

● Salud pública

Francisco Cobo Jiménez

Farmacéutico titular de Farmacia Quintalegre Granada, y cofundador de Loyalty Pharmacy Laboratory

“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»

Estudio sociodemográfico sobre el dolor de espalda en España

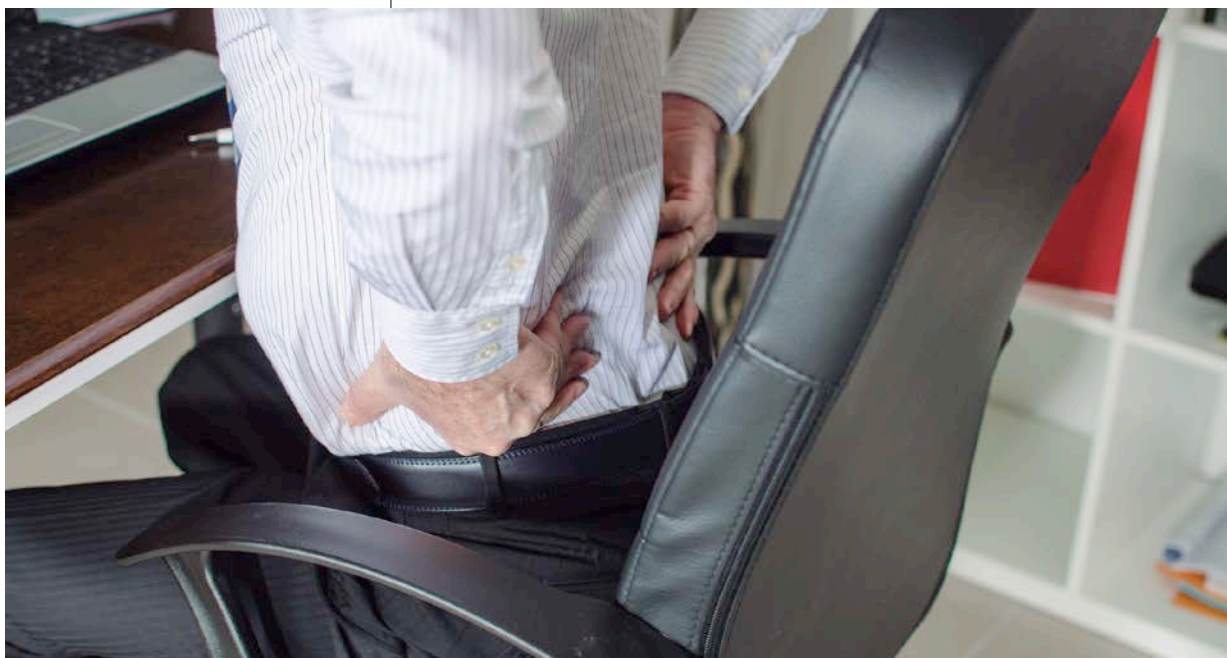
Dolor de espalda: una dolencia de alto impacto social

El dolor de espalda es una dolencia que afecta a la casi totalidad de la población en algún momento de su vida. El impacto del dolor de espalda en la calidad de vida de los pacientes es notable según los especialistas. Recientemente, el Instituto de Investigación Psyma ha realizado un estudio en el que analiza el perfil del paciente, el comportamiento de los profesionales sanitarios y las asignaturas pendientes en el abordaje de esta patología*.

Incidencia

Uno de los datos más relevantes que aporta la investigación es que **el dolor de espalda afecta anualmente a un 47% de la población, siendo la segunda dolencia con mayor incidencia**, sólo superada por el resfriado, que afecta a un 56,8% (figura 1).

*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.



©rhodona/123RF

¿Dolor de espalda?

