Temas clínicos en Sumamos Excelencia® 2026-2028 y resumen de las recomendaciones a implantar

Valoración y manejo del dolor

1. Valoración integral del dolor, incluyendo, entre otros factores, la intensidad, la causa del dolor, el tipo de dolor, su efecto en la funcionalidad y las posibles barreas para su manejo efectivo.

2. Realizar un plan de manejo del dolor individualizado para cada paciente, garantizando un enfoque integral que incluya, al menos, tres intervenciones, como, por ejemplo:

- Establecimiento de objetivos.
- Una pauta de reevaluación del dolor adaptada a las características, necesidades y preferencias del paciente.
- Educación al paciente y/o a sus familiares o cuidadores sobre la valoración y el manejo del dolor.
- Medidas para la prevención, valoración y manejo de los posibles efectos adversos de los opioides sistémicos, cuando procede.
- Medidas no farmacológicas para el manejo del dolor, según las necesidades del paciente.

Manejo conservador de la incontinencia urinaria

1. Realizar una valoración inicial integral que incluya el tipo de incontinencia, frecuencia/gravedad, impacto en la vida diaria/calidad de vida, factores desencadenantes, estilos de vida, detección de hematuria, proteinuria, glucosuria y piuria.
2. Realizar un plan de cuidados que contemple:

- Micción pautada.
- Entrenamiento vesical y educación sobre estilos de vida (de al menos 6 semanas).
- Ejercicios de suelo pélvico (durante al menos 3 meses y por profesionales formados).

Prevención de la obesidad infantil

1. Valorar:

- Valorar la alimentación/lactancia materna, la actividad física, la conducta sedentaria/tiempo ante pantalla y el crecimiento del niño/a.
- Evaluar el entorno familiar para detectar los factores que pueden aumentar el riesgo de la obesidad infantil.

2. Desarrollar un plan de cuidados/ intervenciones sobre hábitos saludables:

- Hábitos alimentarios saludables.
- Actividad física.
- Sedentarismo – tiempo ante la pantalla.

- Ofrecer formación y apoyo social para ayudar a los padres o cuidadores principales a promover hábitos de alimentación y ejercicio físico saludables.

Promoción de la lactancia materna (LM)

1. Valoración de la intención de amamantar de la madre.
2. Valoración del proceso de lactancia materna: conocimientos y actitudes; autoeficacia respecto a la lactancia; preocupaciones; red de apoyo; técnica de la lactancia en relación con la postura, al agarre y la transferencia eficaz de leche; valoración del neonato/lactante.
3. Plan de cuidados:

- Facilitar el contacto piel con piel y el inicio temprano de la LM.
- Información, educación y apoyo sobre: colocación y agarre, transferencia de leche lactancia basada en señales del bebé, otros aspectos.
- Incluir a los miembros de la familia o la red de apoyo en la educación y apoyo.

Prevención de las lesiones por presión (LPP)

1. Realizar la valoración del riesgo de desarrollar LPP.
2. Realizar y documentar un plan de prevención individualizado que incluya:

- La valoración integral de la piel y tejidos.
- Los cuidados preventivos de la piel y tejidos.
- La movilización temprana.
- El uso de dispositivos de descarga de presión /superficies de apoyo.
- La educación sanitaria.

3. Reevaluar el riesgo si la condición del paciente cambia significativamente, ante un cambio de la persona que cuida, cambio de entorno o unidad asistencial y al alta.

Prevención de caídas

1. Realizar cribado del riesgo de caídas.
2. Realizar valoración multifactorial para identificar los factores que pueden contribuir al riesgo y definir las intervenciones para las personas en riesgo de caídas.
3. Aplicar un plan de cuidados con intervenciones multicomponente adaptadas a la persona y al entorno asistencial para prevenir las caídas o las lesiones derivadas de caídas.
4. Realizar educación sanitaria a las personas y/o cuidadores/familiares.

Intervención en el tabaquismo

1. Valorar la presencia de tabaquismo en los pacientes al ingreso hospitalario o en la consulta de un profesional sanitario o en el centro sociosanitario.
2. Cuantificación del consumo y valoración integral en el fumador activo (quien fumó en el último mes) que incluya: motivación para dejar de fumar, grado de dependencia física de la nicotina, síntomas de abstinencia, intentos previos de abandono, otros factores.
3. Valoración integral del fumador no activo (quien dejó de fumar hace más de un mes, pero menos de seis meses) que incluya: alguna recaída, etapa del cambio en la que se encuentra, síntomas de abstinencia, otros factores.
4. Llevar a cabo una Intervención Breve en deshabituación tabáquica en los fumadores (5 As y 5Rs).