

## LUMBALGIA Y GÉNERO EN LA POBLACIÓN TRABAJADORA PROTEGIDA POR ASEPEYO

La Organización Mundial de la Salud (OMS) define la lumbalgia como la presencia de dolor en la región lumbar, que comprende del borde inferior de las costillas en la espalda, a los glúteos.

La lumbalgia dificulta el movimiento y afecta a la calidad de vida y al bienestar, tanto físico como mental, y puede limitar las actividades laborales y la interacción con familiares y amigos.



Cerca del 90 % de las lumbalgias son inespecíficas. Se les llama así porque no se puede precisar una enfermedad concreta o un problema estructural musculoesquelético que explique el dolor. El 10 % restante se califican como lumbalgias específicas.

Según su duración, la Organización Mundial de la Salud clasifica las lumbalgias en tres categorías:

- Agudas, con una duración inferior a seis semanas.
- Subagudas, con una duración de seis a doce semanas.
- Crónicas, con una duración superior a doce semanas.

En la mayoría de los casos de lumbalgia aguda los síntomas desaparecen por sí solos, y las personas tienen una buena recuperación, pero en algunas personas los síntomas persisten y se cronifican.

En todo el mundo, la lumbalgia crónica es una causa importante de pérdida del trabajo, restricción de la participación en actividades y disminución de la calidad de vida.

La OMS estima que 619 millones de personas padecen lumbalgia, siendo la principal causa de discapacidad en todo el mundo. Se trata de un problema de salud pública, asociado a pérdida de productividad laboral que genera una enorme carga económica para las personas y la sociedad.

En España, según los datos del Instituto Nacional de Estadística, el 18,50 % de la población ha referido dolor de espalda crónico (lumbar); 14,71 % hombres, 22,09 % mujeres (datos de la Encuesta Nacional de Salud. España 2017).

Por ello, debido al impacto de la lumbalgia sobre la salud y, en concreto, en el contexto laboral, desde Asepeyo se ha querido profundizar y estudiar su comportamiento en la población trabajadora protegida.

### **La lumbalgia en la población trabajadora protegida por ASEPEYO**

Cada día 56 trabajadores protegidos por Asepeyo, 14 mujeres y 42 hombres, reciben asistencia sanitaria por un nuevo caso de lumbalgia.

Algunos de ellos, 1 mujer y 5 hombres, volverán a ser asistidos por Asepeyo en los próximos 6,25 años por algún nuevo caso de lumbalgia.

Asepeyo gestiona y protege las contingencias profesionales de más de 3,15 millones de trabajadores, lo que representa más del 15 % del total de afiliados al Sistema de la Seguridad Social español.

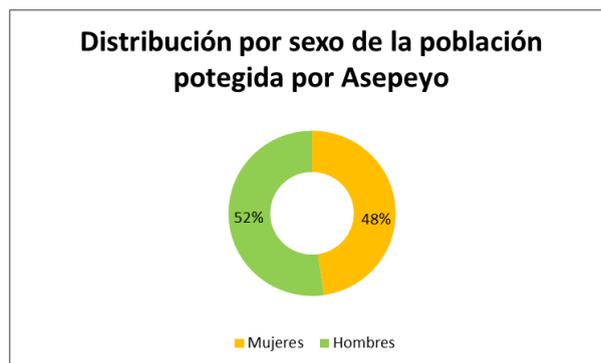
**Gráfico 1**



*Fuentes: Estadística de Accidentes de Trabajo, Avance enero -diciembre 2024, ATR-I1.1 ÍNDICES DE INCIDENCIA DE ACCIDENTES DE TRABAJO CON BAJA EN JORNADA (media anual de trabajadores afiliados a fin de mes a la Seguridad Social con cobertura de por contingencias profesionales de 20.353.139) y Cuadro de Mando Asepeyo, Indicadores Afiliación 12/2024 (media anual de 3.146.144 trabajadores protegidos por Asepeyo)*

El 47,74 % de los trabajadores protegidos por Asepeyo son mujeres, lo que equivale a una proporción de 9,02 mujeres por cada 10 hombres.

