



Más de 9 millones de personas afectadas por el dolor crónico en España

## Descripción

La [Fundación Grönenthal](#) y el [Observatorio del dolor de la Universidad de Cádiz](#), con el apoyo de [BioInnova Consulting](#), presentaron el “Barómetro del dolor crónico en España en 2022”. Este estudio se llevó a cabo mediante entrevistas a más de 7.000 residentes de todo el territorio nacional, con el objetivo de analizar la situación del impacto del dolor crónico en nuestro país.

**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  
SEPE  
CÓDIGO AUTORIZACIÓN IMPULSO06: 2800028168

Recomendamos a los profesionales [Paciente con Dolor](#). No  
de vida de los pacientes con

Los efectos del dolor crónico

en la vida diaria son significativos, ya que un 28,6% de los pacientes requiriría baja laboral en el último año. Esta necesidad de baja laboral ha llevado a que un 32,3% de los pacientes abandone su ocupación previa y un 17,3% cambie su puesto de trabajo. Además, las limitaciones en las actividades cotidianas son frecuentes, especialmente al levantarse de una silla o de la cama, donde el 59,9% de los pacientes enfrenta dificultades o es incapaz de realizar dichas acciones.

Es importante tener en cuenta la relación entre el dolor crónico y la salud mental, ya que un 22,2% de los pacientes sufre depresión y un 27,6% ansiedad. Esto subraya la relevancia de la prevención y el cuidado en salud mental en el abordaje integral del dolor crónico.

## El Barómetro del dolor crónico en España 2022

### Barómetro del dolor crónico en España 2022

Análisis de situación del impacto del dolor crónico a nivel nacional

FUENTE: Fundación Grünenthal y Observatorio del Dolor de la Universidad de Cádiz



El Barómetro del dolor crónico en España 2022 es un estudio que se llevó a cabo mediante una cuidadosa metodología para analizar la situación y el impacto del dolor crónico en nuestro país. A continuación, profundizaremos en los aspectos clave de este barómetro.

### Metodología del estudio

El estudio se ejecutó a través de 7.058 entrevistas a residentes de toda España, abarcando una amplia muestra de la población. Para garantizar la representatividad, se seleccionaron participantes de diferentes regiones y se tuvo en cuenta la diversidad geográfica y demográfica del país. La

metodología utilizada se basó en cuestionarios estructurados y estandarizados, diseñados específicamente para evaluar la presencia y las características del dolor crónico.

## Población de estudio

La población de estudio incluyó a residentes de entre 18 y 85 años de edad, abarcando un amplio rango de grupos etarios. Esto permitió obtener una visión global y representativa de la prevalencia del dolor crónico en España.

## Prevalencia del dolor crónico en España

Los resultados del Barómetro revelaron que el dolor crónico es una enfermedad con una alta presencia en nuestro país. Afecta al 25,9% de la población adulta, lo que representa más de 9 millones de personas. Estos datos son alarmantes y demuestran la relevancia de abordar adecuadamente esta problemática de salud.

## Diferencias de género en la prevalencia del dolor crónico

El estudio también evidenció diferencias significativas en la prevalencia del dolor crónico entre hombres y mujeres. Las mujeres presentaron una mayor prevalencia, con un 30,5% afectadas, en comparación con el 21,3% de los hombres. Estas diferencias de género pueden deberse a múltiples factores, incluyendo diferencias biológicas, hormonales y socioculturales.

## Relación entre la edad y la prevalencia del dolor crónico

El análisis por grupos de edad reveló que las personas entre 55 y 75 años presentaron la prevalencia más alta de dolor crónico, alcanzando un 30,6%. Por otro lado, los jóvenes de 18 a 34 años fueron los menos afectados, con una prevalencia del 18,8%. Estos hallazgos resaltan la importancia de considerar la edad como un factor relevante en el abordaje del dolor crónico y adaptar las estrategias de tratamiento a las necesidades específicas de cada grupo etario.

## Duración e intensidad media del dolor crónico

El estudio reveló que los pacientes con dolor crónico padecen esta enfermedad durante un período promedio de 6,8 años. Esta larga duración del dolor crónico subraya la necesidad de implementar estrategias efectivas y sostenibles para su manejo y control. Además, la intensidad media percibida del dolor se situó en 6,8 puntos en una escala de 0 (ausencia de dolor) a 10 (dolor insoportable), lo que indica que el dolor crónico es una condición que puede generar un impacto significativo en la calidad de vida de los pacientes.

El Barómetro del dolor crónico en España 2022 proporciona valiosa información sobre la prevalencia, las características y el impacto de esta enfermedad en nuestra sociedad. Estos datos son fundamentales para la toma de decisiones en materia de salud y para el diseño de estrategias de abordaje del dolor crónico más efectivas y centradas en las necesidades de los pacientes.

## Características del dolor crónico

El dolor crónico se define como aquel que persiste de forma continua durante más de cuatro días por semana y que se mantiene presente durante al menos tres meses. A diferencia del dolor agudo, que es una respuesta temporal a una lesión o enfermedad, el dolor crónico se prolonga en el tiempo y puede tener un impacto significativo en la calidad de vida de los pacientes.

