

## HERNIA INGUINAL

La hernia inguinal es una afección en la que una parte del tejido (generalmente parte del intestino o el epiplon) sobresale a través de un punto débil en la pared abdominal, específicamente en la región inguinal, que es la zona de la ingle.

¿Qué es una hernia inguinal?

- Es una protuberancia que se forma en la parte inferior del abdomen, justo sobre la parte superior del muslo, generalmente visible al toser o al hacer esfuerzo.
- Puede ser clasificada en dos tipos:
  - Hernia inguinal indirecta: Es congénita y se produce cuando el conducto inguinal, donde pasa el cordón espermático (en hombres) o se conecta a los ovarios (en mujeres), no se cierra correctamente después del nacimiento.
  - Hernia inguinal directa: Es adquirida y aparece a medida que los músculos abdominales se debilitan con la edad o por el esfuerzo físico.

Causas:

- Presión: La debilidad de la pared abdominal puede ser causada por presión prolongada.
- Aumento de peso o obesidad: Aumenta la presión en la región abdominal.
- Tos crónica: Condiciones como la bronquitis pueden llevar a aumentar la presión abdominal.
- Esfuerzo físico: Levantamientos pesados o actividades que causan esforzar los músculos abdominales.
- Embarazo: Puede provocar un aumento de la presión en el abdomen.

Síntomas:

- Bulto visible: Puede aparecer un bulto en la ingle que se hace más evidente al estar de pie, hacer actividad física o toser.
- Dolor o malestar: Sensación de ardor o dolor en el área de la ingle, que puede aumentar con la actividad.
- Debilidad: Sensación de debilidad o presión en la ingle.

Diagnóstico:

El diagnóstico generalmente se realiza mediante un examen físico en el que el médico evalúa la protuberancia. A menudo, se pueden utilizar estudios por imágenes, como ecografías o tomografías, si hay dudas sobre el contenido de la hernia o si hay complicaciones.

Tratamiento:

1. Vigilancia: En algunos casos, especialmente si no hay síntomas severos, en lo que se decide la cirugía.
2. Intervención quirúrgica: Generalmente se recomienda la cirugía si la hernia es sintomática o tiene un riesgo de complicaciones.
  - Cirugía abierta: Esto implica hacer una incisión más grande y reparar la hernia mediante sutura y colocación de malla.

- Cirugía laparoscópica: Método mínimamente invasivo que utiliza pequeñas incisiones y un laparoscopio para reparar la hernia con colocación de malla. Recuperación más rápida y menos dolor.

Cuidado postoperatorio:

Después de la cirugía, es importante seguir las instrucciones médicas, que pueden incluir:

- Evitar actividades físicas intensas, 3-4 semanas.
- Manejo del dolor según indicación.
- Asistencia a citas de seguimiento para asegurar una adecuada recuperación.