Hidroxil[®] B1-B6-B12 el poder de la vitamina B



El complejo
vitamina B₁-B₆-B₁₂ en
combinación con
AINE oral proporciona:

Mayor alivio
del dolor¹

Más rápida
recuperación¹

Ver ficha técnica en pág. 56



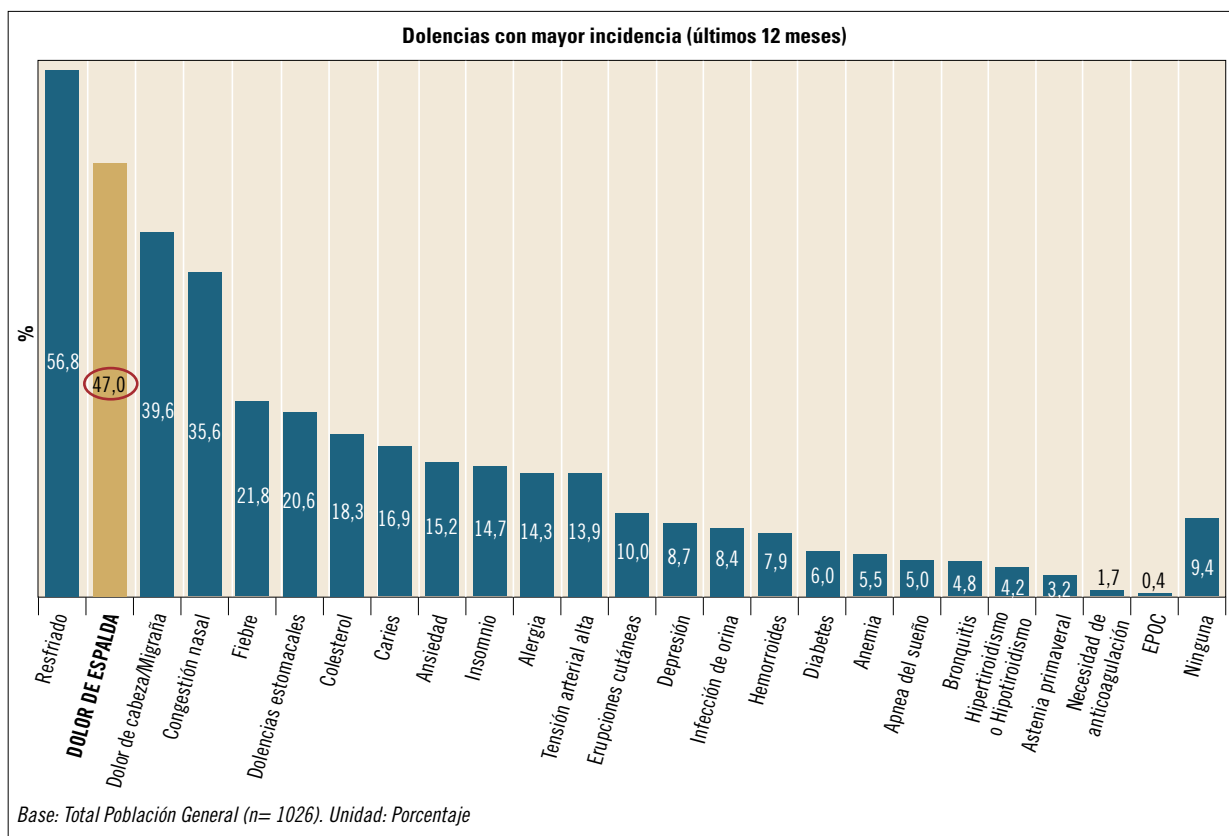


Figura 1. Dolencias con mayor incidencia (últimos 12 meses)

Se trata de una patología que afecta en mayor medida a la mujer (55,6%), y los 46 años es la edad promedio en la que el dolor de espalda suele aparecer. Los pacientes se reparten de forma proporcional 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).

El dolor de espalda es un reflejo de los hábitos de vida cotidianos, como lo demuestra el hecho de que casi el 60% de los casos se da en pacientes de clase media o media baja, y más de la mitad en parejas con hijos.

La incidencia del dolor de espalda destaca especialmente entre los jubilados, los empleados de oficina, los mandos intermedios, los profesionales por cuenta ajena, los trabajadores manuales cualificados y los autónomos.