### Causas y origen del dolor crónico

El dolor crónico puede tener diversas causas y su origen puede ser multifactorial. Algunas de las causas más comunes incluyen enfermedades músculo-esqueléticas, como la osteoartritis y la fibromialgia, trastornos neuropáticos, enfermedades inflamatorias crónicas, como la artritis reumatoide, y condiciones de salud como la migraña crónica o el síndrome del intestino irritable. Además, lesiones traumáticas o procedimientos quirúrgicos mal gestionados también pueden conducir a la persistencia del dolor en el tiempo.

Es importante destacar que en algunos casos, la causa del dolor crónico puede ser desconocida. Esto puede complicar su abordaje terapéutico, ya que el tratamiento se basa en aliviar los síntomas y mejorar la calidad de vida del paciente.

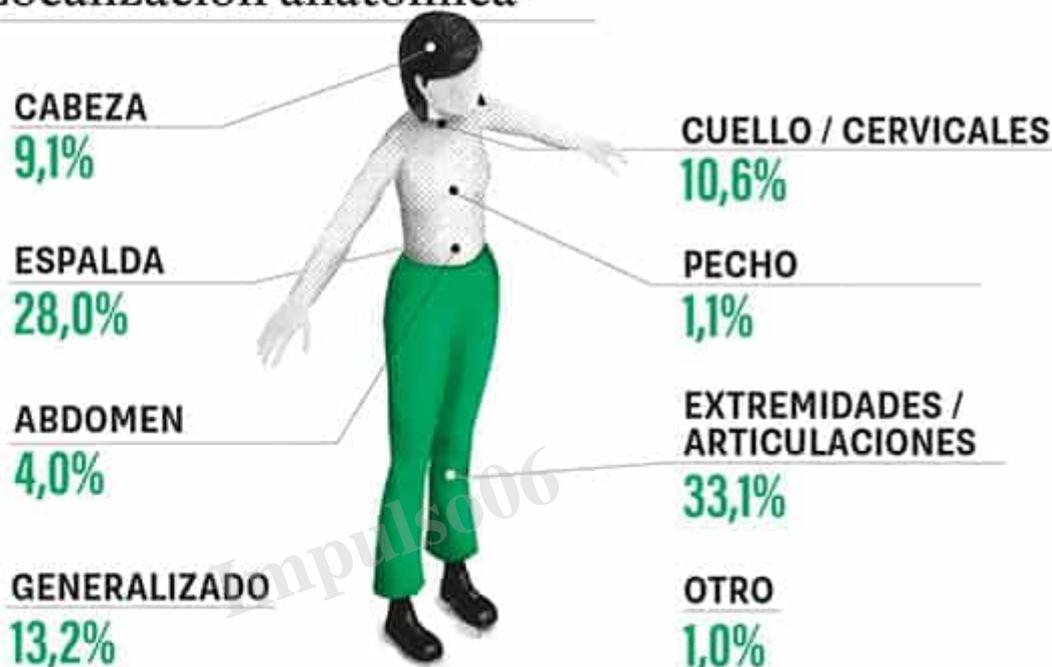
### Localización anatómica del dolor crónico

# Barómetro del dolor crónico en España 2022

Análisis de situación del impacto del dolor crónico a nivel nacional

FUENTE: Fundación Grünenthal y Observatorio del Dolor de la Universidad de Cádiz

## Localización anatómica



El dolor crónico puede manifestarse en diferentes áreas del cuerpo. La localización anatómica más general del dolor crónico es la zona lumbar, afectando al 58,1% de los pacientes. Esta condición se conoce como dolor lumbar crónico. Sin embargo, también puede presentarse en otras regiones, como las extremidades, las articulaciones, el cuello, la cabeza o incluso en todo el cuerpo, como ocurre en el caso de la fibromialgia.

La localización específica del dolor crónico puede variar de un paciente a otro y está estrechamente relacionada con la causa subyacente de la enfermedad. El conocimiento de la localización anatómica del dolor crónico es crucial para el diagnóstico preciso y el desarrollo de estrategias de tratamiento efectivas y personalizadas.

Puede manifestarse en diversas áreas del cuerpo, siendo el dolor lumbar la localización más común. La comprensión de estas características es fundamental para el manejo adecuado del dolor crónico y la mejora de la calidad de vida de los pacientes.

## Impacto del dolor crónico en la vida diaria

El dolor crónico no solo afecta la salud física de los pacientes, sino que también tiene un impacto significativo en su vida diaria. A continuación, exploraremos las diferentes áreas en las que el dolor crónico puede generar limitaciones y dificultades.

## Baja laboral como consecuencia del dolor crónico

El Barómetro del dolor crónico en España reveló que aproximadamente el 28,6% de los pacientes con dolor crónico ha requerido tomar una baja laboral debido a su condición en el último año. Esta proporción se eleva al 46,5% entre los trabajadores remunerados. El dolor crónico puede ser tan incapacitante que impide a los pacientes realizar sus tareas laborales de manera efectiva, lo que puede llevar a ausencias prolongadas y dificultades económicas.

