



## Dolor crónico: el desafío sanitario más urgente de España

### Descripción

El dolor crónico se ha convertido en la enfermedad más frecuente en España, afectando a un gran número de personas en todo el país. Es una realidad preocupante que va en aumento, ya que entre el 15 y el 30% de los niños y adolescentes también sufren esta condición. Sin embargo, a pesar de su alta prevalencia, el dolor crónico sigue siendo una enfermedad maltratada y poco comprendida en nuestro sistema de salud.

Además, para aquellos interesados en aprender más sobre cómo brindar una atención óptima a [Atención al Paciente](#) conocimientos fundamentales para mejorar tus habilidades y

## CURSO GRATUITO

Para personas ocupadas  
en el Sector Salud  
Residentes en España

## Atención al paciente con dolor

SANT006PO

50 HORAS

**PLAZAS LIMITADAS**



IMPULSO\_06  
FORMACIÓN Y FUTURO

Dirección General de Formación  
CONSEJERÍA DE ECONOMÍA,  
EMPLEO Y HACIENDA  
Comunidad de Madrid



CÓDIGO AUTORIZACIÓN IMPULSO06: 2800028168

Este problema de salud ha

captado la atención de los organizadores del [XIX Congreso Nacional de la Sociedad Española del Dolor \(SED\)](#), quienes abogan porque el dolor persistente sea reconocido como una enfermedad en sí misma y se destinen recursos suficientes para su manejo adecuado. Esto implica, entre otras medidas, la formación de profesionales sanitarios especializados en el tratamiento del dolor y la creación de unidades de dolor multidisciplinares.

A pesar de su relevancia, los profesionales sanitarios no están adecuadamente formados para manejar esta patología, lo que conlleva un grave problema de infradiagnóstico. Sorprendentemente, hasta el 40% de las personas que padecen dolor crónico no cuentan con un diagnóstico adecuado, a pesar de llevar años lidiando con este dolor persistente.

## Prevalencia del dolor crónico en España

### Porcentaje de niños y adolescentes afectados

El dolor crónico no es exclusivo de los adultos, sino que también afecta significativamente a niños y adolescentes en España. Según una revisión de estudios realizada por el Instituto de Investigación del Hospital 12 de Octubre y la Universidad Miguel de Cervantes, se estima que entre el 15% y el 30% de la población pediátrica en nuestro país padece dolor crónico. Esta cifra es alarmante y revela la magnitud del problema en este grupo de edad.

La presencia de dolor crónico en niños y adolescentes puede tener diversas causas, como trastornos musculoesqueléticos, enfermedades crónicas, trastornos del sueño o incluso factores emocionales. Sin embargo, a pesar de su impacto en la calidad de vida de los jóvenes, el dolor persistente en este grupo de edad a menudo es infra diagnosticado y subtratado. Esto puede deberse a la falta de conciencia y conocimiento sobre el tema, así como a la escasez de especialistas pediátricos capacitados en el manejo del dolor crónico.

### Estadísticas de prevalencia en la población general

El dolor crónico se ha convertido en una condición de salud frecuente en la población general de España. Según datos proporcionados por la [Plataforma de Organizaciones de Pacientes \(POP\)](#), la prevalencia de dolor crónico en nuestro país alcanza casi el 27% de la población. Esto significa que aproximadamente una cuarta parte de los españoles vive con dolor persistente en su día a día.

Esta alta prevalencia refleja la magnitud del problema y su impacto en la sociedad en general. El dolor crónico puede afectar a personas de todas las edades y géneros, y no discrimina en términos de condición socioeconómica o nivel educativo. Es una carga significativa para quienes lo padecen y puede tener repercusiones negativas en múltiples aspectos de sus vidas.

Es importante destacar que el dolor crónico no solo se limita a condiciones específicas, sino que puede manifestarse en diversas formas, como dolor de espalda crónico, migrañas, artritis, fibromialgia, entre otros. Cada una de estas condiciones tiene características y desafíos únicos, pero todas comparten la experiencia de vivir con dolor persistente que afecta la calidad de vida de las personas.

La alta prevalencia del dolor persistente en España destaca la necesidad urgente de abordar esta problemática de salud de manera integral y efectiva. Se requiere una mayor concienciación, investigación, formación médica y recursos adecuados para mejorar la atención y el manejo de esta condición en la población general y especialmente en niños y adolescentes.

## La falta de tratamiento específico para el dolor crónico

### Escasez de recursos y formación médica

A pesar de ser la enfermedad más frecuente en España, el dolor crónico se enfrenta a una grave falta de recursos y formación médica especializada. Los profesionales sanitarios, en su mayoría, no están adecuadamente preparados para manejar esta patología y ofrecer un tratamiento específico a los pacientes que lo necesitan.

