

# Hernia de Disco

## GENERALIDADES DE LA HERNIA DE DISCO:



La hernia de disco o [hernia discal](#) es el desplazamiento del disco intervertebral llegando a tocar las raíces nerviosas y presionándolas con la consecuente manifestación clínica.

La Columna Vertebral es el eje del cuerpo el cual sostiene desde el cuello hasta la nalga y nos permite la movilidad de las extremidades (pies y manos). Dicha columna se encuentra formada por las vertebrae; entre ellas se encuentran un tejido llamado discos intervertebrales. El disco Intervertebral permite que cada uno de los huesos de la columna vertebral se articulen y puedan moverse.

El envejecimiento del individuo puede generar deterioro de la columna vertebral lo que incrementa las posibilidades de formarse una hernia de disco. En aquellos individuos que tengan una actividad repetitiva o una lesión de la espalda también puede causarle una hernia de disco.

## La Hernia de Disco o Hernia Discal

Cuando la capa mas externa del disco se desgarrá, el centro blando se protruye por la apertura y se produce la Hernia de disco.

## Causa:

Con la edad, los discos intervertebrales van envejeciendo y pierden su elasticidad y flexibilidad; los ligamentos exteriores de la columna se desgarran debido a que van perdiendo su estructura. Cuando ha una Hernia Discal produce presión hacia la médula espinal, presionandola y generando una Radiculopatía compresiva al comprimir los nervios espinales o una mielopatía al comprimir la médula espinal; produciendo dolor.

## Síntomas



Dependiendo de la localización, se puede producir dolor en el cuello que se irradia al hombro y brazo produciendo un entumecimiento, y hormigueo de la mano o brazo. Generalmente es un dolor difícil de localizar. Ese dolor es a menudo el primer

síntoma.síntoma.

Cuando se presenta debilidad ya indica que puede tratarse de un problema mas grave.

Si hay una hernia de disco lumbar o *hernia discal* en la región lumbar, el dolor es agudo, profundo y constante y suele continuarse hacia la pierna.

## Factores de riesgo

El envejecimiento favorece la posibilidad de generar una **hernia discal**; también una lesión mal atendida con actividades repetitivas.

## Diagnóstico:

El diagnóstico se realiza mediante una valoración médica la cual consiste en la realización de un interrogatorio y la exploración física del paciente. Se debe de explorar la columna vertebral para corroborar la flexibilidad, la movilidad de la columna vertebral y algunas señales que orienten que el paciente presenta una hernia de disco y esté afectando las raíces nerviosas o la médula espinal.

Se puede solicitar al paciente que en un dibujo señale el sitio exacto de los síntomas.

Existen estudios de Gabinete como la Tomografía y la Resonancia Magnética Nuclear de Columna en donde se puede observar la alteración.

## Tratamiento para Hernia de Disco

El tratamiento de la [Hernia de Disco](#) puede ser conservador hasta quirúrgico y va a depender del desplazamiento del disco y la sintomatología del paciente.

En la mayoría de los casos, la hernia de disco se trata en forma conservadora, sin cirugía, con la administración de medicamentos antiinflamatorios y analgésicos potentes e incluso la aplicación de una inyección epidural, terapia física y ejercicio.

Vamos a considerar como opción la cirugía, solamente en aquellos pacientes que no han logrado mejoría durante un lapso de 6 meses de tratamiento o están limitados para realizar las actividades diarias.