Las épocas frías son los periodos del año en los que la incidencia de este trastorno es mayor, ya que casi 4 de cada 10 personas afirman padecerlo durante estas épocas. Eso sí, un 36,5% lo padece de forma crónica.

Aunque existen diferencias entre los perfiles de pacientes visitados por cada especialidad médica, **el perfil tipo con dolor de espalda es un paciente con dolor lumbar y crónico, que lo sufre de manera más habitual en épocas**

frías debido a causas laborales. El principal síntoma detectado son las contracturas musculares.

Tipologías

Según la localización del dolor, se habla de:

- **Dolor en la columna cervical o cervicalgia:** el dolor se produce en la nuca y parte alta de la espalda.
- **Dolor dorsal o dorsalgia:** el dolor es referido en la mitad de la espalda.
- **Dolor lumbar o lumbalgia:** cuando el dolor se localiza en la parte más baja de la columna.
- **Dolor en la zona sacra o coxígea.**

Los dolores en las zonas lumbar y cervical son los más prevalentes entre los pacientes. Siete de cada diez padecen dolor de espalda agudo, con una duración media de 6,19 días. Las causas laborales son las más frecuentes para desarrollar dolor de espalda debido al estrés, siendo los pacientes con profesiones sedentarias los más afectados.

Siete de cada diez pacientes afirman que el síntoma más padecido son las contracturas musculares, que es también el más molesto para 5 de cada 10.

Los pacientes sufren dolor de espalda 17,7 veces de media al año, si bien casi el 50% lo padece de 1 a 5 veces. La

