

# VIVIR CON DOLOR CRÓNICO

5 años 10 años 15 años 20 años 25 años 35 años 40+ años

## Experiencias Reales

¿Cómo afecta tu dolor a tu estado de ánimo y salud mental?



“ El dolor crónico tiene un impacto enorme en mi salud mental. **La soledad pesa mucho** y, en algunos momentos, puede volverse insoportable. Vivir con dolor crónico puede desencadenar mi depresión y hacer que se intensifique en ciertos períodos ”



**Clara Burgos**  
57 años



Síndrome del Intestino Irritable (SII). Dolor Lumbar, Dolor Ciático.



Viviendo con dolor crónico



Sensación de dolor punzante, punzadas y hormigueo



Impacto en la calidad de vida: "Me impide realizar actividades diarias normales y aquellas que disfruto. El dolor crónico es agotador. Para media tarde, estoy tan fatigada que ya no puedo hacer ninguna actividad física"



Mayor desafío: "Tener que soportar el dolor crónico sola cada día. El estrés adicional que conllevan los problemas financieros"

