

Turbinoplastia

Recomendaciones de cuidados al alta

Servicio de Otorrinolaringología – Hospital Universitario Costa del Sol

Planta 1200/2200 – Hospitalización de ORL

Teléfono: 951 976 269

1. Qué es una turbinoplastia o radiofrecuencia de cornetes

La turbinoplastia o radiofrecuencia de cornetes es una intervención que reduce el tamaño de los cornetes nasales, estructuras internas de la nariz responsables de regular el flujo y la humedad del aire. El objetivo es mejorar la ventilación nasal y disminuir la obstrucción crónica.

2. Cuidados y síntomas postoperatorios

- Es normal notar obstrucción nasal durante los primeros días por la inflamación y las costras.
- Puede aparecer un ligero sangrado o secreción con sangre leve durante las primeras 48-72 horas.
- Se puede percibir una sensación de congestión o presión en la nariz.
- Realice lavados nasales con suero fisiológico o agua de mar varias veces al día para eliminar costras y secreciones.
- No se suene la nariz con fuerza durante los primeros 7-10 días.
- Evite ambientes secos o con humo.
- Duerma con la cabeza ligeramente elevada para reducir la congestión.

3. Medicación

- Tome los analgésicos, antibióticos o antiinflamatorios según la pauta indicada en el informe de alta.
- No utilice descongestionantes ni sprays no prescritos.
- Si se indican lavados nasales o pomadas, siga las instrucciones cuidadosamente.

4. Alimentación e hidratación

- Puede comer normalmente una vez pasado el efecto de la anestesia.
- Evite comidas muy calientes y el consumo de alcohol los primeros días, se recomienda dieta templada o fría las primeras 24 horas.

- No fume, ya que retrasa la cicatrización y aumenta el riesgo de sangrado.

5. Actividad y reposo

- Evite esfuerzos físicos, ejercicio o agacharse durante los primeros 7 días.
- No realice deportes de contacto hasta que lo autorice el médico.
- Puede retomar su actividad laboral en pocos días, según su evolución.

6. Signos de alarma

Debe acudir al servicio de urgencias o contactar con el Servicio de ORL si presenta:

- Sangrado nasal abundante o persistente.
- Fiebre (>38 °C) o dolor intenso.
- Inflamación facial significativa o secreción purulenta de mal olor.

8. Revisión y seguimiento

Se realizará una revisión en el Servicio de Otorrinolaringología según la cita indicada en el alta. Traiga el informe médico y la medicación que esté utilizando.

9. Contacto

Servicio de Otorrinolaringología

Hospital Universitario Costa del Sol – Marbella

Planta 1200/2200 (Hospitalización ORL)

Teléfono de secretaría: 951 976 269

Web: <https://www.hcs.es>

♥ Recuerde: La turbinoplastia o radiofrecuencia de cornetes mejora la respiración nasal de forma progresiva. El cumplimiento de las recomendaciones y los lavados nasales son fundamentales para una buena recuperación.