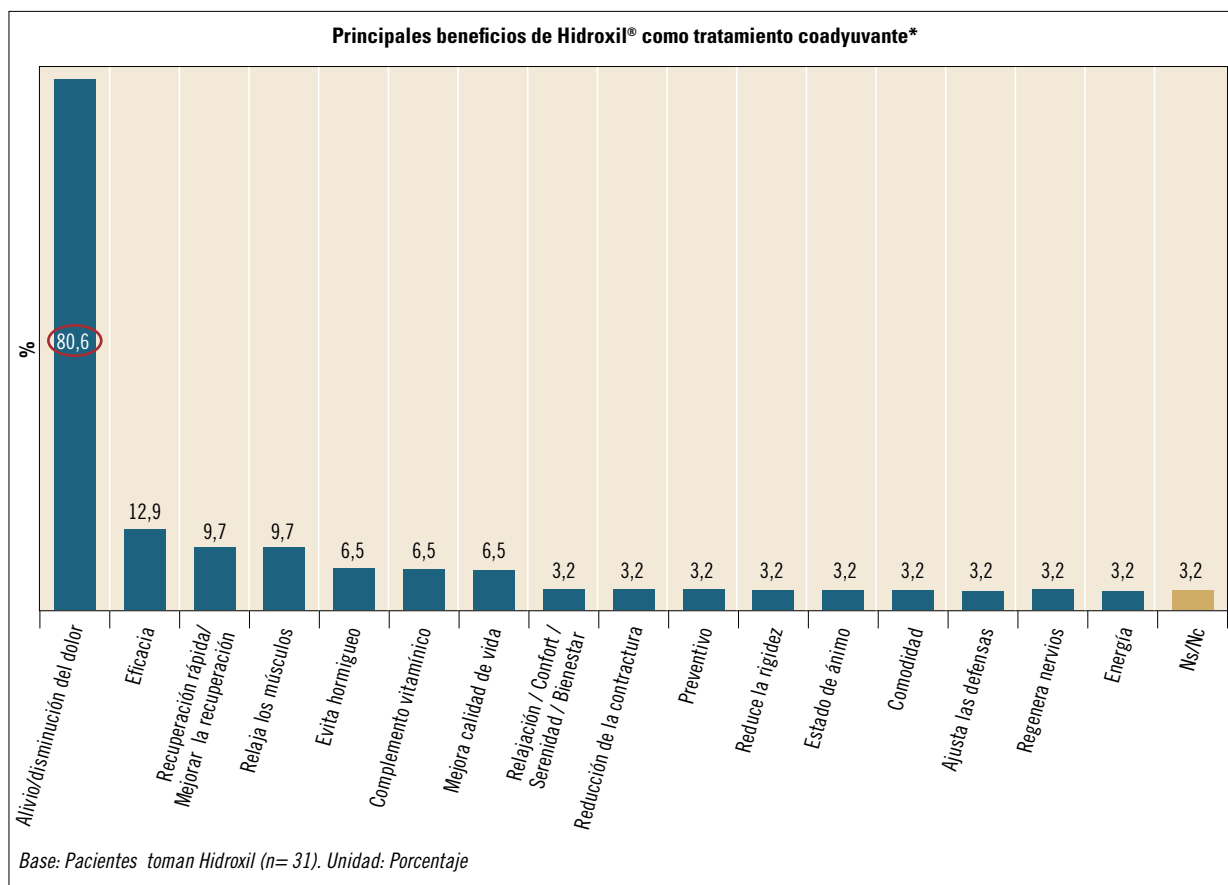


Figura 2. Principales beneficios de Hidroxil® como tratamiento coadyuvante*
*Combinado con un antiinflamatorio

duración del dolor es menor a 1 semana entre 4 de cada 10 pacientes.

Un freno para actividades laborales y cotidianas

El dolor de espalda tiene un impacto negativo tanto en el ámbito laboral como en el de las actividades cotidianas. En términos generales, **8 de cada 10 pacientes afirman tener que haber abandonado y/o modificado acciones a causa del dolor de espalda.**

En el caso de las actividades laborales, un 44% reconoce que aumenta su nivel de estrés, al tiempo que un 20,5% afirma que ve afectado el número de horas trabajadas. En porcentajes algo menores, los pacientes sostienen que influye en sus bajas/absentismo laboral en el trabajo, y que existe una repercusión negativa sobre su remuneración.

Por otro lado, con respecto a las tareas cotidianas, 8 de cada 10 afirman que el dolor de espalda aumenta el nivel de cansancio, el nivel de irritabilidad y los cambios de humor (en 5 de cada 10 pacientes). También afecta al nivel de motivación en la realización de actividades sociales.

Prevención y tratamiento

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. Hay que tener en cuenta, no obstante, que el 60,7% de los pacientes optan por tomar un producto para aliviar los síntomas.

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.

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 antiinflamatorios orales y los analgésicos son los fármacos más utilizados. Asimismo, existen tratamientos coadyuvantes al uso de antiinflamatorios como Hidroxil® (basados en complejos vitamínicos B en dosis terapéuticas), que también cuentan con una alta notoriedad entre los médicos de atención primaria y traumatólogos. **El alivio y disminución del dolor es el principal motivo por el que los**

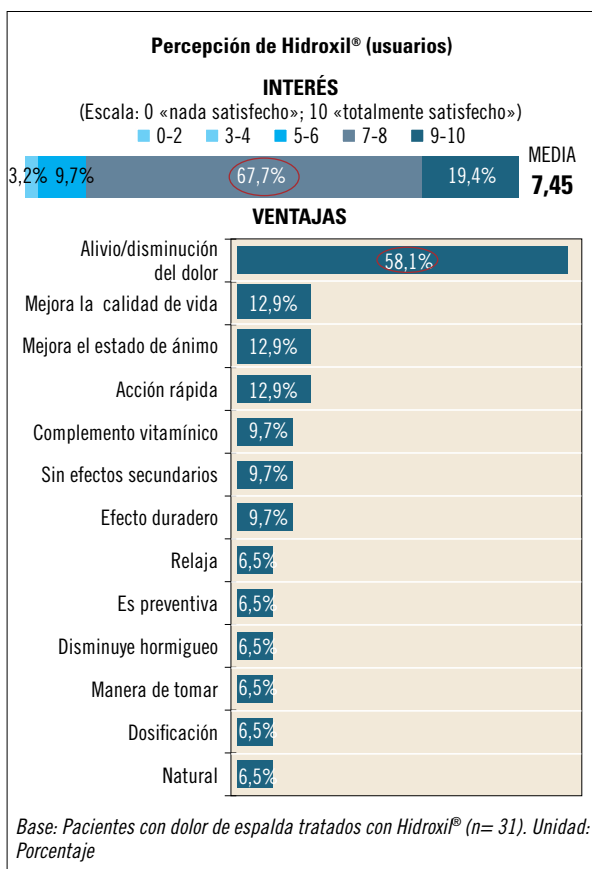


Figura 3. Percepción de Hidroxil® (usuarios)

