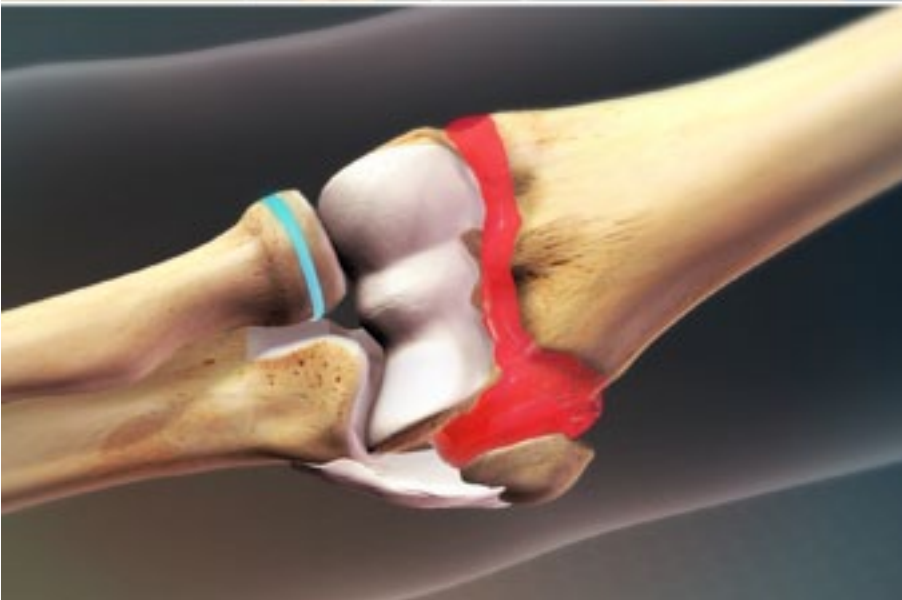


## Apofisitis medial (codo de las ligas menores)



### Descripción general

Esta es una lesión de una placa de crecimiento en el lado interno del codo. Las placas de crecimiento son lugares donde se forman nuevos tejidos óseos. Se encuentran cerca de los extremos de los huesos largos de los niños en crecimiento. Las placas de crecimiento son más débiles que el hueso que las rodea. Eso hace que sea más fácil que se lesionen.

### Causas

La apofisitis medial es una lesión por uso excesivo. Es causada cuando se realizan lanzamientos una y otra vez. Es un problema para los jugadores de béisbol jóvenes, especialmente para los lanzadores. El lanzamiento ejerce mucha tensión sobre los ligamentos del codo. Estas son bandas de tejido que estabilizan la articulación. Uno de estos ligamentos se adhiere a la protuberancia ósea del lado interno del codo. Lo llamamos "epicóndilo medial". Como el ligamento tira repetidamente de esta protuberancia, la placa de crecimiento adyacente se irrita y se inflama. Es posible que partes del hueso comiencen a desgarrarse. Esto puede causar un daño a largo plazo.

### Síntomas

Esta lesión produce dolor en la parte interna de su codo, al hacer el lanzamiento. Es posible que no pueda lanzar con tanta fuerza, ni tan lejos. Es posible que su codo se hinche y que le resulte difícil moverlo.

### Tratamiento

La apofisitis medial puede tratarse a menudo con el descanso adecuado y con una mejor técnica de lanzamiento. Pero en algunos casos se necesita cirugía. Su proveedor de salud puede crear un plan de cuidados que sea adecuado para usted.