La falta de recursos se refleja en la escasez de unidades de dolor multidisciplinarias en muchas comunidades autónomas. Estas unidades, que deberían contar con la participación de diversos especialistas médicos, como anestesiólogos, neurólogos, psicólogos, rehabilitadores, entre otros, son fundamentales para brindar una atención integral y multidimensional a los pacientes con dolor crónico. Sin embargo, la realidad es que la mayoría de estas unidades están infra dotadas y carecen de la composición necesaria para abordar adecuadamente esta compleja condición de salud.

Además, la formación médica en el manejo del dolor crónico es insuficiente en muchos casos. La falta de conocimientos actualizados y enfoques multidisciplinarios dificulta la identificación temprana y el abordaje adecuado del dolor crónico. Es relevante que los profesionales sanitarios reciban una formación especializada en el diagnóstico, tratamiento y seguimiento de esta enfermedad, con el fin de mejorar la calidad de vida de los pacientes y ofrecerles opciones terapéuticas efectivas.

### Infradiagnóstico y consecuencias para los pacientes

La falta de tratamiento específico para el dolor crónico tiene como consecuencia directa el infradiagnóstico de la enfermedad. Sorprendentemente, una gran cantidad de personas que padecen dolor crónico no cuentan con un diagnóstico adecuado. Según datos de la Plataforma de Organizaciones de Pacientes (POP), hasta el 40% de los pacientes que reconocen sufrir dolor crónico no han recibido un diagnóstico formal, a pesar de llevar años conviviendo con esta condición.

El infradiagnóstico del dolor crónico genera una serie de problemas para los pacientes. En primer lugar, prolonga el sufrimiento y la incertidumbre, ya que no se les brinda una explicación clara y un tratamiento específico para aliviar su dolor. Además, la falta de diagnóstico adecuado dificulta la implementación de estrategias de manejo y tratamiento, lo que puede llevar a un empeoramiento progresivo del dolor y a un mayor impacto en la calidad de vida.

Las consecuencias del dolor crónico no tratado van más allá del propio dolor físico. Los pacientes con dolor persistente son más propensos a sufrir bajas laborales y trastornos mentales, como

depresión y ansiedad. Según el Barómetro del dolor crónico en España, el 29% de los afectados ha requerido una baja laboral, con un tiempo medio de cinco meses, y el 32% ha tenido que abandonar su trabajo debido al dolor persistente. Estas situaciones generan no solo un impacto económico significativo, sino también un deterioro en la calidad de vida y el bienestar emocional de los pacientes.

## Impacto del dolor crónico en la vida laboral y mental de los pacientes

El dolor crónico no solo afecta físicamente a los pacientes, sino que también tiene un impacto significativo en su vida laboral y mental. La falta de tratamiento específico y la persistencia del dolor a largo plazo pueden llevar a una serie de consecuencias negativas en estos aspectos.

### Bajas laborales y pérdida de empleo

El dolor crónico puede limitar la capacidad de los pacientes para llevar a cabo sus tareas laborales de manera efectiva. Los episodios de dolor intenso o constante pueden dificultar la concentración, el desempeño y la productividad en el trabajo. Como resultado, muchos pacientes se ven obligados a tomar bajas laborales, ya sea de forma temporal o incluso permanente.

Según el Barómetro del dolor crónico en España, el 29% de los afectados ha requerido una baja laboral debido al dolor crónico, con un tiempo medio de cinco meses. Esta situación no solo implica una pérdida económica para los pacientes, sino que también puede generar inseguridad laboral y problemas financieros a largo plazo.

Además, el dolor crónico puede llevar a la pérdida de empleo. La persistencia del dolor y la dificultad para llevar a cabo las tareas laborales pueden hacer que los pacientes sean incapaces de mantener sus puestos de trabajo. Según el mismo estudio, el 32% de los pacientes ha tenido que abandonar su empleo debido al dolor crónico. Esta pérdida de empleo no solo afecta la estabilidad económica de los pacientes, sino que también puede tener un impacto emocional y social significativo.

### Trastornos mentales asociados al dolor crónico

El dolor crónico no solo tiene un impacto físico, sino que también puede desencadenar una serie de trastornos mentales en los pacientes. La constante lucha contra el dolor y las limitaciones que impone en la vida diaria pueden provocar síntomas de depresión, ansiedad y estrés.

Según el Barómetro del dolor crónico en España, el 22% de los pacientes con dolor crónico sufre de depresión, mientras que el 27% experimenta ansiedad. Estos trastornos mentales pueden empeorar aún más la calidad de vida de los pacientes, afectando su bienestar emocional, relaciones sociales y capacidad para enfrentar el dolor de manera efectiva.