**Gráfico 2**



*Fuentes: Cuadro de Mando Asepeyo, Indicadores Afiliación 12/2024 y Ficheros PAP2025-NIF (1.491.901 mujeres y 1.654.243 hombres protegidos por Asepeyo)*

El 1,95 % de las mujeres y el 5 % de los hombres protegidos por Asepeyo presentaron algún caso de lumbalgia en el periodo considerado (01/2018 a 03/2024). La proporción de mujeres afectadas fue un 3,05 % menor que la de hombres.

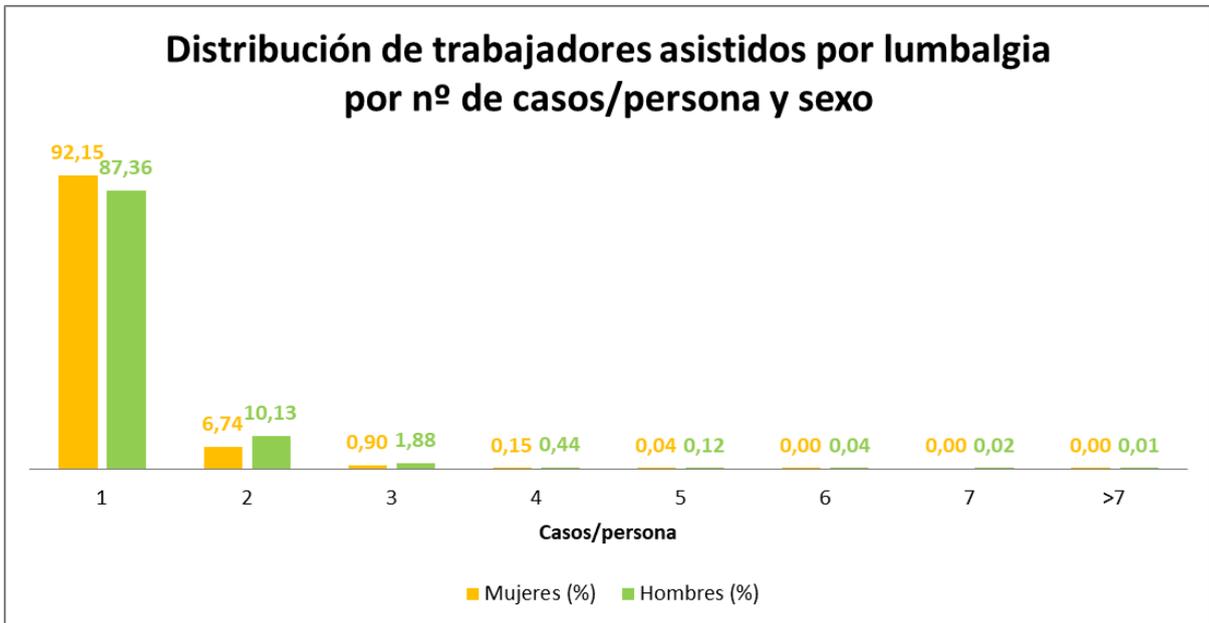
**Gráfico 3**



Fuente: Bases datos Asistencia Sanitaria Asepeyo 01/2018 - 03/2024  
(29.105 mujeres y 82.648 hombres con algún caso de lumbalgia)

Como se puede observar en los siguientes gráficos y tabla, de la mayoría de personas asistidas por lumbalgia durante el periodo considerado (01/2018 a 03/2024), el 92,15 % de las mujeres y el 87,36 % de los hombres presentaron un único caso. La proporción de personas con más de un caso fue mayor en hombres (12,64 %) que en mujeres (7,85 %), con una diferencia del 4,79 %.

