven para su confirmación así como para la valoración del grado de afectación de cara a las distintas opciones terapéuticas y el buen manejo del paciente para evitar secuelas/lesiones crónicas. En este trabajo se revisan y muestran los hallazgos radiológicos de las principales lesiones: síndrome de la banda iliotibial, síndrome del estrés tibial medial, fracturas de estrés, tendinopatía Aquilea y fascitis plantar como principales.

Conclusiones: La práctica habitual del running está derivando en un aumento de determinadas lesiones que hay que tener en cuenta para realizar un correcto diagnóstico e iniciar el tratamiento adecuado para evitar posibles secuelas/lesiones crónicas.