

Síndrome de deficiencia energética relativa en el deporte (RED-S), a propósito de un caso en nuestro centro

Autores: Jose Carlos Irigoyen Chávez, Alberto Ilzarbe Ibero, Carlos Sanz García, Iñigo Martiarena Aguirreche.
Centro: Complejo Hospitalario de Navarra

Introducción

Las personas que realizan deportes en exceso o ejercicio físico intenso como los atletas, se exponen a padecer un problema recientemente descrito en la bibliografía científica, conocido como **Deficiencia Energética Relativa en el Deporte** (antiguamente conocido como *Triada de la Atleta*), síndrome producido por el desequilibrio entre la ingesta y el gasto energético; el cual afecta a muchas funciones fisiológicas, incluida la tasa metabólica, la función menstrual, la salud ósea, la inmunidad, la síntesis de proteínas, la salud cardiovascular y psicológica. Desde el punto de vista traumatológico, estos cambios fisiológicos favorecen el riesgo de padecer fracturas de estrés que ponen en riesgo la carrera profesional de deportistas muy comprometidos con el ejercicio.

Objetivos

El objetivo principal de este trabajo es describir un caso de nuestro centro, que supone un claro ejemplo de este Síndrome de deficiencia energética relativa en el deporte y hacer hincapié en la importancia de detectarlo y actuar precozmente.

Material y Métodos

Para ello, presentamos el caso de una mujer de 32 años, corredora de fondo, que fue atendida y seguida en nuestro centro hospitalario por dolor en ambos tobillos, diagnosticada de fractura de estrés bilateral de ambos maleolos externos (*ver imagen 1*). Posteriormente debutó con una coxalgia de características mecánicas con diagnóstico de fractura de cuello femoral no desplazada (*ver imagen 2*). Tras unos meses en descarga, continuo compitiendo en carreras, y actualmente presenta una fractura de estrés iliopubiana (*ver imagen 3*), en seguimiento por diferentes especialidades.

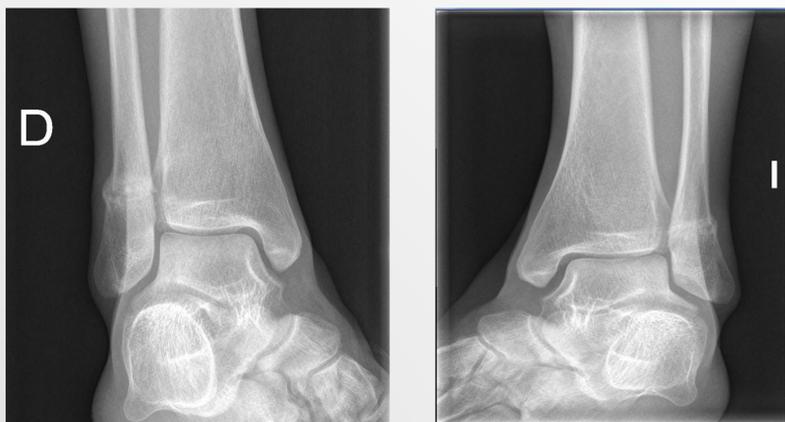


Imagen 1. Fracturas de estrés de ambos maleolos externos con callo de fractura a los 2 meses de evolución.

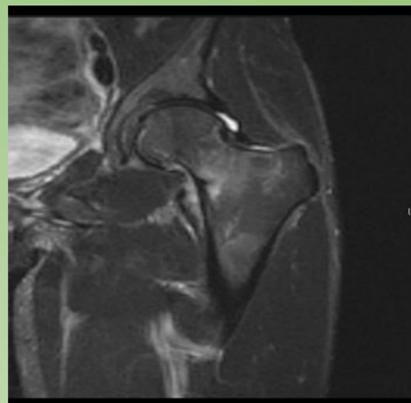


Imagen 2. Fractura de estrés de cuello femoral izquierdo incompleta (edema óseo en plano sagital, secuencia STIR).

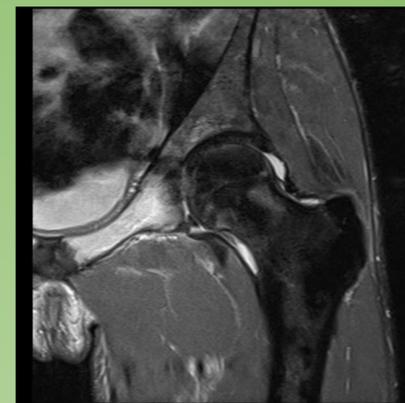


Imagen 3. Fractura de estrés de rama iliopubiana izquierda.

Resultados

Ante la presencia de fracturas de estrés múltiples y consecutivas en una paciente joven y deportista, la primera sospecha fue que se trataba de un caso conocido antiguamente como triada del atleta o actualmente RED-S. En la entrevista clínica se constató una amenorrea de meses de evolución; en la densitometría ósea presentó unos parámetros de densidad ósea compatibles con osteoporosis premenopáusicas; y en la analítica de sangre una deficiencia de vitamina D, calcio y hormonas estrogénicas.

Conclusiones

Es muy importante identificar de manera precoz este síndrome de deficiencia energética relativa, ya que podemos evitar consecuencias potencialmente graves, entre otras, las fracturas de estrés. Su tratamiento, requiere un abordaje multidisciplinar para tratar cada una de las esferas que están alteradas en estos pacientes.

Bibliografía

- Statuta SM, Siobhan M. Relative energy deficiency in sport (RED-S). *British Journal of Sports Medicine* 2017; 51: 1509-1509.
- Margo M., Jorunn S., et al. IOC consensus statement on relative energy deficiency in sport (RED-S): 2018 update . *Journal of Sport Nutrition and Exercise Metabolism* 2018; 28 (4): 316-331.
- Thein-Nissenbaum J, Hammer E. Treatment strategies for the female athlete triad in the adolescent athlete: current perspective. *Open Access Journal of Sports Medicine* 2017; 8 85-95.