**Gráfico 4**



Fuente: Bases datos Asistencia Sanitaria Asepeyo 01/2018 - 03/2024  
(29.105 mujeres y 82.648 hombres con algún caso de lumbalgia)

**Tabla 1**

Casos/persona		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Totales
<b>Mujeres</b>	Nº	26.821	1.963	262	44	13	1	0	0	0	1	<b>29.105</b>
	%	92,15	6,74	0,90	0,15	0,04	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	<b>100,00</b>
<b>Hombres</b>	Nº	72.202	8.376	1.553	364	101	30	14	3	4	1	<b>82.648</b>
	%	87,36	10,13	1,88	0,44	0,12	0,04	0,02	0,00	0,00	0,00	<b>100,00</b>

Fuente: Bases datos Asistencia Sanitaria Asepeyo 01/2018 - 03/2024

En cuanto a la incidencia por sexo de casos de esta patología en la población trabajadora protegida por Asepeyo, en la femenina es de 340,82 casos anuales por cada 100.000 mujeres, 0,37 veces menor que en la masculina, en la que es de 927,46 casos anuales por cada 100.000 hombres.

### **Lumbalgia de origen laboral**

La actividad laboral se relaciona con 28 nuevos casos de lumbalgia al día en la población trabajadora protegida por Asepeyo, 7 en mujeres y 21 en hombres.

El 50,23 % de los casos de lumbalgia diagnosticados en Asepeyo en el periodo de estudio (01/2018 a 03/2024) se han considerado relacionados con la actividad laboral (siendo calificados como contingencia profesional) tanto en el caso de las mujeres (50,37 %; 16.013 casos) como en el de los hombres (50,18 %; 48.134 casos). El 49,77 % restante se han considerado no relacionados con la actividad laboral, siendo calificados como contingencia común.

En cuanto a la incidencia por sexo de la lumbalgia relacionada con el trabajo de la población trabajadora protegida por Asepeyo, en el caso de la población femenina es de 171,68 casos anuales por cada 100.000 mujeres, 0,37 veces menor que en la masculina, donde es de 465,40 casos anuales por cada 100.000 hombres.

La incidencia por sexo de la lumbalgia no relacionada con la actividad laboral en la población trabajadora protegida por Asepeyo es ligeramente inferior a la relacionada con aquella, siendo de 169,15 casos anuales por cada 100.000 mujeres en la femenina, y de 462,06 casos anuales por cada 100.000 hombres en la masculina. La incidencia de lumbalgia en mujeres es también 0,37 veces menor que en los hombres.

## Edad

En los dos siguientes gráficos se muestra la distribución porcentual de los casos de lumbalgia de origen laboral en Asepeyo, según edad y sexo.

**Gráfico 5**



Fuente: Bases datos Asistencia Sanitaria Asepeyo 01/2018 - 03/2024 (16.013 casos lumbalgia origen laboral en mujeres)

**Gráfico 6**



Fuente: Bases datos Asistencia Sanitaria Asepeyo 01/2018 - 03/2024 (48.134 casos lumbalgia origen laboral en hombres)

Si bien se encuentran casos de lumbalgia laboral asociados a todas las edades, destacan, por su mayor concentración de casos, las edades de 43 y 45 años en la población femenina, con 544 y 545 casos respectivamente en el periodo estudiado (3,40 %), y la edad de 43 años en la masculina, con 1.820 episodios en dicho periodo (3,78 %).

Esto significa que cada semana 1,67 mujeres de 43 años, 1,67 mujeres de 45 años, y 5,58 hombres de 43 años son atendidos en Asepeyo por nuevos casos de lumbalgia relacionada con el trabajo.

En cuanto al intervalo de edad, el mayor número de casos de lumbalgia laboral se encuentra en el grupo de edad de 39 a 45 años en las mujeres (26,42 %) y de 40 a 46 años en los hombres (25,74 %).

