

Cómo le ha ido durante este año.

Durante un año ha venido a la Unidad del Dolor y ha respondido a nuestras preguntas cuatro veces. Este informe le cuenta qué hemos visto en sus respuestas.

Está escrito para usted, no para su médico. Puede leerlo con calma. Puede enseñárselo a quien quiera. Y puede traerlo a la consulta si le sirve.

Tres cosas antes de empezar

Esto no es un diagnóstico. No cambia su tratamiento ni sustituye a su médico.

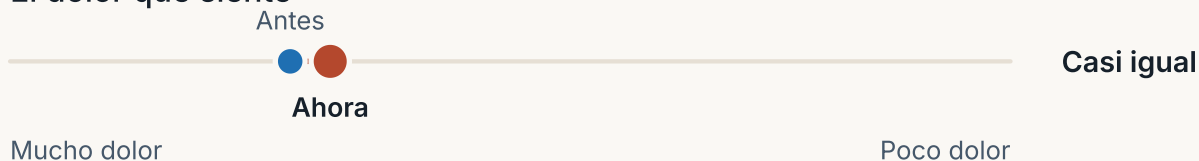
No hay nada que aprobar ni suspender. Aquí no hay notas.

Sus respuestas son suyas. Nadie de su familia ni de su entorno las ha visto.

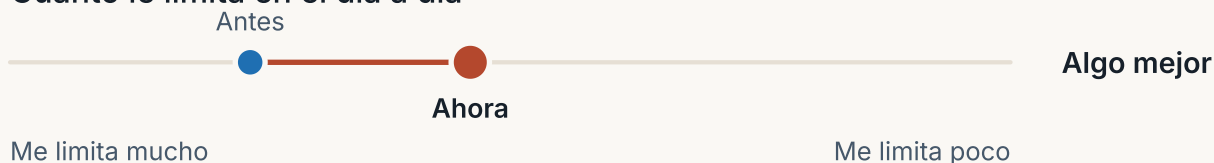
Tres cosas que le preguntamos.

El punto azul es cómo estaba cuando empezó. El punto naranja es cómo está ahora. Cuanto más a la derecha, mejor.

El dolor que siente



Cuánto le limita en el día a día



Cosas que puede hacer



● Cuando empezaste ● Ahora En las tres líneas, más a la derecha es mejor.

Su dolor está casi igual que al principio. No le vamos a decir lo contrario.

Pero el dolor le limita menos que antes. Y hace más cosas que cuando empezó: más paseos, más tareas de casa, más salidas.

Que el dolor siga ahí no significa que este año no haya servido.

En el dolor crónico, muchas veces la intensidad se mueve poco. Es lo más frecuente, y no es un fracaso suyo ni del tratamiento.

Por eso no le preguntamos solo cuánto le duele. Le preguntamos también cuánto le limita y qué puede hacer. Esas dos cosas **sí han cambiado**, y no son un premio de consolación: son el resultado que más se nota en el día a día.

Dicho de otra forma: hace un año el dolor decidía buena parte de su semana. Ahora decide menos. El dolor sigue estando, pero ocupa menos sitio.

Esto describe lo que hemos medido en usted durante este año. No predice lo que va a pasar el año que viene, ni en un sentido ni en otro.

Con quién hablar.

Su próxima cita en la Unidad

Puede traer este informe. A veces ayuda a explicar cómo ha ido el año sin tener que recordarlo todo de memoria.

Si el dolor empeora

Llame a la Unidad del Dolor al **900 000 000**, de lunes a viernes por la mañana. No hace falta esperar a la próxima cita.

Si se encuentra muy bajo de ánimo

Convivir con dolor durante años cansa mucho, y es normal que afecte al ánimo. Puede comentárselo a su médico de familia. También existe el teléfono **024**, gratuito y disponible a cualquier hora, todos los días.

Esta información aparece en el informe de todas las personas. No significa que hayamos visto nada preocupante en sus respuestas.

Sus respuestas

Se guardan sin su nombre y solo se usan junto a las de las demás personas del estudio. Si quiere que las borremos, dígalo en la Unidad y se borran.