



Hernias de pared abdominal e inguinales

Educación al paciente

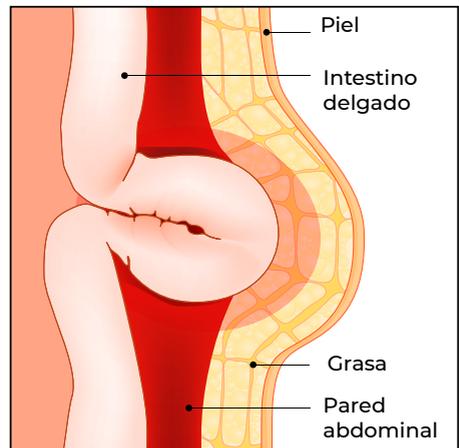
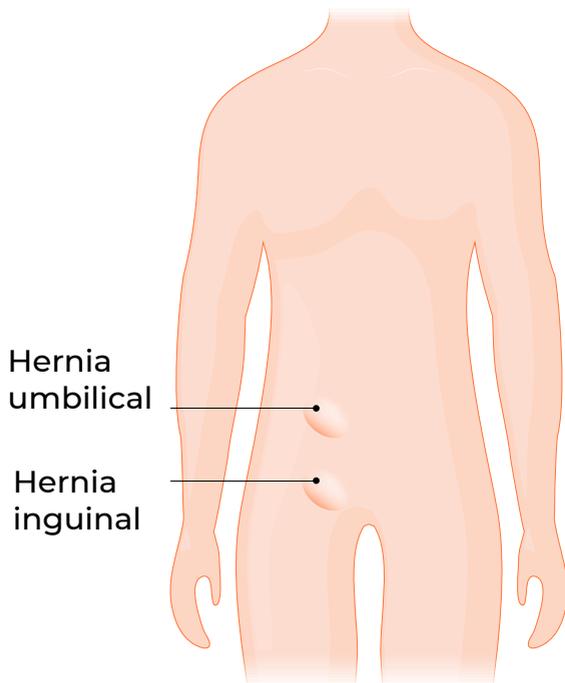
INDICE

	Página
Datos Importantes	2
Definición	2
Clasificación	3
¿Qué puede causar que se desarrolle una hernia adquirida?	3
¿Cómo saber si tengo una hernia?	4
¿Qué complicaciones puede causar una hernia?	4
¿Cómo diagnostica el médico una hernia?	5
¿Cómo se corrige?	5
¿Cómo debo prepararme antes de mi cirugía?	6
Durante el procedimiento quirúrgico	7
¿Qué pasará posterior a la cirugía?	7
¿Cuáles son los riesgos del procedimiento quirúrgico?	8
Recomendaciones en casa	8
Datos de alarma	10
Servicios	11
Aseguradoras	11
Convenios con aseguradoras nacionales e internacionales	11
Instalaciones bancarias	11
Restaurantes	12
Farmacia y tienda de regalos	12
Mostradores de Información	12
Servicio de Laboratorio	12
Estacionamiento	13
Hospedaje	13
Paquetes y Promociones	13
Banco de Sangre	13
Servicio Religioso	13
Habitaciones hospital	13

Datos Importantes

Definición

El abdomen tiene una pared muy resistente que ayuda a mantener los intestinos y el peritoneo (es una membrana que recubre los intestinos) en su lugar. A veces, esa pared puede debilitarse y cuando eso sucede, los intestinos o el peritoneo pueden empujar hacia afuera y formar un bulto.

