

Fractura diafisaria bilateral de húmero durante un entrenamiento de Crossfit

Pedro Javier Tapia Fernández, Antonio Rodríguez Rodríguez, Raquel Sánchez López, Maria Teresa Pérez Pérez, Francisco Aceituno Nieto

Hospital Universitario Virgen de las Nieves, Granada

Objetivo

Presentar, a través de un caso clínico, una asociación inusual en contexto de un ejercicio físico en apariencia inofensivo.

Material y métodos

Se trata de un paciente de 24 años traído en ambulancia por dolor bilateral de brazos tras sobreesfuerzo deportivo. El paciente relataba que al estar descendiendo una cuerda en contexto de ejercicio de **CrossFit** ha notado un crujido inicialmente en brazo izquierdo, por lo que había quedado **suspendido** del brazo derecho, sufriendo posteriormente un crujido e intenso dolor en brazo contralateral.

A la exploración, presentaba dolor y crepitación a la palpación en ambos brazos. No presentaba alteraciones cutáneas. Movilidad de muñeca y mano conservada sin alteraciones motoras ni sensitivas.

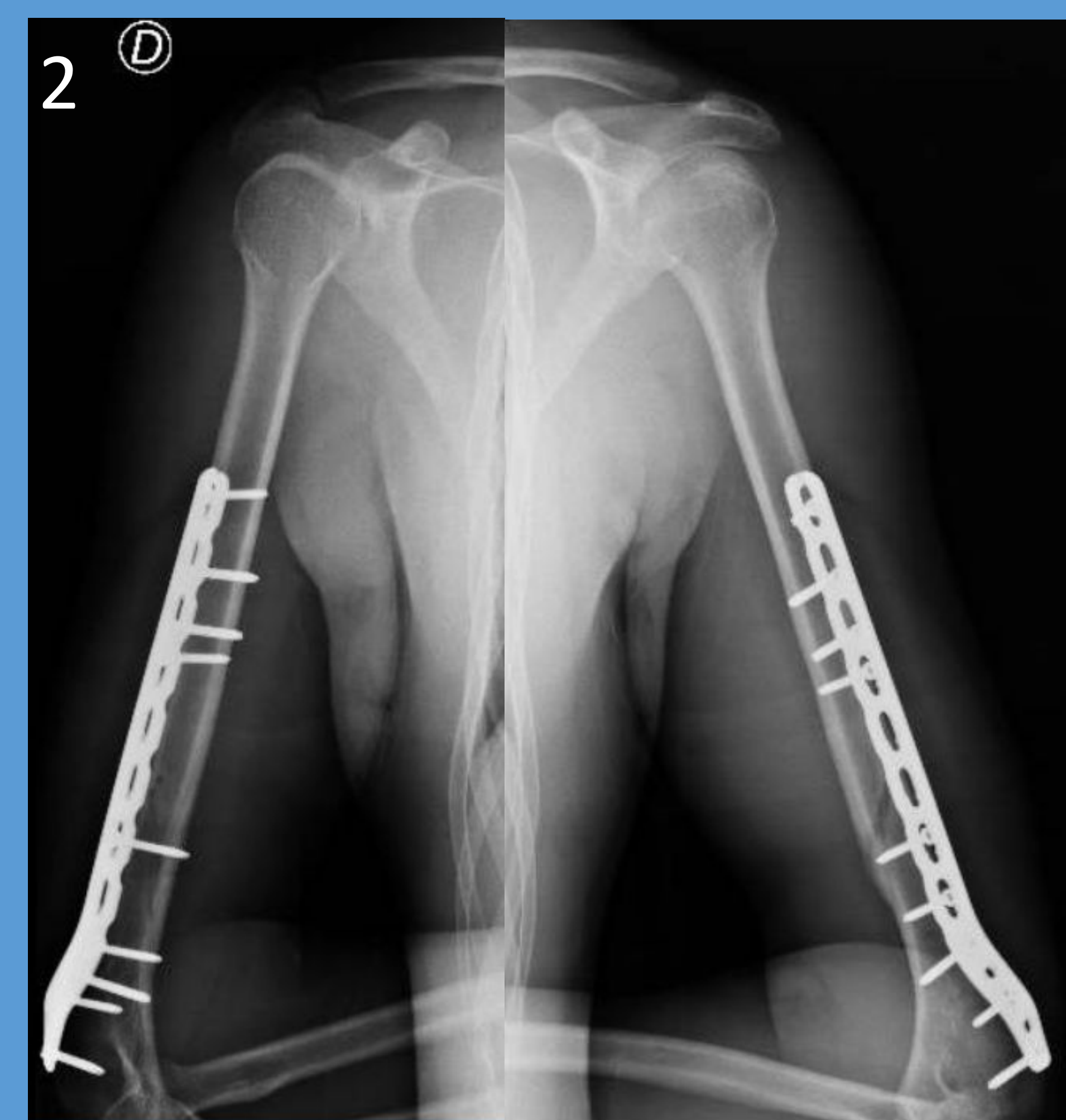
En las RX se objetivó **fractura diafisaria** de tercio distal de **ambos húmeros** de patrón espiroideo corto.



Resultados

Se decidió tratamiento **quirúrgico**. Se llevó a cabo la misma intervención en ambos brazos: abordaje posterior. Se abrió la fascia en línea con la incisión cutánea. Previa identificación del intervalo entre las cabezas medial y lateral del tríceps, se disecó e identificó el nervio radial y el paquete vascular; se referencian y protegen. Se expuso la fractura a través de un abordaje **transtricipital**. Se redujo y se fijó una placa LCP con control de escopia satisfactorio.

En el **postoperatorio inmediato**, apareció una **parálisis radial** en el miembro derecho que se trató mediante una férula de estiramiento pasivo. Dicha parálisis se fue recuperando progresivamente. Tres meses después, el paciente se encuentra asintomático, con consolidación de ambas fracturas y reincorporándose a la actividad física previa.



Conclusiones

CrossFit es una modalidad deportiva cada vez más **popular** pero tiene gran **potencial lesivo** por las **altas cargas e intensidad** de los ejercicios.

La fractura diafisaria bilateral de húmero en contexto deportivo es una **asociación rara** con solo un caso previo encontrado en la literatura.

La parálisis radial secundaria a la osteosíntesis de estas fracturas es una complicación frecuente que generalmente se corresponde con una **neuroapraxia**.

Figuras:

- 1 RX iniciales mostrando ambas fracturas
- 2 RX control postquirúrgico