

Salud pública

Francisco Cobo Jiménez
Farmacéutico titular de Farmacia
Quintalegre Granada y cofundador
de Loyalty Pharmacy Laboratory

“El dolor de espalda afecta anualmente a un 47% de la población, siendo la segunda dolencia con mayor incidencia, únicamente superada por el resfriado»

Estudio sociodemográfico
sobre el dolor de espalda en España

Dolor de espalda: una dolencia que se agudiza con la edad

El dolor de espalda es una dolencia que afecta a la casi totalidad de la población en algún momento de su vida. Anualmente afecta a un 47% de la población, siendo la segunda dolencia con mayor incidencia, únicamente superada por el resfriado.

El impacto del dolor de espalda en la calidad de vida de los pacientes es notable según los especialistas. El Instituto de Investigación Psyma realizó recientemente un estudio en el que analizaba el perfil y tipología del pacien-



©Jean-Paul CHASSENET/123rf

te que padece esta dolencia, las causas, el impacto en la calidad de vida y los posibles tratamientos, entre otros aspectos*.

Una dolencia que aumenta con la edad

El dolor de espalda es una patología que afecta en mayor medida a la mujer (55,6%) y los 46 años es la edad promedio en la que suele aparecer. Los pacientes se reparten proporcionalmente entre todos los tramos de edad (siendo ligeramente superior entre los 51-64 años y entre los de 41-50 años y ligeramente inferior entre los mayores de 64).

Por clase social, la incidencia es mayor en las clases media y media-baja. En cuanto a la situación familiar, no existen diferencias significativas, aunque hay una mayor incidencia en parejas con hijos, probablemente debido a sobreesfuerzos en su cuidado.

Aunque un 36,5% lo padece de forma crónica, **las épocas frías son los periodos del año en los que la incidencia del dolor de espalda es mayor**, ya que casi 4 de cada 10 afirman padecerlo durante estas épocas.

Principales causas

En general, **la incidencia del dolor de espalda destaca especialmente entre los jubilados, los empleados de oficina, los mandos intermedios, los profesionales por cuenta ajena y los autónomos.**

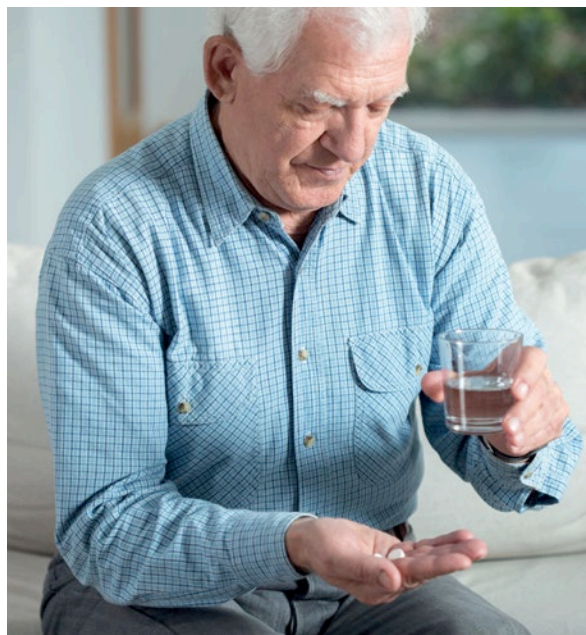
Por lo que respecta a la localización del dolor, el 57,8% lo presenta en la zona lumbar y el 50,9% en la cervical. Entre las causas más frecuentes encontramos de tipo laboral (38,8%), anomalías en la espalda (23,9%), estrés (25%) y las relacionadas con tareas domésticas (20,6%).

“**Las épocas frías son los periodos del año en los que la incidencia del dolor de espalda es mayor»**

Cuando las causas son laborales, el 57% desarrolla su actividad en profesiones con tareas sedentarias (trabajan sentados). Destacan entre las profesiones sedentarias los administrativos/trabajadores de oficina, los informáticos y los estudiantes. El 43,1% restante desarrolla su actividad en profesiones de esfuerzo continuado (trabajan de pie), destacando entre ellas el personal de enfermería (incluidos auxiliares).

Cuando la causa está relacionada con el estrés o el estado anímico, la mitad lo achaca al estrés laboral. En cuan-

*Estudio sociodemográfico sobre el dolor de espalda. Elaborado por Instituto de Investigación Psyma. Equipo: María Sánchez, Victoria Montero, Aitor del Río, Sergio Rodríguez. Número de Estudio: PEL215-167.