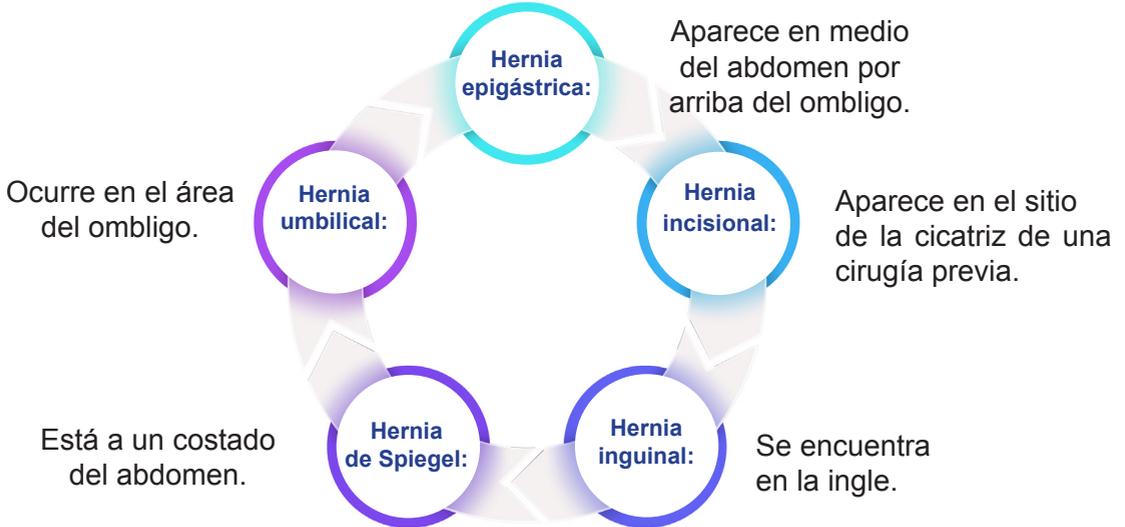


Clasificación

Existen muchos tipos de hernias:



Las hernias pueden encontrarse en diferentes lugares:



¿Qué puede causar que se desarrolle una hernia adquirida?

- Hernia previa
- Cirugía abdominal previa
- Debilitamiento de músculos de la pared abdominal en los adultos mayores
- Tos crónica
- Embarazo
- Ejercicio o actividades intensas que impliquen levantamiento de peso
- Tabaquismo
- Vivir con obesidad
- Malnutrición
- Cicatrización deficiente

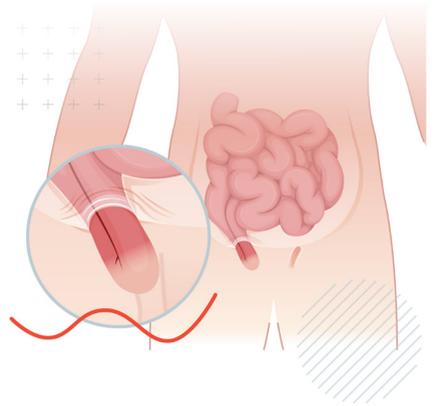
Existen otras causas, pero estas son las más frecuentes.

¿Cómo saber si tengo una hernia?

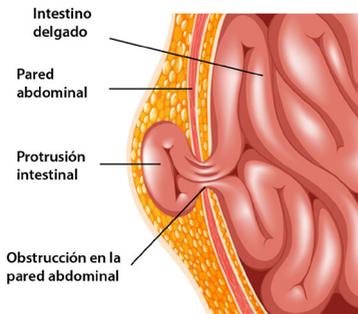
1. Frecuentemente no causan síntomas pero se puede detectar un bulto de manera espontánea o al realizar algún esfuerzo o pujar.
2. Otros síntomas son:
 - Dolor en el sitio donde se forma el bulto
 - Náuseas
 - Vómito
 - Estreñimiento

Ante cualquiera de estos síntomas debe acudir a revisión con su médico.

El especialista que se encarga de revisar y en su caso tratar las hernias es el cirujano general.



¿Qué complicaciones puede causar una hernia?



Habitualmente, las hernias cuando protruyen (el bulto que puede observarse y/o palparse), pueden regresar a la cavidad abdominal, sin embargo, las complicaciones surgen cuando los intestinos o el peritoneo quedan atrapados en el defecto de la pared abdominal, a esto se le llama encarcelación y suele causar dolor e incluso obstruir el intestino.

En el caso de que esto no se resuelva de manera rápida, los intestinos encarcelados pueden tener disminución en la oxigenación y tener daño en esa porción, a esto se le llama **hernia estrangulada**.

Ambas constituyen una urgencia médica que debe resolverse mediante cirugía.

¿Cómo diagnostica el médico una hernia?

1. Primero mediante una exploración física.

El médico palpa la zona en donde usted refiere que se encuentra la hernia o donde tiene dolor. Incluso puede pedirle que tosa o pujan para hacerla más evidente. También revisará si la hernia regresa a la cavidad abdominal o no.

2. Estudios de imagen que ayudan a visualizar la hernia y su localización:

- Ultrasonido
- Tomografía computarizada



¿Cómo se corrige?

Es importante mencionar que no todas las hernias requieren cirugía, dependiendo de lo que encuentre su médico al revisarlo decidirá si solo tendrá seguimiento y observación. En caso de requerir cirugía, hay diferentes opciones:

- **Cirugía abierta:** Los médicos hacen una incisión en el sitio de la hernia para repararla.
- **Cirugía laparoscópica:** Los médicos hacen incisiones muy pequeñas y usan herramientas especiales como una cámara.

Si el intestino atrapado no tuvo daño, los médicos lo regresan a la cavidad abdominal y cierran el defecto ya sea con sutura o con la colocación de una malla.