Al dividir la muestra de casos en cuatro cuartiles similares según la distribución de los casos, se observa que:

- El 25,69 % de los casos de mujeres y el 24,71 % de los de hombres corresponden a menores de 35 años.
- El 23,74 % de los casos de mujeres y el 26,91% de los de hombres corresponden a personas de 35 a 42 años.
- El 25,52 % de los casos de mujeres y el 26,66 % de los de hombres corresponden a personas de 43 a 50 años.
- El 25,05 % de los casos de mujeres y el 21,77 % de los de hombres corresponden a mayores de 50 años.

Por lo que, en la población del estudio, las mujeres presentan mayor proporción de casos de lumbalgia relacionada con el trabajo antes de los 35 años (+ 2,43 %) y después de los 50 (+ 3,34 %) que la población de hombres del estudio, pero menor que estos de los 35 a los 42 (-3,17 %) y de los 43 a los 50 (-1,14 %).

## Ocupación

A continuación se muestran las distribuciones de los casos de lumbalgia considerados de origen laboral según la ocupación y sexo. Para definir la ocupación se ha utilizado la Clasificación Nacional de Ocupación (CNO).

En ambos gráficos se presentan, en orden descendente, las 25 ocupaciones que acumulan el mayor número de casos, en el primero las de la población trabajadora femenina, y en el segundo las de la masculina.

Gráfico 7



Fuente: Bases datos Asistencia Sanitaria Asepeyo 01/2018 - 03/2024 (16.013 casos lumbalgia origen laboral en mujeres)

Gráfico 8



Fuente: Bases datos Asistencia Sanitaria Asepeyo 01/2018 - 03/2024 (48.134 casos lumbalgia origen laboral en hombres)

Comparando los anteriores gráficos, puede observarse que la distribución de lumbalgias según ocupación y sexo es diferente tanto en el porcentaje de distribución de casos por ocupación como en las propias ocupaciones. Sólo 10 de estas coinciden en ambos gráficos, y lo hacen en diferentes distribución y proporción.

Tal como se evidencia en el gráfico 7, en el caso de las mujeres, cuatro ocupaciones concentran el 34,49 % de los casos de lumbalgia, que corresponden a los códigos CNO 5220, 5611, 9210 y 5710.

Cada semana, Asepeyo atiende a 5,91 vendedoras en tiendas y almacenes (código CNO 5220), 4,52 auxiliares de enfermería hospitalaria (código CNO 5611), 3,55 limpiadoras de oficinas, hoteles y otros establecimientos similares (código CNO 9210) y 2,96 cuidadoras personales a domicilio (código CNO 5710) por un nuevo caso de lumbalgia relacionada con el trabajo.

En cuanto al gráfico 8, que muestra la distribución en la población masculina del estudio, las cuatro ocupaciones con más casos de lumbalgia en los hombres representan el 18,84 % del total, que corresponden a los códigos CNO 7121, 9811, 7899 y 8432.

Semanalmente, 8,60 albañiles (código CNO 7121), 6,89 peones del transporte de mercancías y descargadores (código CNO 9811), 6,86 oficiales, operarios y artesanos de otros oficios no clasificados bajo otros epígrafes (código CNO 7899) y 5,46 conductores asalariados de camiones (código CNO 8432) son atendidos en Asepeyo por un nuevo caso de lumbalgia relacionada con el trabajo.

El estudio también muestra que, para ambos sexos, los casos de lumbalgia relacionada con el trabajo asistidos en Asepeyo se encuentran distribuidos en 468 ocupaciones, lo que representa el 93,23 % del total de códigos de CNO (502 códigos).