especialistas prescriben Hidroxil® a sus pacientes (figuras 2 y 3). Su uso aún es limitado, a pesar de que los pacientes manifiestan una satisfacción media notable por su comodidad, eficacia (figura 4) y los escasos efectos secundarios.

Hidroxil® es el tratamiento mejor valorado en todos los aspectos, especialmente respecto a la duración de la acción. Es, de hecho, el atributo que más lo diferencia de los relajantes musculares (segundo tratamiento mejor valorado).

El tratamiento medio dura alrededor de 4 semanas, y la media de comprimidos diarios pautados se sitúa alrededor de 1,7.

Con respecto a las recomendaciones para prevenir la aparición del dolor de espalda, un alto porcentaje de los pacientes sigue estas pautas indicadas por los especialistas:

- Mantener una postura correcta.
- Dormir en un colchón y almohada adecuados.
- Apoyar la espalda en la silla cuando se está sentado.
- Hacer ejercicio con cierta frecuencia.
- Bajar de peso.

La oportunidad para el farmacéutico

El paciente con dolor de espalda comienza su consulta en el médico de atención primaria, y casi la mitad acude pos-

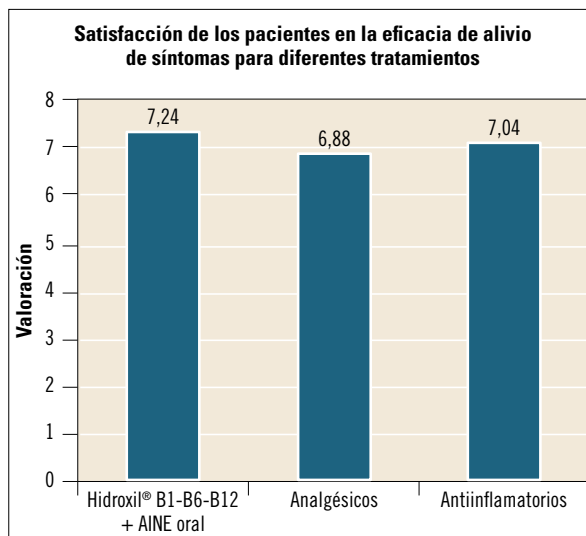


Figura 4. Satisfacción de los pacientes en la eficacia de alivio de síntomas para diferentes tratamientos

teriormente al traumatólogo, finalizando el trayecto en fisioterapeutas y osteópatas.

Según 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. **Este elevado volumen de pacientes que acuden con prescripciones es una oportunidad para que el farmacéutico ofrezca un consejo de valor y fidelizar al paciente.**

Asimismo, entre 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 prescripción por parte del profesional.

Por tanto, existe una posibilidad de promover la dispensación activa en pacientes que han o no visitado al especialista y solicitan consejo al farmacéutico. El tratamiento con AINE tópicos es uno de los más valorados por este especialista en farmacia, asimismo, los tratamientos coadyuvantes basados en complejos vitamínicos B en 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.

Estos protocolos han recoger las preguntas que debemos hacer al paciente y los consejos farmacéuticos adecuados a cada perfil de persona, así como otras medidas relacionadas con los hábitos y el estilo de vida, que pueden ayudar a mejorar la calidad de vida del paciente.

Con toda esta información, será más sencillo conocer cuál es la problemática concreta de cada paciente, y podremos ofrecerle un consejo más personalizado y adaptado a sus necesidades y una recomendación terapéutica adecuada. ●