

# 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 ayuda a respirar. El diafragma 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:

- Una **hernia por deslizamiento** es la más común. La parte superior del estómago y la parte del tracto que conecta la boca con su estómago (el **esófago**) se introduce en el tórax a través del hiato.
- Una **hernia paraesofágica** es menos frecuente. Una sección 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 parte del estómago se puede interrumpir.

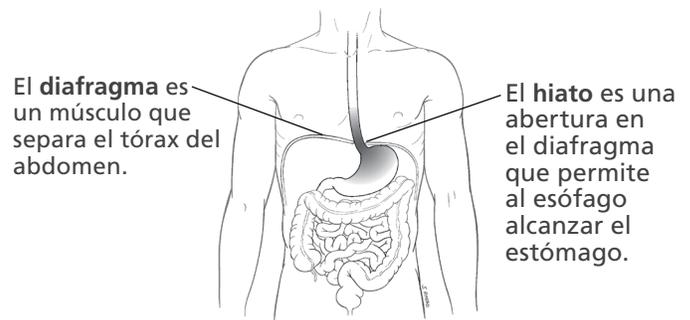
## ¿Qué la causa y quién está en riesgo de padecerla?

Las causas exactas no se conocen, pero suele darse en personas adultas. Una cantidad de hasta 10 de cada 100 personas mayores a 40 años sufren una hernia hiatal: Las posibilidades de sufrir esta hernia aumentan a medida que la persona suma años.

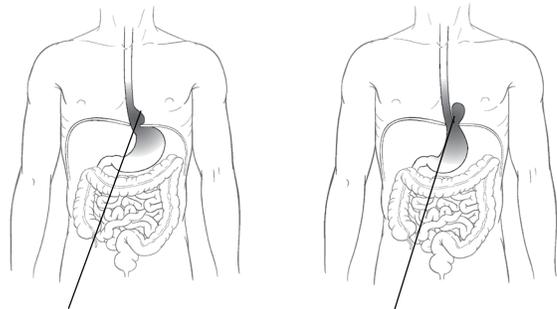
Otros aspectos que aumentan sus posibilidades de sufrir hernia hiatal incluyen:

- Sufrir una lesión en esa parte del cuerpo
- Nacer con un músculo de diafragma debilitado
- Sufrir aumento de la presión en el abdomen (vientre) al toser o vomitar, o por ejercer mucha fuerza al ir al baño
- Embarazo o nacimiento
- Sufrir de sobrepeso o aumentar mucho de peso
- Fumar
- Tener más de 50 años, en particular en las mujeres

### Esófago normal



### Hernia hiatal



En la **hernia por deslizamiento**, la parte superior del estómago se introduce a través del diafragma.

En la **hernia paraesofágica**, una sección inferior del estómago se introduce a través del diafragma.

## ¿Cuáles son los síntomas?

La mayoría de las hernias hiaales no generan síntomas y nunca se descubren. No obstante, las hernias más graves pueden provocar estos síntomas:

- Acidez
- Dolor de tórax
- Náuseas
- Eructos
- Problemas respiratorios
- Dificultad para tragar

Los síntomas de la hernia usualmente empeoran al levantar objetos pesados, esforzarse o inclinarse hacia adelante.

## ¿Qué estudios me realizará el médico?

Su médico podría descubrir una hernia hiatal cuando está 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 las radiografías a mostrar si usted tiene una hernia hiatal.
- **Endoscopia.** El médico 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 fácilmente 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. No obstante, si sus síntomas son graves, su médico puede recomendar:

- Cambios en su estilo de vida.** De esta manera, puede evitar que el ácido estomacal se dirija al esófago y provoque dolor.
  - Coma comidas pequeñas y permanezca sentado por una hora después de cada comida. Evite comer 2 horas antes de acostarse.
  - Limite el consumo de comidas picantes, grasosas y el alcohol.
  - Deje de fumar.
  - Mantenga un peso saludable.
- Medicamentos.** Su médico podría recomendar medicamentos para reducir el nivel de ácido en el estómago. Esto ayudará a prevenir el dolor.
- Cirugía.** Menos de 5 de cada 100 personas con una hernia hiatal necesitan cirugía. Si los cambios en el estilo de vida y los medicamentos no ayudan o si hay riesgos de una interrupción en el suministro de sangre a parte de su estómago, su médico podría recomendarle una cirugía. Durante la cirugía, su médico podría retirar el estómago del diafragma, reducir la abertura en el diafragma o reconstruir el músculo debilitado.



## ¿En qué casos debo llamar al médico?

Consulte con su médico si sufre algunos de estos síntomas:

- Acidez persistente
- Dolor grave en el tórax o abdomen
- Estreñimiento
- Dificultad para tragar
- Dificultad para respirar después de comer

**Obtenga ayuda médica inmediatamente si:**

- Sabe que tiene una hernia hiatal grande y presenta fuerte dolor de pecho, problemas para respirar o tragar.
- Presenta acidez acompañada de náuseas, vómito, dificultad para respirar, mareos, ritmo cardíaco irregular o siente que el corazón late con una fuerza o un ritmo elevado. Estos podrían ser signos relacionados con un problema cardíaco y no con una hernia hiatal.

Hiatal Hernia

Intermountain Healthcare cumple con las leyes federales de derechos civiles aplicables y no discrimina por motivos de raza, color, nacionalidad, edad, discapacidad o sexo. Se proveen servicios de interpretación gratis. Hable con un empleado para solicitarlo.

© 2009 - 2017 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](http://intermountainhealthcare.org). Patient and Provider Publications F5163S-05/17 (Last reviewed - 11/16) (Spanish translation 11/09, 12/16 by Lingotek, Inc.)