



XVIII Jornadas de Gestión y Evaluación EN SALUD

Decisiones que transforman el sistema

Santander · 3-5 junio 2026



EL SEMÁFORO DEL DOLOR 2025: HERRAMIENTA COMUNITARIA PARA ORIENTAR LA PLANIFICACIÓN DEL AFRONTAMIENTO ACTIVO DEL DOLOR EN CANTABRIA

Carmen Secades Muñiz, Carmen Secades Muñiz, Verónica García Cernuda, Patricia Corro Madrazo, Cristina Calvo
Sánchez, Ignacio Fraguas Bravo, Sara Martín Sanz
Servicio Cántabro de Salud

Introducción

El dolor crónico es un problema de salud pública de alta prevalencia y elevado impacto en la calidad de vida. En Cantabria, la Escuela Cántabra de Salud desarrolló en 2025 la campaña comunitaria El Semáforo del Dolor, en continuidad con la edición de 2024. El objetivo fue conocer cómo afronta la ciudadanía el dolor persistente y qué necesidades percibe para gestionarlo mejor, con el fin de orientar la planificación de intervenciones sanitarias y comunitarias.

Material y método

Se diseñó una intervención comunitaria participativa en centros de salud, hospitales y asociaciones de pacientes. Participaron 2.418 personas adultas. Se recogieron variables sociodemográficas, presencia de dolor persistente, autopercepción de afrontamiento mediante un sistema visual de tres niveles y una pregunta abierta sobre necesidades. Se realizó un análisis descriptivo de los datos cuantitativos y un análisis temático de las respuestas abiertas.

Resultados

El 41,6% de las personas se situó en nivel adecuado de afrontamiento, el 40,1% en situación intermedia y el 11,8% en situación de dificultad relevante. Más de la mitad de la población presentó dificultades para gestionar su dolor en la vida diaria. Las necesidades expresadas se agruparon en cinco ejes principales: ejercicio y movimiento, fisioterapia, acompañamiento profesional, apoyo emocional y mejora de hábitos de vida. Se observaron diferencias por género y edad, con peor afrontamiento en mujeres y en personas de mayor edad. La elevada participación y la consistencia de los resultados entre contextos refuerzan la validez de la herramienta como dispositivo de escucha comunitaria.

Conclusiones

El Semáforo del Dolor 2025 demuestra la viabilidad de una herramienta sencilla para recoger información relevante sobre afrontamiento y necesidades a gran escala. Los resultados permiten orientar la planificación de recursos hacia modelos de afrontamiento activo del dolor, priorizando intervenciones grupales, ejercicio terapéutico, fisioterapia y apoyo continuado desde Atención Primaria. La herramienta muestra potencial como instrumento de apoyo a la toma de decisiones en gestión sanitaria y como sistema de monitorización comunitaria transferible a otros territorios.

Implantación de un programa estructurado de educación terapéutica en atención primaria: impacto en la autogestión del paciente crónico.