

"Dejar llorar a los niños o "pujar" favorece que le salgan hernias"

MITO O REALIDAD:

o "Dejar llorar a los niños o "pujar" favorece que le salgan hernias"

Se piensa que...

Se piensa que... si se deja a los bebés llorar, toser, pujar o hacer esfuerzos favorece que les salgan [hernias](#).

¿Es esto verdad?



Debes saber que....

¡Esto no es cierto!

Las [hernias](#) se producen cuando parte de un órgano o tejido corporal (como un asa intestinal) se mete por una abertura o punto débil en una pared muscular dando lugar a un bulto. Hay varios tipos de hernias. Las más frecuentes en los niños son las hernias inguinales (en la zona de la ingle) y las umbilicales (en la zona del ombligo).

La hernia **umbilical** se produce por una debilidad o pequeña abertura en los músculos abdominales que rodean al ombligo (debajo de la piel). No suelen dar molestias. Suelen cerrarse por sí solas cuando el niño desarrolla la musculatura abdominal.

La hernia **inguinal** se produce por la persistencia del canal inguinal que comunica el interior de la cavidad abdominal con la bolsa escrotal (en el niño) y con el pubis (en la niña).

Este canal se cierra poco antes o después de nacer. A veces permanece abierto permitiendo que el contenido abdominal se cuele en él dando lugar a una hernia. Su tratamiento es quirúrgico. Cuando la hernia queda atrapada y no se puede reducir (volver a su sitio) puede ser necesaria una cirugía de urgencias.

Ambas hernias (umbilicales e inguinales) pueden variar de tamaño. Se hacen más visibles cuando aumenta la presión abdominal como al llorar, toser o hacer esfuerzos como defecar.

Debe saber que llorar, toser o hacer esfuerzos, no es la causa de que se produzca una hernia.

El uso de bragueros, vendajes, monedas, esparadrapos y fajas ajustadas ni previenen las hernias [ni las hacen desaparecer](#).

Fecha de publicación: 15-12-2018

Autor/es:

- [Ana Mª Fierro Urturi](#). Pediatra. Centro de Salud "Pisuerga". Arroyo de la Encomienda. La Flecha (Valladolid)
- [Grupo de Educación para la Salud](#). AEPap.