El dolor crónico y los trastornos mentales están estrechamente interconectados, creando un ciclo de retroalimentación negativa. El dolor crónico puede aumentar el riesgo de desarrollar trastornos mentales, y a su vez, estos trastornos pueden intensificar la percepción del dolor y dificultar su

manejo. Es esencial abordar tanto el dolor físico como los aspectos emocionales y mentales asociados para brindar una atención integral a los pacientes con dolor crónico.

## Infradiagnóstico y tratamiento inadecuado en niños y adolescentes

El infradiagnóstico y el tratamiento inadecuado del dolor crónico no solo afectan a los adultos, sino que también tienen un impacto significativo en niños y adolescentes que sufren esta condición. Es preocupante observar que esta población vulnerable no recibe la atención necesaria para abordar su dolor crónico de manera efectiva.

### Revisión de estudios sobre el dolor crónico en la población pediátrica

Una revisión de estudios realizada por el Instituto de Investigación del Hospital 12 de Octubre y la Universidad Miguel de Cervantes, publicada en la revista *Children*, reveló que entre el 15% y el 30% de los niños y adolescentes en España experimentan dolor crónico. Estos datos ponen de manifiesto la alta prevalencia de esta condición en la población pediátrica.

Sin embargo, a pesar de esta alta prevalencia, el dolor crónico en niños y adolescentes sufre de infradiagnóstico y tratamiento inadecuado. Los profesionales de la salud parecen carecer del conocimiento y la formación necesarios para abordar adecuadamente el dolor crónico en esta población.

La revisión de estudios también señala que existe una falta de conocimiento por parte de los profesionales de la salud en cuanto a los aspectos específicos del dolor crónico en niños y adolescentes. Esto incluye la identificación de la hiperexcitabilidad central como el principal factor que afecta el inicio, la persistencia y el manejo del dolor crónico en esta población.

### Limitaciones en la calidad de vida y rendimiento académico

El infradiagnóstico y el tratamiento inadecuado del dolor crónico en niños y adolescentes tienen un impacto significativo en su calidad de vida y rendimiento académico. Estos jóvenes pacientes experimentan limitaciones en todos los aspectos de su vida, incluyendo lo emocional, social y educativo.

El dolor crónico no tratado adecuadamente puede llevar a ausencias frecuentes en el colegio, lo que resulta en un menor rendimiento académico. Los niños y adolescentes con dolor crónico también se ven privados de participar en actividades sociales, lo que puede generar sentimientos de aislamiento y dificultades en sus relaciones con sus compañeros.

Además, el dolor crónico puede interferir con el sueño de los niños y adolescentes, lo que a su vez afecta su bienestar general y su capacidad para concentrarse y aprender. Estas limitaciones en la calidad de vida y el rendimiento académico pueden tener un impacto duradero en su desarrollo y futuro.

Es crucial abordar de manera adecuada el dolor crónico en niños y adolescentes, brindándoles un

diagnóstico temprano, un tratamiento específico y un apoyo integral. Esto incluye la participación de profesionales de la salud con conocimientos especializados en dolor pediátrico, así como la implementación de estrategias que promuevan la calidad de vida, el bienestar emocional y el éxito académico de estos jóvenes pacientes.

## La falta de unidades multidisciplinarias del dolor

La falta de unidades multidisciplinarias del dolor es otra de las dificultades que enfrentan los pacientes con dolor crónico en España. Estas unidades son espacios especializados donde se brinda atención integral y multidisciplinaria para el manejo y tratamiento del dolor crónico. Sin embargo, su escasez y limitaciones representan un obstáculo para los pacientes.

### Dificultades en la derivación y escasez de recursos

Uno de los desafíos que enfrentan los pacientes con dolor crónico es la dificultad en la derivación a las unidades multidisciplinarias del dolor. Según un informe reciente de la Plataforma de Organizaciones de Pacientes (POP), más de la mitad de las personas con dolor crónico en España esperan al menos un año para ser derivadas a estas unidades desde el inicio del dolor. Además, en muchas comunidades autónomas, la derivación solo es posible desde la atención hospitalaria, no desde la atención primaria.

Esta demora en la derivación y acceso a las unidades del dolor implica una prolongada espera para recibir la atención y el tratamiento adecuados. Durante este tiempo, los pacientes continúan lidiando con el dolor crónico sin la atención especializada necesaria, lo que puede empeorar su calidad de vida y agravar su condición.

Además de las dificultades en la derivación, también existe escasez de recursos en las unidades multidisciplinarias del dolor. Muchas de estas unidades no cuentan con suficientes profesionales y especialistas para atender adecuadamente a los pacientes. La falta de personal capacitado, como psicólogos, rehabilitadores y terapeutas, limita la capacidad de brindar una atención integral y multidisciplinaria.

### Carencias en la composición de las unidades del dolor

Otra limitación significativa es la carencia en la composición de las unidades del dolor. Muchas de estas unidades carecen de la participación de diferentes especialidades médicas que son fundamentales para abordar el dolor crónico de manera integral. La falta de profesionales especializados y colaboración entre diversas disciplinas puede afectar la calidad de la atención y limitar las opciones de tratamiento disponibles.