Si el intestino tuvo daño es posible que se tenga que remover esta porción y unir las partes sanas.





¿Cómo debo prepararme antes de mi cirugía?

1. Tener lista la documentación completa: Identificación oficial y del familiar que lo acompañe, orden de internamiento, en caso de contar con Seguro de Gastos Médicos tener la carta aprobación y llevarla consigo al hospital.
2. Si el cirujano solicitó una valoración preoperatoria, enviarla a su médico con la debida anticipación y llevarla el día de la cirugía.
3. Si toma medicamentos de manera crónica, por ejemplo: para la presión, preguntar a su cirujano si puede tomarlos previo al procedimiento y llevar una lista con todos los que tenga indicados para informar al personal médico (anestesia y cirugía). Esto también incluye suplementos alimenticios ya que pueden interferir con los que se administren antes, durante y después de la cirugía.
4. Indicaciones generales
 - Acudir al hospital 2 horas antes del procedimiento quirúrgico.
 - Acompañado de un familiar, baño previo, con ropa cómoda.
 - NO rasure el área alrededor de la hernia.
 - De preferencia traer las uñas cortas y SIN esmalte.
 - A menos que su médico indique lo contrario, acuda con ayuno de 6 horas, siendo su último alimento ligero y sin irritantes.
5. Notificar con anticipación a su médico si presenta algún tipo de infección previa a su cirugía (respiratoria, gastrointestinal o de vías urinarias).

Durante el procedimiento quirúrgico

1. La cirugía tiene una duración aproximada de entre 60 a 120 minutos.
2. Le colocarán una vía intravenosa (conocida como “suero”) para administración de medicamentos.
3. El método de anestesia puede variar dependiendo de su estado de salud general y de la técnica quirúrgica para reparar la hernia. Su médico y el equipo de anestesia le explicarán las opciones con la debida anticipación para que decidan en conjunto cuál es la mas adecuada en su caso. Puede ir desde un bloqueo hasta anestesia general.
4. Una vez que esté dentro del quirófano y anestesiado, es posible que se coloque una sonda en la vejiga para drenar la orina.
5. El personal administrativo tomará los datos de su familiar (nombre y teléfono) para mantenerlo informado de su evolución y dar aviso al momento de terminar su cirugía.



¿Qué pasará posterior a la cirugía?

1. Se mantendrá en observación como mínimo 2 horas en el hospital para asegurarnos de que esté totalmente despierto posterior a la anestesia y si el método fue mediante un bloqueo, que tenga adecuada sensibilidad en las piernas y que pueda orinar.
2. También vigilaremos que no tenga dolor, náuseas o vómito y que pueda ingerir líquidos o dieta blanda.

¿Cuáles son los riesgos del procedimiento quirúrgico?



1. Problemas de cicatrización: depende de cada persona y pueden incluir cicatrización queloide (cicatrices engrosadas) o retraso en la cicatrización lo que es frecuente en fumadores o personas que viven con diabetes.
2. Infección en el sitio de la cirugía.
3. Es poco frecuente, pero puede presentarse sangrado.
4. Lesión a estructuras cercanas durante la cirugía.
5. Formación de otra hernia.
6. Se puede presentar rechazo, desplazamiento o ruptura de la malla colocada en el procedimiento quirúrgico.



Recomendaciones en casa

1. Es posible que una vez que se de alta, las heridas estén cubiertas por un parche.
 - Lávese las manos antes y después de tocar la zona del parche.
 - Puede bañarse, sin embargo, es importante mantener el área seca.
 - En caso de que el parche se humedezca y desprege, puede cambiarlo por otro, si no es así espere a la consulta con su médico.
 - Si tiene que cambiar el parche, lave primero sus manos y utilice guantes estériles. Si tiene cualquier duda consulte a su médico.
 - En caso de que note que a través del parche hay salida excesiva de sangre o salida de pus, acuda con su médico.
2. En ocasiones algunos médicos colocan un vendaje o faja, este debe estar firme pero no debe obstaculizar su respiración.

