



DR. JAIME ALEJANDRO KRIMAN ASTORGA
OTORRINOLARINGOLOGO UNIVERSIDAD DE CHILE
email: jkriman@gmail.com página web: www.drkriman.cl

*ALIMENTACION Y CUIDADO PARA EL PACIENTE CON AMIGDALECTOMIA O
ADENOAMIGDALECTOMIA*

1. Durante los dos días posteriores a la cirugía, la dieta debe ser fría y líquida.

Consistente principalmente en helados, yogurt, jugos, sopas, manteniendo un balance entre los alimentos salados (poca sal) y los dulces. Además, debe cuidarse de que estos no sean cítricos o irritantes.

2. Desde el tercer día hasta el décimo día debe proseguir con dieta blanda;

Es decir, que no requiera masticación, además puede ser fría o tibia pero nunca caliente. Durante los primeros 10 días se deben evitar alimentos como son: galletitas, pan tostado, corteza de pan y carne dura, que pudieran arrastrar los coágulos en vías de cicatrización desde el lecho amigdalino.

PRIMER DÍA

Durante las seis primeras horas después de la intervención no debe ingerir nada y, después agua y leche fría.

SEGUNDO DÍA

Puede tomar agua, leche, caldo, zumo de frutas (no ácidos), helados, yogurt, líquidos, pero “siempre” fríos.

TERCER DÍA



DR. JAIME ALEJANDRO KRIMAN ASTORGA
OTORRINOLARINGOLOGO UNIVERSIDAD DE CHILE
email: jkriman@gmail.com página web: www.drkriman.cl

Puede tomar agua, leche, caldo, zumo de frutas, sémolas, sopas hervidas, purés (patatas, legumbres, verduras y hortalizas), fideos finos, mermeladas, compotas, gelatinas de frutas, natillas, arroz con leche, y flan; todo ello “siempre” frío.

CUARTO DÍA

Puede añadirse a la alimentación anterior pescado hervido y frío.

QUINTO DÍA

Puede añadirse a la alimentación del cuarto día tortilla blanda y fría.

DEL SEXTO AL DÉCIMO DÍA

Continuar con la misma alimentación.

RECOMENDACIONES GENERALES

- A. El paciente debe estar el mayor tiempo posible en reposo y, aunque no hace falta que
- B. permanezca en la cama, sí debe estar en casa.
- C. Se recomienda evitar las visitas las primeras 48 horas después de la intervención.
- D. Es importante hablar lo menos posible.
- E. El paciente no debe hacer esfuerzos con la garganta para eliminar las secreciones. Debe evitar
- F. toser y el carraspeo violento. No debe sonarse la nariz. Si tiene que estornudar, debe
- G. hacerlo “siempre” con la boca abierta.
- H. Mantener al paciente en un ambiente limpio.
- I. No debe exponerse a corrientes de aire.
- J. Debe evitar realizar esfuerzos violentos.



DR. JAIME ALEJANDRO KRIMAN ASTORGA
OTORRINOLARINGOLOGO UNIVERSIDAD DE CHILE
email: jkriman@gmail.com página web: www.drkriman.cl

- K. Durante los ocho primeros días toda la alimentación será fría y exenta de pan, galletas, carne
- L. dura o cualquier otro alimento que pueda irritar la garganta.
- M. Aunque note mejoría el paciente no debe abandonar la dieta los últimos días, porque puede
- N. presentarse un sangrado inesperado si se toma comida que pueda raspar la garganta.
- O. Recuerde que el dolor de garganta es más intenso el tercer y cuarto día, inclusive más fuerte
- P. que durante el postoperatorio inmediato. Además, a los adultos les duele más que a los niños.
- Q. No tome Aspirina para calmar el dolor debido a que es anticoagulante y puede producir
- R. sangrado.
- S. No se alarme si presenta placas blancas en las cavidades amigdalinas y mal aliento, esto es
- T. normal en el postoperatorio.
- U. Es normal que el paciente presente dolor en los oídos, aunque no se haya operado de los
- V. mismos. Ese dolor es debido a que la boca permanece abierta durante la operación. El dolor
- W. disminuye hacia el séptimo día y, si fuera necesario, puede tomar los mismos analgésicos.
- X. No debe alarmarse si inicialmente se producen cambios en la voz.
- Y. En caso de dolor de oídos y/o garganta se tomarán analgésicos como puede ser ibuprofeno
- Z. cada 6 u 8 horas, según sea la intensidad del dolor.