

Cirugía de amígdalas y adenoides: Dieta (Dieta inicial y dieta blanda)

¿Qué son la dieta inicial y la dieta blanda?

Estas son las dietas que su hijo debe seguir después de la cirugía. Los alimentos son fáciles de digerir.

Alimentos iniciales: Estos son los primeros alimentos que su hijo puede comer o tomar después de la cirugía. No le ofrezca refrescos (bebidas gaseosas) ni comidas preparadas con alimentos cítricos o tomate, ya que pueden causar dolor en la garganta. No importa si la comida está caliente o fría. A menudo, los alimentos fríos pueden ser mejores para la garganta de su hijo.

Jugo	Ofrezca jugo de manzana, uva blanca y durazno o néctar de pera o chabacano. No le dé jugo de tomate, naranja, limonada, agua de limón ni jugo de toronja.
Frutas	Fruta colada o hecha papilla, como puré de manzana o frutas en frasco para bebés están bien.
Leche	Leche, leche con chocolate, malteadas, bebidas de desayunos instantáneos, y yogurt líquido.
Sopas	Cualquier sopa colada (sin trozos de alimentos) está bien.
Cereales	Cereal cocido como crema de trigo o avena está bien.
Postres	Escoja helado, budín, Jell-O®, natilla (custard), sorbete y yogurt para el postre.

Dieta blanda: Una vez que su hijo se sienta mejor, pruebe algunos de los alimentos de la siguiente lista. Sírvale estos alimentos hasta por dos semanas antes de que vuelva a una dieta normal. Los alimentos crujientes o fritos podrían irritar la parte trasera de la garganta de su hijo.

Frutas	Elija frutas enlatadas y frutas frescas blandas como el melón y el plátano. No consuma jugos ni frutas cítricas como limón, naranja, lima y toronja.
Pan, arroz y papas	Elija panes de grano fino sin semillas ni frutos secos, panecillo (<i>muffin</i>) solo, galletas, hot cakes o panqueques, pan a la francesa, waffles, bollos, arroz blanco, papas blancas o dulces (camotes) horneadas o en puré sin cáscara.
Carne y proteínas	Huevos, queso, carne molida o finamente picada, pollo y pescado.
Verduras	Ofrezca verduras cocidas y suaves.

Sopas y pastas	Sopas, guisos, macarrones con queso o espagueti.
Postres	Pasteles, pay de crema y dulces de chocolate solo sin frutos secos. No consuma postres con sabores cítricos como limón, naranja, toronja o lima.

ALERTA: Llame al médico de su hijo, a su enfermera o a la clínica si tiene cualquier pregunta o inquietud o si su hijo tiene necesidades especiales de cuidados médicos que no se cubrieron en esta información.

Esta hoja informativa fue creada para ayudarle a cuidar de su hijo. Esta hoja no reemplaza la atención médica. Hable con su proveedor de atención de salud sobre el diagnóstico, el tratamiento y el seguimiento.