©Katarzyna Blatasiewicz/123rf

“**Seis de cada 10 personas con dolor de espalda toma un producto para aliviar los síntomas»**

to a las causas domésticas, destaca la realización de tareas del hogar como principal causa, con un 70%. Por último, el 35,1% de las personas con dolor de espalda asociado a anomalías en la espalda padece desviación en la columna, un 31,8% padece escoliosis y un 27,4% padece hernia discal.

El origen del dolor de los pacientes que presentan desviación de columna es en 6 de cada 10 ocasiones la propia desviación y en 3 de cada 10 ocasiones congénito. Entre los que tienen escoliosis el origen es para 1 de cada 2 pacientes de tipo congénito. Por lo que respecta a los que tienen hernia discal, el origen del dolor de espalda es la desviación o accidente (37,7% y 31,0%, respectivamente). Asimismo, entre los que presentan artrosis vertebral, en más de 4 de cada 10 casos tiene su origen en la desviación. Por último, la desviación es la causa principal (51,8%) de los pacientes que sufren de latigazo cervical.

Duración y frecuencia del dolor de espalda
Siete de cada 10 pacientes padecen dolor de espalda agudo, con una duración media de 6,19 días, aunque es llamativo que un tercio de los afectados presenta los síntomas entre 1 y 2 semanas, y otro tercio durante más de 2 semanas.

La frecuencia media del dolor de espalda es de 17,7 veces al año, con una duración menor de una semana para 4 de cada 10 pacientes o de una semana para 3 de cada 10.

Si analizamos al paciente recurrente –con más de 21 episodios de dolor al año–, en el caso de la mujer afecta especialmente al ama de casa, mientras que en el hombre la incidencia afecta sobre todo a jubilados.

Este perfil tipo con dolor de espalda recurrente es un paciente con dolor crónico (especialmente la mujer) y que presenta causas relacionadas con anomalías en la espalda (especialmente jubilados), que utiliza la analgesia como primera medida y que reconoce en un porcentaje elevado –más del 32%– haber cambiado con frecuencia de tratamiento.

“**En aquellos pacientes que no han acudido al médico, 7 de cada 10 solicitan consejo a su farmacéutico**”

Tratamientos más frecuentes

En el abordaje del dolor de espalda intervienen mayoritariamente el médico de atención primaria (principal prescriptor), fisioterapeutas, traumatólogos y reumatólogos. Cada uno de ellos ofrece distintas recomendaciones para prevenir y aliviar el dolor de espalda.

La eficacia es el driver de prescripción de tratamientos más importante para todos los especialistas, seguido de la rapidez y la duración de la acción.

Los antiinflamatorios orales y los analgésicos son los fármacos más utilizados. Junto a estos existen tratamientos coadyuvantes a los antiinflamatorios –basados en complejos vitamínicos B a dosis terapéuticas–, como Hidroxil, que también cuentan con una alta notoriedad entre los médicos de atención primaria y traumatólogos.

Los médicos de atención primaria (MAP) son los especialistas con mayor peso en la recomendación de tratamientos de dolor de espalda (salvo para los parches, que es el farmacéutico), especialmente antiinflamatorios orales y analgésicos. La combinación de Hidroxil® junto con AINE es recomendada en casi 6 de cada 10 ocasiones por un MAP, seguido del traumatólogo con un 12,9%.

Seis de cada 10 personas con dolor de espalda toma un producto para aliviar los síntomas. Casi la mitad dice aplicar calor/frío u otros remedios y un 31% aplica tratamiento tópico. Un 27,3% acude al médico cuando aparecen los síntomas, siendo atención primaria (75,3%) y los fisioterapeutas (43,8%) los grandes referentes.

El 50% reconoce acudir a los antiinflamatorios: el 49%, a los analgésicos; el 35% a la manta eléctrica; un 29% al AINE tópico, y un 29% también a un relajante muscular.

El perfil del usuario de antiinflamatorios es una mujer de 48 años de edad promedio (destacando especialmente el tramo de 61 a 64 años), que trabaja como mando interme-



Figura 1. Satisfacción con tratamientos para el dolor de espalda

dio y presenta dolor lumbar agudo, con episodios superiores a las 3 semanas y una causa de origen laboral.

En el caso de los analgésicos estamos ante una mujer con una edad promedio mayor, alrededor de 55 años (destacando también el tramo de 61 a 64 años), que está jubilada y presenta dolor lumbar agudo, con episodios superiores a las 3 semanas y una causa de origen doméstico, relacionada con las tareas del hogar.

Finalmente, en el AINE tópico estamos ante una mujer con una edad promedio de 47 años (destacando también el tramo de 61 a 64 años), que está empleada en oficina, y presenta dolor lumbar o cervical agudo y crónico, con episodios superiores a las 3 semanas y una causa de origen laboral.