## Cambios en la ocupación laboral debido al dolor crónico

El impacto del dolor crónico en la vida laboral va más allá de las bajas laborales. El estudio también reveló que el 32,3% de los pacientes con dolor crónico ha tenido que abandonar su ocupación previa debido a su condición, mientras que el 17,3% ha tenido que cambiar su puesto de trabajo. Estos cambios pueden tener repercusiones emocionales, económicas y sociales significativas en la vida de los pacientes.

## Limitaciones en las actividades cotidianas

El dolor crónico puede limitar la capacidad de los pacientes para llevar a cabo actividades cotidianas. Según el Barómetro, un 59,9% de los pacientes con dolor crónico encuentra dificultades o es incapaz de levantarse de una silla o de la cama, lo que afecta su autonomía y calidad de vida. Otras actividades como caminar, ejecutar tareas domésticas o practicar ejercicio físico también pueden verse comprometidas debido al dolor crónico.

## Necesidad de ayuda para realizar ciertas actividades

El impacto del dolor crónico puede requerir que los pacientes busquen ayuda para llevar a cabo ciertas actividades. Según el estudio, aproximadamente el 10,7% de los pacientes con dolor crónico recibe ayuda para realizar actividades diarias que pueden resultar difíciles o imposibles de hacer por sí mismos. Esta necesidad de asistencia puede tener implicaciones en la autonomía y la autoestima de los pacientes.

Es fundamental abordar de manera integral esta problemática, no solo tratando el dolor en sí, sino también proporcionando apoyo y recursos para minimizar su impacto y mejorar la calidad de vida de los pacientes.

## Relación entre dolor crónico y salud mental

El dolor crónico no solo afecta la salud física, sino que también tiene un impacto significativo en la salud mental de los pacientes. A continuación, exploraremos la relación entre el dolor crónico y la salud mental, así como la importancia de prevenir y cuidar la salud mental en el contexto del dolor crónico.

## Prevalencia de depresión en pacientes con dolor crónico

El Barómetro del dolor crónico en España revela que aproximadamente el 22,2% de los pacientes con dolor crónico también sufre de depresión. El dolor crónico puede desencadenar sentimientos de tristeza, desesperanza y desesperación, lo que puede contribuir al desarrollo de la depresión. Además, la carga emocional y el deterioro de la calidad de vida asociados con el dolor crónico pueden agravar los síntomas depresivos.

## Prevalencia de ansiedad en pacientes con dolor crónico

El estudio también evidencia que aproximadamente el 27,6% de los pacientes con dolor crónico experimenta ansiedad. El dolor crónico puede generar preocupación constante, miedo a los episodios de dolor y a la incapacidad para llevar una vida normal. Estos factores pueden contribuir al desarrollo de trastornos de ansiedad en los pacientes.

## Importancia de la prevención y cuidado de la salud mental

Los hallazgos del Barómetro resaltan la relevancia de la prevención y el cuidado de la salud mental en el contexto del dolor crónico. Es esencial abordar tanto el dolor físico como los aspectos emocionales y mentales relacionados con la condición. Esto implica brindar apoyo psicológico, promover la educación sobre el manejo del dolor, fomentar estrategias de afrontamiento saludables y facilitar el acceso a servicios de salud mental.

La salud mental y el bienestar emocional deben ser parte integral del enfoque terapéutico del dolor crónico. Al tratar no solo el dolor físico, sino también los síntomas depresivos y de ansiedad, se puede mejorar la calidad de vida de los pacientes y promover su recuperación global.

La prevención y el cuidado de la salud mental son fundamentales en el manejo del dolor crónico, ya que abordar estos aspectos emocionales contribuye a una mejor calidad de vida y bienestar global de los pacientes.

## Conclusiones Más de 9 millones de personas afectadas por el dolor crónico en España

Los hallazgos del Barómetro del dolor crónico en España tienen importantes implicaciones para los profesionales de la salud. Estos resultados resaltan la necesidad de una atención integral y multidisciplinaria para los pacientes con dolor crónico. Los profesionales de la salud deben ser conscientes de la alta prevalencia de esta condición y considerarla como una preocupación de salud significativa.

Además, los profesionales de la salud deben estar preparados para abordar tanto el aspecto físico como el emocional del dolor crónico. Es esencial proporcionar un enfoque terapéutico completo que incluya estrategias de manejo del dolor, apoyo psicológico y cuidado de la salud mental. La educación y el empoderamiento de los pacientes en el autocuidado también son fundamentales.

El Barómetro del dolor crónico en España proporciona información valiosa sobre la prevalencia, el impacto y la relación con la salud mental de esta condición en el país.

Los hallazgos subrayan la importancia de un enfoque integral y multidisciplinario en el abordaje del dolor crónico, con énfasis en la prevención, el tratamiento personalizado, la atención a la salud mental y el empoderamiento del paciente.

Estas recomendaciones pueden guiar a los profesionales de la salud en la mejora de la atención y calidad de vida de los pacientes con dolor crónico en España.

[Infografía Barómetro del Dolor](#)

Impulso06