

Información para el paciente de BMJ

Última publicación: Apr 25, 2022

Deslizamiento de disco (zona lumbar): preguntas para formularle al médico

Si tiene una hernia discal, uno de los discos de la columna vertebral se ha dañado y puede estar presionando un nervio. Puede ser muy doloroso y, a veces, causar otros síntomas, como entumecimiento o "hormigueo" en las piernas o los pies.

En raras ocasiones, las personas presentan síntomas más graves, como una sensación de debilidad en ambas piernas o entumecimiento alrededor de las nalgas y la región genital. Esto sugiere que su hernia discal está causando un problema grave y que puede necesitar una cirugía de emergencia.

Sin embargo, la mayoría de las personas no necesitan tratamiento de emergencia. Es posible que sienta que no puede hacer las cosas que suele hacer, pero mantenerse activo puede ayudarlo a recuperarse más rápidamente. Si el dolor de espalda no desaparece, la cirugía puede ayudar.

Estas son algunas preguntas que puede querer hacerle a su médico acerca de una hernia discal.

Si su médico cree que usted puede tener una hernia discal

- Hay alguna manera de estar seguro de que tengo una hernia discal?
- Debo hacerme una resonancia magnética o una tomografía computarizada? Si es así, ¿cuándo?
- Necesito quedarme en la cama o descansar?
- Hay alguna actividad que pueda empeorarlo?
- Hay algo que pueda ayudar a reducir el dolor?
- Cómo puedo evitar volver a sentir dolor?
- Hay algún ejercicio que pueda fortalecer mi espalda?
- Debo conducir?

Si le han hecho una tomografía que muestra que tiene una hernia discal

- El disco que está dañado en mi columna vertebral coincide con los síntomas que tengo?
- Cómo puede estar seguro de que la hernia discal está causando mis síntomas?

Si su médico sugiere una cirugía

- Qué es probable que la cirugía haga por mí?
- Cuáles son los riesgos?
- Cuánto tiempo tardaré en recuperarme?
- Cuándo podré volver a trabajar?
- Qué tipo de cirugía me recomienda?
- Si no me someto a una cirugía, ¿qué otros tratamientos existen?
- Qué más puedo hacer para que mi espalda se sienta mejor?

La información para el paciente de *BMJ Best Practice* del que se deriva este folleto se actualiza periódicamente. La versión más reciente de las Best Practice puede encontrarse en bestpractice.bmj.com. Esta información está destinada a los profesionales de salud. No sustituye al asesoramiento médico. Se recomienda encarecidamente que verifique de forma independiente cualquier interpretación de este material y, si tiene algún problema médico, acuda a su médico.

Consulte las condiciones de uso completas del BMJ en: bmj.com/company/legal-information. BMJ no ofrece ninguna declaración, condición, garantía o aval, ya sea explícito o implícito, de que este material sea exacto, completo, actualizado o adecuado para un fin determinado.

© BMJ Publishing Group Ltd 2025. Todos los derechos reservados.

