



UNIVERSIDAD ARTURO MICHELENA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA DE FISIOTERAPIA

**EFFECTOS DE LA FISIOTERAPIA EN ATLETAS CON SÍNDROME DE ESTRÉS
MEDIAL TIBIAL**

Sabrina Valentina Acosta Ortega
Victoria Valentina Bastidas Garrido
Fátima Andreina Lugo Gonzales
Lcdo. Ft. Jose David Briceño Castillo
San Diego, abril 2025

RESUMEN

La tibia desempeña un papel fundamental en la transmisión de fuerzas desde el fémur hasta el pie, así como en la estabilidad y soporte del peso corporal durante la bipedestación y el movimiento. La tibia cuenta con una membrana vascularizada llamada periostio que recubre el hueso, cuya función es proteger, envolver, nutrir, regenerar y sensibilizar el hueso tibial, el dolor e inflamación de la región antero medial de la tibia se conoce como síndrome de estrés tibial medial (SEMT) y es muy común en atletas. El abordaje fisioterapéutico debe disminuir sintomatología para un retorno efectivo a las actividades deportivas. El objetivo de esta revisión es identificar los efectos de la fisioterapia en atletas con síndrome de estrés medial tibial. Este estudio utilizó un enfoque observacional retrospectivo. Se recopiló estudios de Google Académico, Scielo y PubMed, publicados entre 2010 y 2025, relacionados con el síndrome de estrés medial tibial. Por otro lado, se seleccionaron siete artículos, evaluados con la escala PEDro, con puntuaciones metodológicas variadas. Los estudios con mejores puntuaciones (Marteen H. y Newman P.) demostraron eficacia en las intervenciones con ondas de choque y ejercicio terapéutico en atletas con SEMT. Otros estudios con menor rigor metodológico también aportaron información útil sobre los efectos a corto plazo. Con base en la evidencia clínica existente, se demuestra que la fisioterapia en SEMT para mejorar la funcionalidad y estabilidad de estructuras que pueden estar relacionadas con el SEMT, destacando su impacto positivo en el fortalecimiento muscular. Estos beneficios se logran mediante la aplicación continua de programas de fisioterapia, lo que contribuye a la reducción del dolor facilitando una recuperación óptima.

Palabras clave: Fisioterapia, rehabilitación, atletas, estrés tibial medial