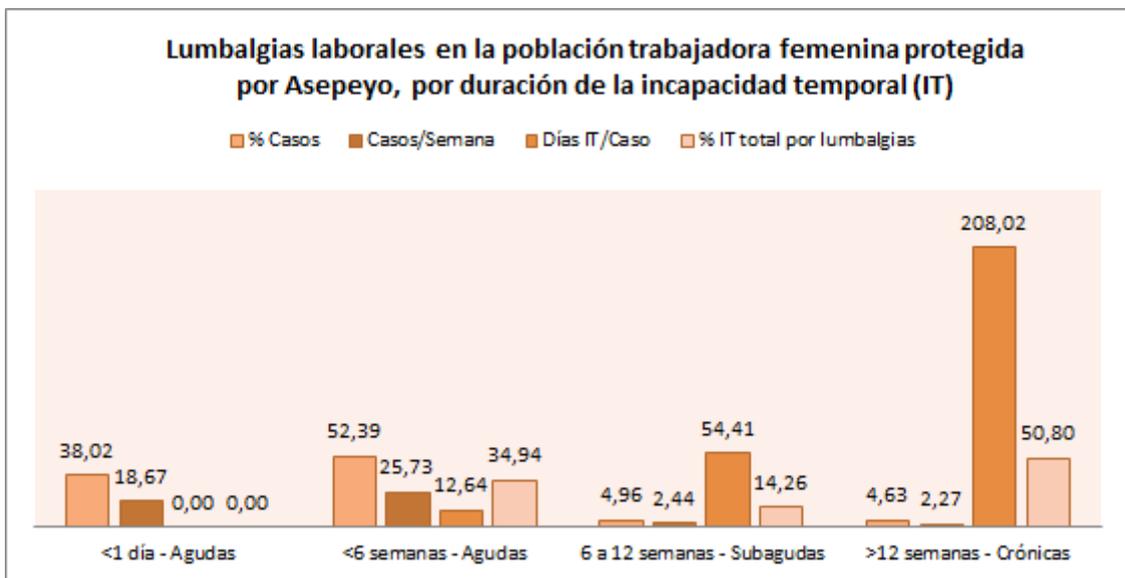
Los casos de lumbalgia en mujeres se distribuyen en 377 ocupaciones (75,10 %) y en hombres en 441 ocupaciones (87,85 %).

### **Incapacidad temporal para el trabajo (IT)**

Cada día, 28,11 trabajadores protegidos por Asepeyo presentan un nuevo caso de lumbalgia relacionada con el trabajo. 11,29 de ellos podrán reincorporarse al trabajo al día siguiente, mientras que los 16,82 restantes no podrán hacerlo hasta al cabo de 28,48 días, acumulando, entre todos, un total de 479,04 días de incapacidad temporal.

