

Según los resultados de un estudio español que publica el último número de la revista científica *Pain Medicine*

Las personas ansiosas sufren mayor discapacidad por su dolor de espalda

- La mayoría de los costes causados por el dolor de espalda se deben a la restricción de la actividad (personal y laboral) que conlleva; mejorar esa restricción es uno de los principales objetivos del tratamiento
- A diferencia de los pacientes anglosajones o escandinavos, varios factores psicológicos –como los pensamientos catastrofistas, la ira, la depresión, el miedo y las conductas de evitación–, no tienen efecto en los españoles con dolor de espalda. Sólo “ser” ansioso se correlaciona con el grado de discapacidad.
- Otros factores que influyen son la intensidad del dolor, haber sido operado de la espalda sin éxito, y tener un bajo nivel sociocultural

Madrid, 26 de septiembre de 2011. Más del 70% de la población sufre en algún momento dolor lumbar en los países desarrollados. Las dolencias de la espalda constituyen la principal causa de asistencia sanitaria en la población adulta y el coste que generan anualmente equivale al 1,7% del Producto Interior Bruto.

Los pacientes crónicos (aquellos que sufren estas dolencias durante más de tres meses) representan menos del 20% del total, pero generan más del 70% de los costes totales por lumbalgia.

En este sentido, el **doctor Francisco M. Kovacs**, presidente de la Fundación Kovacs y coautor del estudio, señala que *“la mayoría de los costes causados por el dolor de espalda se deben a la restricción de la actividad (personal y laboral) que conlleva, de ahí que uno de los principales objetivos de su tratamiento sea prevenir y mejorar la incapacidad que genera”*.

Ante la importancia de las dolencias de espalda y la limitación que pueden generar, investigadores españoles han llevado a cabo un estudio para evaluar la influencia sobre el grado de discapacidad de todos los factores psicológicos potencialmente relevantes, y estudiar la relación entre ellos. En el estudio han participado 52 médicos y psicólogos de la Fundación Kovacs, varias Universidades y Unidades del Dolor de nueve hospitales españoles.

Según explica la **doctora Jenny Moix**, primera autora del estudio y profesora de psicología en la Universidad Autónoma de Barcelona, *“investigaciones previas con pacientes anglosajones demostraban que la incapacidad por dolor de espalda estaba muy influenciada por el miedo, las conductas de evitación y el “catastrofismo”, es decir, que el dolor de espalda resulta más limitante en aquellas personas que dramatizan su situación y piensan “ya no puedo más”, “pienso que no puedo vivir así, etc”*.

Sin embargo, otros estudios demostraban que factores culturales influían en esos componentes psicológicos. De hecho, los estudios realizados con pacientes españoles habían demostrado que varios de esos factores, como el miedo, las conductas de evitación y el catastrofismo, no tenían ninguna influencia relevante en ellos. *“Por eso consideramos importante evaluar el efecto del conjunto de las variables psicológicas que podían influir en el grado de discapacidad;: la ansiedad, la depresión y la ira, además del catastrofismo”*, añade la profesora Moix.

Los resultados del estudio, que publica la revista científica *Pain Medicine*¹ (una de las principales publicaciones internacionales en el ámbito del dolor), revelan que *“el factor que más incide en la incapacidad es la ansiedad, por encima del dolor. Concretamente la ansiedad rasgo, esto es, lo ansioso que se siente normalmente la persona, en otras palabras, lo ansiosa que es, y no lo ansiosa que está en un momento dado”*, explica la profesora Moix.

“Los resultados demuestran –continúa el doctor Kovacs- que, en los pacientes españoles, la “ansiedad-rasgo” es la única variable psicológica que se asocia con el grado de discapacidad. Cuando se tiene en cuenta su efecto se demuestra que es nulo el del catastrofismo, la ira, la depresión o la ansiedad-estado”.

Además del “ser” ansioso (la “ansiedad-rasgo”), también se correlacionan con el grado de discapacidad la intensidad del dolor, el haber sido operado de la espalda sin éxito, y el tener un bajo nivel sociocultural.

“A partir de estos resultados, futuros estudios deberán determinar si el pronóstico del dolor de espalda y la incapacidad que causa, es peor en los pacientes con personalidades más ansiosas y, en el caso de ser así, si los tratamientos orientados a mejorar la ansiedad, mejoran la evolución del dolor y la incapacidad en esos pacientes”, concluye el Dr. Kovacs.

Metodología

En el estudio –financiado por el Fondo de Investigaciones Sanitarias del Ministerio de Sanidad y la Fundación Kovacs- han participado 123 pacientes tratados en Unidades del Dolor de 9 hospitales del Sistema Nacional de Salud de 8 ciudades españolas. Se usaron instrumentos de medida previamente validados para determinar la intensidad de los pensamientos catastrofistas, la ira, la ansiedad y la depresión. Dentro de la “ansiedad”, se distinguió la “ansiedad-estado” (correspondiente conceptualmente a “estar ansioso”, es decir, a la “intensidad de la ansiedad en ese momento”), y la “ansiedad-rasgo de personalidad” (correspondiente a “ser ansioso”). En la fase de análisis, se estudió la correlación entre cada una de esas variables entre sí, con la intensidad del dolor (lumbar e irradiado a la pierna) y con el grado de discapacidad por lumbalgia, teniendo en cuenta las demás variables que podían influir en esa relación (como la duración del dolor, los antecedentes de cirugía fracasada, la edad, el sexo, el nivel sociocultural, la situación laboral y el tratamiento farmacológico).

Para más información:

Berbés Asociados

Tel: 91 563 23 00

E-mail: mariagallardo@berbes.com

¹ **Catastrophizing, State Anxiety, Anger and Depressive Symptoms Do Not correlate with Disability when Variations of Trait Anxiety Are Taken into Account. A Study of Chronic Low Back Pain Patients Treated in Spanish Pain.** *Pain Medicine* 2011; 12: 1008-1017