Beneficios

Para el paciente, el beneficio más apreciado es el alivio o disminución de los síntomas. Sin embargo, existe una satisfacción moderada-baja debido a la limitada eficacia de algunos de los tratamientos.

Los pacientes, mayoritariamente, encuentran este beneficio en los analgésicos (93%), seguido de los antiinflamatorios orales (77%), aplicación de calor (66%) y relajantes musculares (56%).

Hidroxil® combinado con AINE es el tratamiento mejor valorado en todos los aspectos, especialmente respecto de la duración de la acción. Es, de hecho, el atributo que más le diferencia de los relajantes musculares (segundo tratamiento mejor valorado) (figura 1).

Papel del farmacéutico

El paciente con dolor de espalda comienza su consulta en el médico de atención primaria. Con posterioridad, casi la mitad de los pacientes acuden al traumatólogo, y finalizan su recorrido en fisioterapeutas y osteópatas.

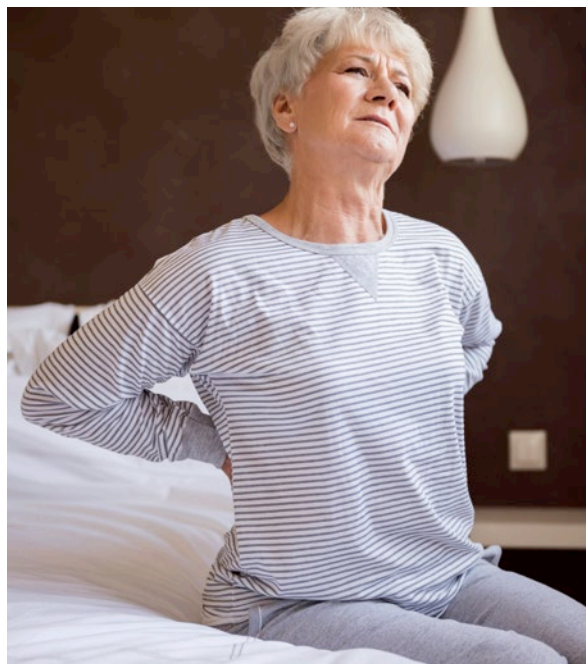
De acuerdo con el estudio del Instituto de Investigación Psyma, un 14% de los pacientes que entra en la farmacia padece dolor de espalda, y, de ellos, dos tercios acuden con recomendación de tratamiento por parte de un especialista. En este caso, el farmacéutico tiene un bajo poder de recomendación.

Sin embargo, **en aquellos pacientes que no han acudido al médico, 7 de cada 10 solicitan consejo a su farmacéutico y, en consecuencia, en estos casos existe un alto poder de recomendación por parte del profesional.**

El perfil de paciente que consulta al farmacéutico es hombre de 37 años de media, residente en Andalucía, de clase media o media-alta con pareja e hijos y cuya profesión es mando intermedio.

Dos de cada 3 pacientes que piden consejo al farmacéutico han sufrido dolor lumbar en los últimos 12 meses, siendo también los más frecuentes de manera reciente.

El 77,8% de los pacientes que piden consejo al farmacéutico padecen dolor de espalda agudo, con una duración media de 10,71 días.



©Anna Bizo / 123rf

“ **El tratamiento con AINE orales es uno de los más valorados por el farmacéutico, junto a tratamientos coadyuvantes basados en complejos vitamínicos B a dosis terapéuticas»**

Dos de cada 3 personas que piden consejo al farmacéutico mencionan las causas domésticas como una de las causas de su dolor de espalda, siendo la principal para un 11,1%, mientras que el 44,4% achaca su dolor causas laborales, constituyendo el mismo porcentaje de personas la causa principal del dolor. Las anomalías en la espalda, como causa del dolor, son mencionadas por un 44,4% (33,3% la selecciona como causa principal).

Por tanto, existe una posibilidad de promover la dispensación activa en pacientes que llegan sin haber visitado al especialista y solicitan consejo al farmacéutico. El tratamiento con AINE orales es uno de los más valorados por el farmacéutico, junto a tratamientos coadyuvantes basados en complejos vitamínicos B a dosis terapéuticas (como Hidroxil®), los parches térmicos y las fajas.

Por último, para que la farmacia pueda prestar un servicio de calidad y aprovechar la oportunidad en esta categoría, es esencial la elaboración de protocolos de atención farmacéutica, que deben seguir todos y cada uno de los miembros del equipo. ●