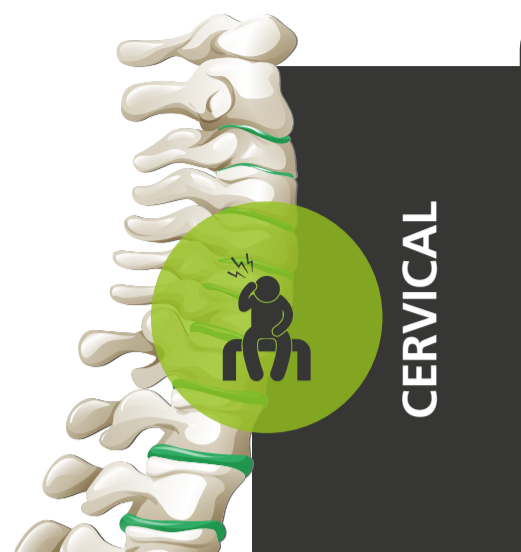
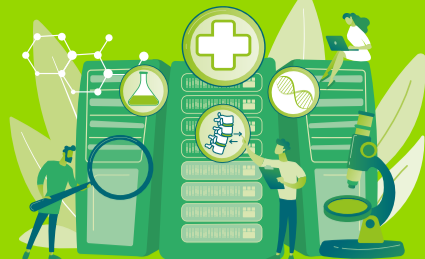


DEL DOLOR DE ESPALDA EN ESPAÑA



CERVICAL

Se estima que la **incidencia anual** de dolor cervical oscila entre el

10,4% y el **21,3%**¹

y la **prevalencia media** en la población general es de un

23,1%¹

Esta prevalencia es generalmente **mayor en mujeres, países desarrollados** y **áreas urbanas** representando en España la **4ª causa más frecuente de incapacidad laboral temporal**.¹



El motivo más frecuente de dolor cervical, relacionado con la gran movilidad de esta zona es la **tortícolis**.²



DORSAL

El dolor dorsal de tipo mecánico, es habitualmente secundario a sobreesfuerzos o una deficiente higiene postural.²



La dorsalgia es menos frecuente que el dolor en región cervical y lumbar, pero es frecuente que exista juntamente con éstos.³



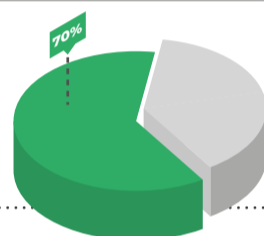
Es importante considerar que **muchos dolores dorsales son referidos**, es decir, son manifestación de **patología existente en órganos torácicos y abdominales**.³



LUMBAR

La **región lumbar** es la localización más frecuente del dolor de espalda.²

De todos los dolores de espalda, **el más frecuente (70%)** corresponde a la zona lumbar.²



Según el informe del Sistema Nacional de Salud del año 2017 (publicado en 2019), **la lumbalgia en la población española es el segundo problema de salud crónico**, con el 18,5% de la población afectada, por detrás de la hipertensión arterial, que representa el 19,8%.⁴

En nuestro país se presenta más frecuentemente en mujeres que en varones, a razón de **1,5**.⁴



La **duración media del dolor es de 7,4 años**, con una **intensidad media de 7 puntos**.⁵



Se estima que el **80% de la población sufrirá** en algún momento de su vida un **episodio de lumbalgia** y el **18%** lo presentará **de forma recurrente cada año**.⁴

Es el motivo del **31,3%** de bajas laborales en el último año, con una **duración media de 4,7 meses**.⁵



Esta patología representa la **principal causa de incapacidad laboral en personas menores de 45 años**.⁴



Se calcula que, en España, la lumbalgia provoca más de **2 millones de consultas anuales en atención primaria**.⁴



Entre las **causas más frecuentes** habitualmente en **pacientes jóvenes**, está la **contractura de la musculatura lumbar secundaria a posturas forzadas** relacionadas con el trabajo, estrés, actividades deportivas o a un sobreesfuerzo que generalmente causan un cuadro de dolor moderado uni o bilateral, de ritmo mecánico y sin irradiación.²



Bibliografía. 1. Jordá M. Dolor cervical y sensibilización central. [Internet]. [Citado 06 mar 2025]. Disponible en: <https://www.planactiva.es/recurso-dolor-cervical-sensibilizacion-central>. 2. Gómez Martínez JC, Llísterri Caro JL. (coord.). Documento de consenso. Dolor de espalda: síntomas y tratamiento. [Internet]. Sociedad Española de Médicos de Atención Primaria (SEMERGEN) y Sociedad Española de Farmacia Clínica, Familiar y Comunitaria (SEFAC). [Citado 06 mar 2025]. Disponible en: <https://www.semergen.es/recursos/files/documentos/consenso/documento-consenso-dolor-espalda.pdf> 3. Cervicalgia y dorsalgia. [Internet]. Fisterra. [Revisado 16 nov 2016; Citado 06 mar 2025]. Disponible en: <https://www.fisterra.com/guias-clinicas/cervicalgia-dorsalgia/> 4. Medel Rebollo FJ. Dolor de espalda, factores de riesgo de recurrencia y abordaje terapéutico. Dolor. 2020;35(2):41-48. 5. Barómetro del dolor crónico asociado a la lumbalgia [Internet]. Dolor.com. 2024 [Citado 06 mar 2025]. Disponible en: <https://www.dolor.com/para-sus-pacientes/otros-recursos/barometro-dolor-cronico-asociado-a-lumbalgia>