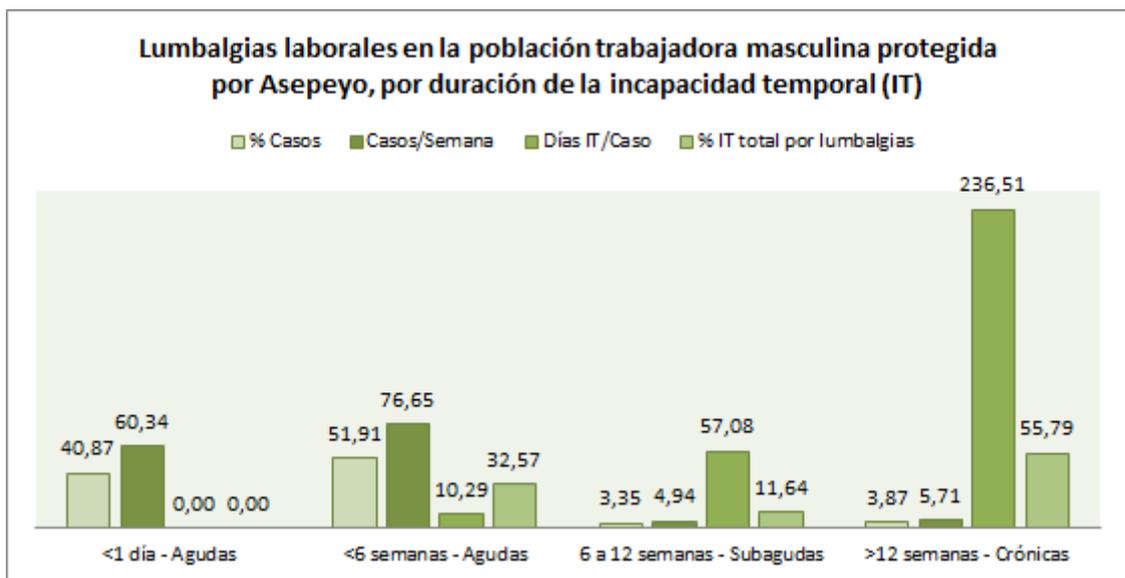
Pero no todas las lumbalgias duran lo mismo ni tienen igual pronóstico médico, por lo que la OMS las clasifica en agudas, subagudas y crónicas. Los siguientes dos gráficos muestran las distribuciones según dicha clasificación de los casos y su IT, así como sus correspondientes frecuencias semanales y duraciones medias, en las poblaciones trabajadoras de mujeres y hombres protegidas por Asepeyo desde enero de 2018 a marzo de 2024, ambos incluidos. En ellos se relacionan la duración de la lumbalgia y la incapacidad temporal para las actividades laborales asociadas, diferenciándose las que han presentado menos de un día completo de ausencia del trabajo de las demás lumbalgias agudas.

**Gráfico 9**



Fuente: Bases datos Asistencia Sanitaria Asepeyo 01/2018 - 03/2024 (16.013 casos de lumbalgia laboral de mujeres)

**Gráfico 10**



Fuente: Bases datos Asistencia Sanitaria Asepeyo 01/2018 - 03/2024 (48.134 casos de lumbalgia laboral de hombres)

### **IT en lumbalgias crónicas**

Menos del 5 % de los casos de lumbalgia son crónicos, pero en conjunto provocan más del 50 % de la IT total por esta patología. Esto se debe a la elevada duración media de estos casos:

- En la población femenina, el 4,63 % de los casos de lumbalgia son crónicos y ocasionan el 50,80 % de la IT por dicha patología en las mujeres con lumbalgia. La duración media es de 208,2 días por caso.
- En la población masculina, la distribución de casos de lumbalgia crónica es ligeramente inferior a la de la femenina, el 3,87 %, pero se asocia a un porcentaje mayor de IT, el 55,79 %, ya que la duración media de los casos en hombres es de 236,51 días por caso, 28,49 días más que en el caso de las mujeres.

### **IT en lumbalgias agudas**

Más del 50 % de los casos de lumbalgia aguda se asocian a IT. Sin embargo, en el análisis general de toda la patología lumbar, las lumbalgias agudas generan cerca de un tercio de la IT total por lumbalgias, menos que los casos de lumbalgia crónica (50 %). Esto se debe a que la duración media por caso es mucho menor:

- En la población femenina, el 52,39 % de los casos de lumbalgia son agudos con IT, relacionados con el 34,94 % de la IT por dicha patología en la población de mujeres. La duración media es de 12,64 días por caso.
- En la población masculina, la distribución de casos agudos de lumbalgia con IT (51,91 %), la de la IT asociada a ellos (32,27 %) y la duración media de cada caso (10,29 días/caso) son inferiores a las de la población femenina.

En torno a 4 de cada 10 casos de lumbalgia (el 38,02 % de los de la población femenina y el 40,87 % de los de la masculina) se relacionan con menos de 1 día de incapacidad temporal.

