

## HERNIA UMBILICAL

La hernia umbilical es una condición en la que un órgano o tejido sobresale a través de un punto débil en la pared abdominal, específicamente en la zona del ombligo (umbilical).

¿Qué es una hernia umbilical?

Es una protuberancia que ocurre en la zona umbilical debido a la debilidad de los músculos o tejido de la pared abdominal. Puede aparecer tanto en recién nacidos como en adultos.

Causas:

En bebés: Suele ser el resultado de que el orificio por donde el cordón umbilical pasó no cierra completamente después del nacimiento.

En adultos: Puede desarrollarse debido a:

- Obesidad.
- Embarazo.
- Elevación de cargas pesadas.
- Tos crónica o esfuerzo físico prolongado.
- Cirugías previas en el área abdominal.

Síntomas:

- Protuberancia: Un bulto visible en la zona del ombligo, que puede aumentar de tamaño al toser, hacer esfuerzo o estar de pie:
- Dolor o incomodidad: En la mayoría de los casos, la hernia no causa dolor, pero puede causar molestias o un dolor sordo, especialmente al hacer esfuerzos.
- Si la hernia se estrangula, puede llevar a complicaciones graves que causan dolor intenso, náuseas, vómitos y otros síntomas de bloqueo intestinal.

Diagnóstico:

El diagnóstico de la hernia umbilical se realiza usualmente mediante un examen físico, donde el médico examina el abdomen, identificando la protuberancia. En casos donde hay duda sobre el contenido de la hernia, se pueden solicitar estudios de imagen como ecografías o tomografías.

Tratamiento:

1. Observación: En bebés, es común simplemente monitorizar la hernia, ya que muchas se cierran solas antes de los 4 años.
2. Intervención quirúrgica: En adultos o si la hernia es dolorosa o no se cierra, la cirugía es generalmente recomendada. Existen dos tipos principales de cirugía:
  - Cirugía abierta: Se realiza una incisión en el abdomen, se coloca una malla y se repara la hernia.
  - Cirugía Laparoscópica, pocas veces ya que nuestra incisión es menor de 2 cm.

Cuidado postoperatorio:

- Evitar actividades físicas intensas durante 3-4 semanas.
- Seguir las instrucciones del médico sobre el cuidado de la herida.
- Asistir a citas de seguimiento para asegurar una adecuada recuperación.