3. En los casos de hernias inguinales, se recomienda el uso de un calzoncillo ajustado por 30 días.
4. Se sugiere subir y bajar escaleras lo menos posible por lo menos antes de la primera consulta de control que se programa aproximadamente 7 días posteriores a la cirugía.
5. Mantenga un peso corporal saludable, vivir con sobrepeso u obesidad son factores que lo ponen en riesgo de desarrollar una hernia nueva o que la que fue operada pueda volver a formarse.
6. Evite lo siguiente posterior a la cirugía:
 - Levantar objetos pesados por 3 meses.
 - Manejar por 2 semanas.
 - Viajar por 2 semanas.
 - Uso de tacones altos por 4 semanas.
 - Consumo de tabaco.
 - Embarazo por 6 meses.
 - Actividad sexual por 1 semana.
7. En cuanto a actividad física o ejercicio:
 - Natación y spinning por 3 meses.
 - Levantamiento de pesas por 3 meses.
 - Elíptica, caminadora, bicicleta estática o trote ligero por 2 semanas.
8. Alimentarse con dieta blanda los 7 días siguientes a la cirugía para evitar síntomas agregados como distensión abdominal, náusea, vómito, diarrea. Si tiene dudas de los alimentos que implican una dieta blanda puede consultarlo con su médico.
9. Siga al pie de la letra la receta de los medicamentos indicados por su médico en el postoperatorio que pueden incluir analgésicos y en ocasiones antibióticos. No se automedique.
10. Consulte con su médico en el caso de que utilice medicamentos de manera crónica (por ejemplo, medicamentos para la presión o anticoagulantes), cuándo es el momento preciso para reiniciarlos.

Datos de alarma

1. En el caso de que tenga alguno de estos síntomas acuda con su médico o al servicio de urgencias de Médica Sur:
 - Dolor intenso que no cede con medicamentos indicados.
 - Sangrado importante o salida de nuevos moretones y/o aumento de tamaño alrededor de herida quirúrgica.
 - Fiebre (temperatura corporal igual o mayor a 38°C).
 - Herida roja, caliente, con salida de pus o sangre.
 - Náuseas, vómito e imposibilidad para evacuar.
 - Intolerancia a los alimentos.



Nuestra atención médica es inmediata, oportuna, profesional y ética

Nuestros médicos son del más alto perfil profesional, para tu mejor atención; rápida y precisa (hora dorada); que son los primeros 60 minutos comprendidos entre el inicio del suceso y la atención específica del padecimiento.



URGENCIAS
800 999 8743
Atención 24/7

Servicios

Aseguradoras

Ubicadas en módulos, en el lobby de torre 2 PB (subiendo las escaleras).

ASEGURADORA	MÓDULO	TELÉFONO	HORARIO DE ATENCIÓN
ALLIANZ MÉXICO	Si	Módulo: 55 7100 2435 Centro de atención telefónica 800 1111 400	L-J 8:00 a 17:30 h. V 8:00 a 17:00 h. S 9:00 a 16:00 h. D 8:00 a 17:00 h.
BANORTE	Si	Módulo: 55 5424 7200 ext. 2509 Centro de atención telefónica 800 201 6764	L-V 9:00 a 19:00 h. D 9:00 a 15:00 h.
BUPA	Si	Módulo: 55 5424 7200 ext. 2990 Centro de atención telefónica 55 5202 1701	L-V 9:00 a 17:00 hrs. S 9:00 a 13:00 h. vía remota
GNP	Si	Módulo: 55 3566 0014 55 4870 6009	L-V 8:00 a 20:00 h. S-D 9:00 a 17:30 h.
METLIFE	Si	Módulo: 55 5424 3019 Centro de atención telefónica 55 5328 7000	L-V 8:00 a 19:00 h. S-D 8:00 a 16:00 h.
SINERGIA (ATLAS)	Si	Módulo: 55 5424 7200 ext. 2815	L-S 9:00 A 18:00 h.

Convenios con aseguradoras nacionales e internacionales:

- AIG
- ALLIANZ
- AP COMPANIES GLOBAL
- APRIL INTERNATIONAL BENEFITS
- ASSISTANCE SERVICES OF THE AMERICAS
- ATLAS
- AXA
- BANORTE
- BBVA MULTIASISTENCIA
- BEST DOCTORS
- BMI SERVICES
- BUPA
- BX+ (VE POR MAS)
- CHOICENET INTERNATIONAL (GLOBAL EXCEL)
- CHUBB
- CIGNA INTERNATIONAL
- CONTINENTAL ASSIST
- EURO CENTER
- FALCK
- GENERAL DE SALUD
- GEO BLUE
- GLOBAL NETWORK ASSISTANCE
- GNP
- HENNER
- HIR SEGUROS
- INBURSA
- LA LATINO
- MAPFRE
- METLIFE
- MSH INTERNATIONAL
- PAN AMERICAN
- PLAN SEGURO
- PRESTIGE INTL.
- PREVEM
- QUORE ASSISTANCE SAC
- REDBRIDGE
- SEGUROS MONTERREY (SMNYL)
- SOFIA
- SUNMED
- SURA
- VUMI
- ZURICH

Instalaciones bancarias

- **Sucursal de banco HSBC**, ubicada en torre 2 planta baja, a un costado de la farmacia.
- **Sucursal de banco Banorte**, ubicada a un costado de la entrada de Radiología e Imagen.
- El área de **Cajeros Automáticos** (HSBC, Banorte, Banamex y BBVA) ubicados a un costado de la sala de espera de urgencias en torre 1.