Es esencial contar con una composición adecuada en las unidades multidisciplinarias del dolor, que incluya profesionales médicos, psicólogos, rehabilitadores, terapeutas y otros expertos pertinentes. Esta colaboración entre especialidades permite abordar los diferentes aspectos del dolor persistente y brindar una atención integral y personalizada a los pacientes.

Es necesario mejorar la disponibilidad y calidad de estas unidades. Para garantizar un manejo óptimo

del dolor crónico y mejorar la calidad de vida de los pacientes.

## Retraso en la derivación a unidades del dolor en España

El retraso en la derivación a las unidades del dolor es un problema significativo que enfrentan los pacientes con dolor persistente en España. La demora en acceder a estas unidades puede tener un impacto negativo en la calidad de vida de los pacientes y dificultar su proceso de tratamiento y recuperación.

### Informe sobre los tiempos de espera para la derivación

Según un informe realizado sobre los tiempos de espera para la derivación a las unidades del dolor en España, se ha encontrado que existe un retraso considerable en el acceso a estas unidades. Muchas personas con dolor persistente esperan largos periodos de tiempo, incluso hasta un año. Desde el inicio de sus síntomas hasta que finalmente son derivadas a una unidad especializada.

Este retraso en la derivación prolonga la incertidumbre y el sufrimiento de los pacientes, ya que deben esperar una cantidad considerable de tiempo antes de recibir una evaluación y un tratamiento adecuados. Durante este período, es probable que experimenten dificultades para manejar su dolor y ver afectada su calidad de vida.

### Limitaciones en la derivación desde atención primaria

Una de las limitaciones clave en la derivación a las unidades del dolor es la dificultad en el proceso de derivación desde la atención primaria. En muchos casos, la derivación a estas unidades solo es posible desde la atención hospitalaria. Lo que implica que los pacientes deben atravesar múltiples etapas antes de acceder a la atención especializada que necesitan.

La falta de un sistema de derivación fluido y eficiente desde la atención primaria puede retrasar aún más el proceso de tratamiento. Y aumentar la carga para los pacientes. Además, algunos profesionales de la atención primaria pueden no estar suficientemente informados o actualizados sobre las opciones de tratamiento del dolor persistente. Lo que dificulta una derivación oportuna y adecuada.

Es fundamental abordar estas limitaciones en la derivación a las unidades del dolor para garantizar un acceso más rápido y efectivo para los pacientes. Esto implica mejorar la comunicación y la coordinación entre los diferentes niveles de atención médica, así como proporcionar a los profesionales de la atención primaria la formación y la información necesarias para identificar y derivar adecuadamente a los pacientes con dolor persistente.

Es esencial implementar medidas que agilicen el proceso de derivación y garanticen que los pacientes reciban el tratamiento adecuado en el momento adecuado.

## Conclusiones Dolor crónico: el desafío sanitario más urgente de España y propuestas de mejora

El dolor crónico es una enfermedad altamente prevalente en España, que afecta tanto a niños y adolescentes como a la población general. A pesar de su impacto significativo en la calidad de vida de los pacientes. El dolor persistente sigue siendo subtratado y conlleva una serie de consecuencias negativas para los afectados.

Es crucial considerar el dolor crónico como una enfermedad en sí misma. Esto implicaría reconocer su importancia y gravedad, así como destinar los recursos necesarios para su adecuado manejo y tratamiento. Es fundamental concienciar a la sociedad y a los profesionales de la salud sobre la necesidad de abordar el dolor crónico de manera integral y efectiva.

Para mejorar la situación, se requiere una asignación de recursos adecuada. Esto implica la creación y fortalecimiento de unidades multidisciplinares del dolor en todo el país. Estas unidades deben contar con profesionales especializados de diversas áreas. Como médicos, psicólogos, rehabilitadores y terapeutas, que trabajen de manera colaborativa para ofrecer un enfoque integral en el tratamiento del dolor crónico.

Además, es esencial mejorar la formación médica en el manejo del dolor persistente. Los profesionales de la salud deben recibir una educación sólida en este campo, que les permita comprender y abordar de manera efectiva esta enfermedad. Esto incluye la capacitación en técnicas y terapias de manejo del dolor, así como en la identificación temprana y el diagnóstico adecuado del dolor crónico.

Por último, se deben implementar medidas para agilizar la derivación de los pacientes a las unidades del dolor.

Asimismo, es necesario reducir los tiempos de espera para acceder a estas unidades, garantizando así un tratamiento oportuno y adecuado.

Solo a través de estas acciones podremos mejorar la calidad de vida de los pacientes, reducir las consecuencias negativas asociadas y garantizar un adecuado manejo del dolor crónico en el país.