### **IT en lumbalgias subagudas**

La distribución de los casos de lumbalgia subaguda es similar a la de los casos de lumbalgia crónica, pero con una duración de cerca del 25 % menor. Las lumbalgias subagudas representan un porcentaje muy inferior en cuanto a los días totales de IT respecto a los casos crónicos y a los agudos:

- En la población femenina, el 4,96 % de los casos de lumbalgia son subagudos, y se relacionan con el 14,26 % de la IT por dicha patología en mujeres con lumbalgia. La duración media es de 54,41 días por caso.

- En la población masculina, la distribución de casos agudos de lumbalgia con IT (3,35 %) y la de la IT asociada a ellos (11,64 %) son menores que en la población femenina, y la duración media (57,08 días/caso) es superior.

## Conclusiones

La lumbalgia en todas sus tipologías (aguda, subaguda y crónica) es una patología con elevada prevalencia poblacional. Tal y como estima la Organización Mundial de la Salud, es la primera causa de discapacidad en el mundo, con pérdida de calidad de vida y de capacidad funcional y laboral.

En cuanto a los casos de lumbalgia presentes en la población protegida por Asepeyo e incluidos en el periodo de estudio (de 1/01/2018 al 31/3/2024), se han considerado relacionados con la actividad laboral el 50,23 % (127.712 casos en total; considerados laborales 64.147 casos).

La distribución según sexo de los casos de lumbalgia de origen laboral evidencia una clara diferencia por sexo, en cuanto a que el 25 % de los casos se asocia a mujeres y el 75 % restante a hombres.

Al relacionar la patología con la actividad laboral, en este estudio se ha evidenciado que las personas que han sido diagnosticadas de lumbalgia, tanto mujeres como hombres, desarrollan diferentes tipos de actividades, presentando una distribución heterogénea en cuanto a la asociación de Códigos Nacionales de Ocupación, que implica más del 93 % de los 510 códigos presentes en en la Tabla de ocupación de la Seguridad Social.

En cuanto a la edad, los casos de lumbalgia se distribuyen de forma heterogénea en un amplio intervalo de edades, tanto en mujeres como en hombres, iniciándose en la década de los 20 años hasta finales de la década de los 50 años, concentrándose de forma similar para ambos sexos en el inicio de la década de los 40 años.

En cuanto al tipo de lumbalgia según duración, la lumbalgia aguda es el tipo de lumbalgia más asociado a los casos del estudio (90,41 % en mujeres; 92,87 % en hombres). Sin embargo, la lumbalgia crónica es el tipo de lumbalgia más limitante, relacionada con el 50,80 % de la incapacidad temporal causada por lumbalgias de la población femenina y el 55,79 % de la masculina en el periodo de estudio, aunque únicamente supone el 4,63 % de los casos en mujeres y el 3,87 % en hombres.

Se necesitará llevar a cabo nuevos estudios para poder profundizar en el análisis de las poblaciones y sus características que permitan llevar a cabo acciones específicas para prevenir el desarrollo de esta patología.

Asepeyo, con el conocimiento y experiencia en el manejo de patología musculoesquelética y en la prevención de riesgos relacionados con estas enfermedades, ha desarrollado diferentes estrategias y acciones que contribuyen a la disminución del desarrollo de esta tipología de enfermedad tan limitante.

La prevención de riesgos desde la visión de ergonomía permite abordar desde la prevención primaria y promoción de la salud, hasta el estudio de los puestos de trabajo y el asesoramiento en su diseño para disminuir la exposición a riesgos musculoesqueléticos asociados a una patología limitante asociada a la importante pérdida de capacidad funcional y laboral.

---

**Autor:**

*Juan Luis Rodríguez Vilaró, Técnico Dirección Prevención Asepeyo. Comité Científico Asepeyo*

**Colaboradora:**

*Dra. Leyre de la Peña Perea, Técnica Dirección Asistencia Sanitaria Asepeyo. Comité Científico Asepeyo*

**Supervisor:**

*Santos Huertas Ríos, Director Innovación e Investigación de Dirección Prevención Asepeyo.*

 ASEPEYO