Restaurantes

Matilde Bistró

Ubicado en el lobby de la torre de hospitalización
Horarios: Lunes a sábado de 7:00 a 22:00 h.
Domingos de 8:00 a 20:00 h.

Maison Kayser

Ubicado a un costado de torre 2
Horarios: Servicio de 24 h. los 7 días de la semana

Frutos Prohibidos

Ubicado a un costado de torre 2
Horarios: Lunes a viernes de 8:00 a 20:00 h.
Sábados y domingos de 9:00 a 18:00 h.

Starbucks Urgencias

Ubicado en admisión Urgencias
Servicio 24 h

Starbucks Consultorios

Ubicado en torre 2, planta baja
Horarios: Lunes a viernes de 6:00 a 20:00 h.
Sábados y domingos 7:00 a 20:00 h.

Máquina dispensadora de café

Torre 1, a un costado de los elevadores
Servicio 24 h.

Farmacia y tienda de regalos

Amplio surtido de medicamentos; oncológicos, dermatológicos, de alta especialidad, refrigerados, fórmulas lácteas, ortopédicos, así como detalles para regalos.

Farmacia torre 1 planta baja, a un costado de elevadores de consultorios

Horarios: Servicio las 24 h. 365 días del año
Ext. 4607 y 4608

Farmacia torre 2, planta baja

Horarios: Lunes a sábado de 7:00 a 20:00 h.
Domingos y días festivos de 7:00 a 15:00 h.
Ext. 4601

Mostradores de Información

Los mostradores de información están ubicados en todos los edificios del hospital, cerca de las entradas principales. Los escritorios cuentan con personal capacitado que puede ayudar a responder cualquier pregunta.

Servicio de Laboratorio

Laboratorio torre 2

Torre 2, planta baja
Horarios: Lunes a viernes: 6:30 a 20:30 h.
Sábado y domingo: 7:00 a 14:30 h.

Toma de muestras COVID

Anexo a torre 2, a un costado de la salida vehicular
Horarios: Lunes a viernes de 7:00 a 20:30 h.
Sábados de 7:00 a 14:30 h.

Centro de vacunación

Anexo a torre 2, a un costado de la salida vehicular
Horarios: Lunes a viernes de 9:00 a 18:00 h.
Sábados de 9:00 a 14:00 h.

Estacionamiento

Disponemos de estacionamiento con servicio de prepago. Las máquinas para pago automático se encuentran ubicadas en los principales accesos a las torres del complejo.

También ponemos a su disposición el servicio de valet parking.

Servicio de lunes a viernes de 7:00 a 20:00 h.

Sábados de 7:00 a 15:00 h.

Hospedaje

Holiday Inn

Torre 3 piso 5

Cuenta con:

- Centro de negocios
- Sala de juntas
- Gimnasio con servicio de 6:00 a 21:00 h.

Reservaciones: (55) 5424 9400

Paquetes y Promociones

En torre 1 planta baja, encontrará el módulo de paquetes y promociones, en donde nuestro personal altamente capacitado le brindará toda la información que necesite.

Ext. 4810

Banco de Sangre

Sótano, torre de hospital.

Teléfonos:(55) 5424 7200 ext. 4210 y 3907

Horarios: Lunes a viernes 07:30 a 14:00 h.

Sábado, domingo y días festivos, de 08:00 a 15:00 h.

Servicio Religioso

En el segundo piso de la torre de hospitalización se encuentra ubicada una capilla, la cual permanece abierta las 24 horas del día. En caso de requerir apoyo religioso y/o la presencia de un ministro para recibir la comunión, favor de solicitarlo en la oficina de Servicios a Pacientes y Familiares, ext. 4600 y 7261.

Habitaciones hospital

Contamos con dos tipos de habitaciones: estándar y suite, ambas con todos los servicios necesarios para que su estancia sea satisfactoria, estas serán asignadas de acuerdo con su solicitud y disponibilidad. Para más información, contacte al departamento de Admisión y Cuentas, en las exts. 4129, 4131 y 7205.

Material elaborado por Médica Sur.
Derechos reservados.

La información del contenido son recomendaciones generales y es importante que consulte y atienda las indicaciones de un médico especialista.



Conmutador

📞 55 5424 7200

medicasur.com.mx

Ciudad de México, 2025