

## Los sesgos de sexo y género en el manejo del dolor provocan retrasos en el diagnóstico, infradiagnósticos y tratamientos inadecuados

- La prevalencia de dolor crónico es al menos dos veces mayor en mujeres respecto a varones
- El abordaje del dolor desde una perspectiva de género es crucial para mejorar la calidad y equidad de la atención sanitaria
- En el Día Mundial Contra el Dolor 2024, SEMERGEN reafirma su compromiso de reducir las desigualdades de género en el manejo del dolor, contribuyendo a que todos los pacientes reciban una atención adecuada que garantice una mejora en su calidad de vida

**Madrid, 17 de octubre de 2024.**– Con motivo del Día Mundial Contra el Dolor 2024, la Sociedad Española de Médicos de Atención Primaria (SEMERGEN) quiere poner de relieve la importancia de abordar los sesgos de sexo y género en el manejo del dolor, una cuestión que sigue impactando negativamente en la calidad de la atención médica y en la vida de millones de personas, especialmente de mujeres.

Este año, la campaña del Día Mundial Contra el Dolor invita a reflexionar sobre cómo los sesgos presentes en la investigación y en la práctica clínica afectan a la comprensión del dolor, su diagnóstico y tratamiento. La falta de un enfoque inclusivo de género ha perpetuado disparidades en la atención sanitaria, con efectos particularmente graves en la salud de las mujeres. Estos sesgos no solo influyen en el conocimiento médico, sino que también condicionan el manejo clínico, lo que conlleva retrasos en el diagnóstico, infradiagnósticos y un tratamiento inadecuado del dolor en muchas condiciones de salud.

“En los últimos años, se ha profundizado en la ‘morbilidad diferencial’ entre hombres y mujeres en cuanto al dolor. Se han estudiado aspectos como la percepción y modulación del dolor, la tolerancia, la respuesta a los tratamientos, y factores biológicos como las hormonas gonadales o los receptores opioides. Sin embargo, los resultados han sido variables y no concluyentes. Lo que sí parece claro es que una combinación de factores biológicos, psicológicos y socioculturales contribuye a las diferencias observadas en el dolor entre sexos”, resalta el **Dr. Francisco Javier Resa**, coordinador del Grupo de Trabajo DOLPAL (Dolor y Cuidados Paliativos) de SEMERGEN.

### Sesgos en la percepción y tratamiento del dolor en mujeres

“Generalmente se parte, de forma errónea, de la premisa de igualdad entre mujeres y hombres en la expresión de las enfermedades y en la respuesta a los tratamientos. Esto es especialmente aplicable respecto al dolor crónico. Las mujeres se enfrentan a actitudes escépticas por parte de los profesionales de la salud, quienes tienden a psicologizar su dolor, dudando de la veracidad de sus síntomas en función de su apariencia. Esta realidad afecta a la forma en que el dolor es diagnosticado y tratado, exacerbando las desigualdades en la atención” afirma la **Dra. María Blasco**, coordinadora del grupo de Trabajo de Atención a las Mujeres de SEMERGEN.

La prevalencia de dolor crónico es al menos dos veces mayor en mujeres respecto a varones. Por una parte, ciertas patologías dolorosas son mucho más frecuentes en mujeres, como fibromialgia, síndrome de intestino irritable, artritis reumatoide, artrosis, trastornos de la articulación temporomandibular, dolor pélvico crónico o migraña. Pero, además, las mujeres presentan un mayor riesgo de cronificación del dolor agudo.

“Los mecanismos del dolor son diferentes en hombres y mujeres. Observamos que en las mujeres el dolor crónico se presenta con mayor frecuencia, mayor intensidad y tiene mayor duración. Presentan un umbral doloroso más bajo y también afrontan el dolor de forma diferente, utilizando estrategias más adaptativas, con mayor habituación al dolor prolongado e intenso. Es mucho más frecuente el consumo de analgésicos en las mujeres, tanto los prescritos como los de venta libre, y presentan una sensación de peor calidad de vida respecto a los hombres”, resalta la **Dra. Blasco**.

## **El papel de los médicos de Familia en la reducción de las disparidades**

El dolor es uno de los motivos de consulta más frecuentes en Atención Primaria, un espacio clave para garantizar la equidad en salud. De hecho, los pacientes que lo sufren visitan hasta 4 veces más al médico de familia que aquellos que no lo padecen<sup>1</sup>. Los médicos de Familia, con su enfoque biopsicosocial y su cercanía a los pacientes, tienen un rol fundamental para reducir las disparidades de género en el manejo del dolor y mejorar la calidad de vida de quienes lo padecen.

“Es esencial que los profesionales de la salud examinen y confronten sus propios estereotipos de género para garantizar que el tratamiento del dolor sea equitativo y eficaz. Además, los médicos de familia estamos en una posición privilegiada para coordinar intervenciones multidisciplinarias, proporcionando a los pacientes el apoyo necesario para un manejo integral de su dolor”, concluye el Dr. Resa.

## **Medidas claves para cerrar la brecha de género en el tratamiento del dolor**

Desde el Grupo de Trabajo DOLPAL- SEMERGEN, se proponen las siguientes acciones para avanzar hacia una atención más equitativa en el manejo del dolor:

1. Sensibilización y formación profesional. Es necesario concienciar a los profesionales de la salud sobre los sesgos de sexo y género que influyen en el diagnóstico y tratamiento del dolor, promoviendo su capacitación continua para integrarlos como determinantes de salud.
2. Adaptación de los procesos diagnósticos. Desarrollar y aplicar guías de diagnóstico y tratamiento que consideren las diferencias específicas de género, con el fin de mejorar la precisión en la evaluación del dolor.
3. Empoderamiento de las pacientes y sensibilización pública. Fomentar campañas de concienciación que informen sobre las diferencias de género en el manejo del dolor, promoviendo el empoderamiento de las mujeres para que reclamen una atención equitativa y mejoren la comunicación de sus síntomas.
4. Promover la investigación inclusiva. Apostar por estudios que incluyan una representación equitativa de mujeres y hombres, para mejorar la comprensión de los factores biológicos y psicosociales que influyen en el dolor.
5. Colaboración institucional. Trabajar con las instituciones sanitarias y los órganos de gestión para integrar la perspectiva de género en los protocolos y políticas de Atención Primaria.

## **Sobre SEMERGEN**

La Sociedad Española de Médicos de Atención Primaria (SEMERGEN) es la sociedad científica pionera de la Atención Primaria en España, con más de 50 años de experiencia. Se fundó con el objetivo fundamental de promocionar la Medicina de Familia, mediante el mantenimiento y mejora de la competencia profesional de los médicos, fomentando la investigación y facilitando la formación continuada del médico con el fin de mantener la calidad en el cuidado de la salud de los ciudadanos.

(1) Torralba, A.; Miquel, A. y Darba, J.. Situación actual del dolor crónico en España: iniciativa "Pain Proposal". Rev. Soc. Esp. Dolor[online]. 2014, vol.21, n.1, pp.16-22. ISSN 1134-8046. <https://dx.doi.org/10.4321/S1134-80462014000100003>.

### **Para más información:**

Ángela Rubio

Tel. 676 800 594

[comunicacion@semergen.es](mailto:comunicacion@semergen.es)

