Intermountain® Healthcare

Hernia Hiatal

¿Qué es?

Una hernia hiatal es una condición en la cual la parte superior del estómago se introduce en el tórax a través de una abertura en el diafragma llamada **hiato.** El **diafragma** es el músculo grande que separa el estómago del tórax. Una hernia hiatal se introduce en el tórax y puede causar dolor y otros síntomas.

Existen dos tipos de hernia hiatal:

- **La hernia por deslizamiento** es la más común. La parte superior del estómago y la sección del esófago que se une con el estómago se desliza dentro del tórax a través del hiato.
- **La hernia paraesófágica** es menos común. Una parte inferior del estómago se desliza dentro del hiato y se atora al lado del esófago. Esta es más grave ya que el suministro de sangre a esa sección del estómago se puede interrumpir.

¿Cuáles son los síntomas?

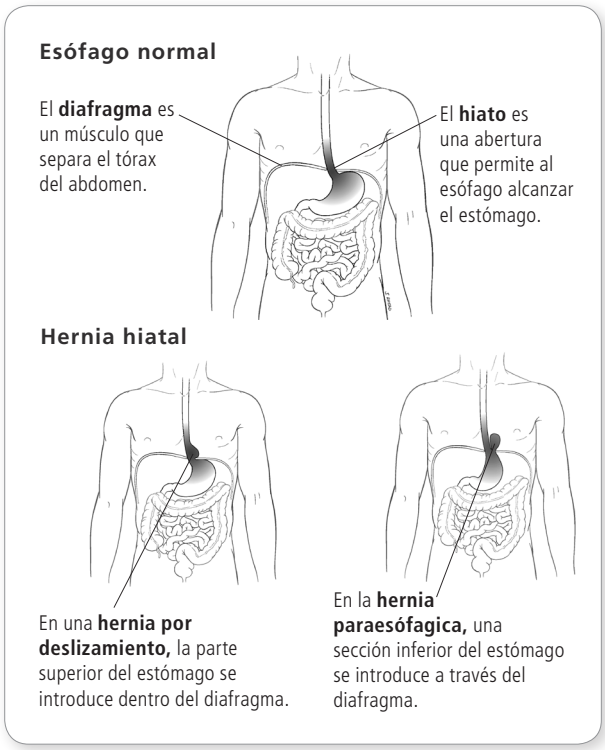
La mayoría de las hernias hiatales no causan síntomas y no son diagnosticadas. Sin embargo, las hernias de mayor tamaño puede hacer que el contenido estomacal se devuelva al esófago, Esta condición puede provocar:

- Agruras
- Dolor de pecho
- Náusea
- Eructo

Una hernia grande puede también agregar presión adicional al diafragma y los pulmones y causar problemas respiratorios. La parte del estómago que se desliza a través del hiato podría torcerse y el suministro de sangre interrumpirse. Esto puede ocasionar:

- Dolor fuerte en el pecho
- Dificultad para tragar

Los síntomas de la hernia usualmente empeoran cuanto levanta objetos pesados, se esfuerza o se inclina hacia adelante.



¿Qué lo causa y quién esta en riesgo de padecerlo?

Casi el 10 por ciento de la gente de mas de 40 años de edad tiene una hernia hiatal y el número aumenta con la edad. La causas exactas no se conocen. Algunas personas desarrollan una hernia hiatal después de una lesión en esa parte del cuerpo. Algunos nacen con una debilidad en el músculo diafragmático. Los niños con una hernia hiatal por lo general nacen con ella.

Otros factores que aumentan el riesgo de tener una hernia hiatal son aumento en la presión abdominal debido a vómito o tos fuerte, o esfuerzo durante la defecación. El embarazo, parto o un aumento de peso también pueden aumentar el riesgo.

Las hernias hiatales son comunes, especialmente en gente que:

- Fuma
- Tienen sobrepeso
- Tienen más de 50 años, especialmente las mujeres

¿Cómo diagnostica mi médico la hernia?

Su médico podría descubrir una hernia hiatal cuando esta tratando de encontrar la causa de una acidez estomacal u otro síntoma. Los estudios que pueden mostrar que usted tiene una hernia hiatal son:

- **Radiografía con medio de contraste (Bario).** Usted tomará un líquido blanco calcáreo el cual cubrirá la parte interior del esófago y el estómago. El líquido ayudará a los Rayos X a mostrar si usted tiene una hernia hiatal.
- **Endoscopía.** El medico observará el interior de su esófago a través de un tubo delgado con una cámara en la punta.

Las personas con hernia hiatal pueden tener dolor de pecho el cual se puede confundir facilmente con el dolor de un ataque cardíaco. Por eso es importante que sea diagnosticada correctamente.

¿Cómo se trata?

La mayoría de las personas no presentan síntomas y no necesitan tratamiento. Sin embargo, si sus síntomas empeoran, su médico podría recomendar:

- **Cambios en su estilo de vida.** Los cambios en el estio de vida pueden ayudar a evitar que el ácido de su estómago se devuelva hacia el esófago y cause dolor.
  - Coma comidas pequeñas y no coma 2 horas antes de acostarse. Mantengase sentado durante una hora después de comer.
  - Limite el cosumo de comidas picantes, grasosas y el alcohol.
  - Deje de fumar.
  - Mantenga un peso saludable.
- **Medicamentos.** Su médico podría recomendar medicamentos para reducir la acidez estomacal. Esto ayudará a prevenir el dolor.
- **Cirugía.** Menos del 5% de la gente con una hernia hiatal necesita cirugía. Sin embargo, si los cambios en el estilo de vida y los medicamentos no mejoran los síntomas, o si el suministro de sangre a su estómago esta en peligro, su médico podría recomendarle una cirugía. Durante la cirugía el médico sacará el estómago que se ha introducido en el diafragma y disminuirá la abertura del diafragma o reconstruíra el músculo débil.

¿Cuándo debo llamar al médico?

Llame a su médico si presenta alguno de los siguientes síntomas:

- Agruras persistentes
- Dolor fuerte en el pecho o el abdomen
- Estreñimiento (constipación)
- Dificultad para tragar
- Dificultad para respirar después de comer

Obtenga ayuda médica inmediatamente si:

- Usted sabe que tiene un hernia hiatal grande y presenta fuerte dolor de pecho, problemas para respirar o tragar.
- Usted presenta agruras acompañadas de nauseas, vómito, dificultad para respirar, palpitaciones, mareos, o ritmo cardíaco irregular. Estos podrían ser signos relacionados con un problema cardíaco y no con una hernia hiatal.

© 2009 Intermountain Healthcare. Todos los derechos reservados. El contenido del presente folleto tiene solamente fines informativos. No sustituye los consejos profesionales de un médico; tampoco debe utilizarse para diagnosticar o tratar un problema de salud o enfermedad. Si tiene cualquier duda o inquietud, no dude en consultar a su proveedor de cuidados de la salud. Hay más información disponible en **intermountainhealthcare.org.** **Patient and Provider Publications 801.442.2963 FS163S - 12/09** (Spanish translation 11/09 by Lingotek, Inc.)