

Después de una amigdalectomía o adenoidectomía: Información sobre el cuidado en el hogar

¿Qué debe comer y beber mi hijo después de la cirugía?

¡Beber mucho líquido (agua, jugo) después de la cirugía es muy importante!

- Coma alimentos blandos como natillas, pudín, gelatina, helado, yogur, carne o pollo blandos, huevos cocidos, verduras blandas, puré de papas, melocotones, peras, albaricoques, compota de manzana, cereales cocidos y sopas coladas.
- *Recomendamos evitar todas las bebidas de color rojo o las paletas.*
- Quizás sea aconsejable evitar los cítricos y los jugos de cítricos, simplemente porque pueden causar más dolor al tragar. Evite los alimentos calientes y muy condimentados, o alimentos que puedan tener bordes duros como tostadas, cereales secos, bordes de pizza, patatas fritas, pretzels, palomitas de maíz.
- Vuelva progresivamente a una dieta normal 3 semanas después de la cirugía.
- **Beber muchos líquidos es importante.** Es importante vigilar con atención cuánto bebe su hijo, y su doctor puede darle una recomendación para asegurar que su hijo beba lo suficiente. Si piensa que su hijo no está tomando suficiente líquido (pañales secos, disminución de orina, orina oscura), comuníquese con la clínica del cirujano o diríjase a la sala de emergencias más cercana si es después del horario de atención al público.
- Está bien usar una pajita para beber.
- Recomendación diaria de líquidos: Esto dependerá del peso de su hijo y puede que se le proporcione antes de que su hijo regrese al hogar.

¿Qué actividades se pueden hacer después de la cirugía?

Puede tomar hasta 2 semanas para que su hijo se recupere y esté “nuevamente normal” después de la cirugía.

- En general, lo normal es que los niños no asistan a la escuela durante una semana, y eviten las actividades agotadoras y el ejercicio durante 14 días.
- Al regresar a la escuela, infórmeles a los maestros de su hijo sobre la cirugía y sobre qué cosas es importante que le informen (se recomienda que les dé una copia de esta hoja de información).

Evite viajar en avión/tren, acampar u otras actividades que puedan restringir la capacidad de llegar al hospital de manera oportuna. **¿Qué debo hacer si mi hijo tiene dolor?**

Su hijo tendrá un dolor de garganta muy fuerte durante 7 a 10 días después de la cirugía. El dolor de garganta puede empeorar antes de mejorar. El dolor debe desaparecer 14 días después de la cirugía. *Es importante saber que aunque los medicamentos pueden aliviar el dolor, es posible que no hagan desaparecer todo el dolor que tiene su hijo.*

- Puede darle a su hijo acetaminofeno e ibuprofeno para controlar el dolor. Alterne el acetaminofeno y el ibuprofeno cada 3 horas, según sea necesario para el dolor. Si estos medicamentos no controlan el dolor adecuadamente, comuníquese con la clínica de su cirujano. Si se administran narcóticos, recomendamos tomar la primera dosis durante el día y vigilar a su hijo atentamente.
- Asegúrese de que su hijo beba mucho líquido.
- Considere usar un humidificador por la noche para humedecer el aire.

¿Cómo debo cuidar la garganta de mi hijo?

El mal aliento es común después de la cirugía.

- Los dientes deben cepillarse 2 veces por día.
- Evite el uso de enjuagues bucales a base de alcohol.
- El mal aliento se puede reducir tomando mucho líquido.
- Los parches de color blanco/amarillo/verde/gris donde solían estar las amígdalas son **normales** y desaparecen después de un par de semanas.

¿Qué pasa si mi hijo tiene fiebre?

Una temperatura baja, hasta 101 grados Fahrenheit (38.0 grados Celsius), es normal durante los primeros días después de la cirugía.

- Está bien usar un supositorio rectal de acetaminofeno si su hijo no toma el acetaminofeno por vía oral.
- Si la fiebre es más alta de 101 grados Fahrenheit (38.0 grados Celsius), llame a la clínica del cirujano para consultar con un profesional.

¿Qué debo hacer si hay sangrado?

Si se produce una hemorragia, esto requiere su atención de inmediato. El riesgo es más alto durante las primeras 24 horas, luego nuevamente entre 5 y 10 días después de la cirugía. El riesgo de sangrado está presente durante 14 días.

- Es importante saber dónde está su hospital más cercano.
- Si el niño vomita sangre, tose sangre o si se ve sangre en las sábanas/ropa o por la nariz o la boca, llame al 911.
- Mantenga la calma para ayudar a su hijo a mantenerse tranquilo.
- Haga que su hijo se siente derecho con la cabeza ligeramente inclinada hacia adelante.
- Hágale saber a la clínica de su cirujano si a su hijo lo atienden en un hospital distinto a donde le operaron.

Si necesita llamar después de las horas de atención de la clínica por una inquietud, llame al operador del hospital UC Davis Medical Center al 916-734-2011 y pregunte por el médico de guardia para “ENT” (Otorrinolaringología).

Otorrinolaringología de UC Davis
Glassrock Clinic, 916-734-5400
2521 Stockton Blvd, Suite 5200
Sacramento, CA 95817

Otorrinolaringología de UC Davis
Rocklin Clinic, 916-295-5700
550 W Ranch View Drive
Rocklin, CA 95765