



UNIVERSIDAD DE MEDICINA ORIENTAL JAPÓN NICARAGUA UMO – JN

MINISTERIO DE SALUD - MINSA INSTITUTO DE MEDICINA NATURAL Y TERAPIAS COMPLEMENTARIAS - IMNTC

Proyecto de Graduación para Optar al Título de Especialista en Acupuntura

Proyecto para el abordaje de Lumbalgia con Medicina Natural y Terapias Complementarias en el Centro de Salud “Julio César Machado Romero” del SILAIS Rio San Juan, del 1 de julio al 31 de diciembre del 2025

Autora: Rosaybel Balladares Olivas
Médico General

Tutor: Dr. Francisco Javier Toledo Cisneros
MSc. En Epidemiología

Río San Juan, 05 de junio 2025

ÍNDICE

INTRODUCCIÓN	4
JUSTIFICACIÓN	7
OBJETIVOS	9
ALCANCE Y VIABILIDAD.....	10
IDENTIFICACIÓN DE LOS BENEFICIARIOS	11
DEFINICIÓN DE LAS METAS.....	11
DEFINICIÓN DE LAS TAREAS.....	12
IDENTIFICACIÓN DE RIESGO.....	18
CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES.....	20
PRESUPUESTO	21
BIBLIOGRAFÍA	22
ANEXOS	23

RESUMEN

Nombre del proyecto:

Proyecto para el abordaje de lumbalgia con Medicina Natural y Terapias Complementarias en el Centro de Salud "Julio César Machado Romero" de SILAIS Río San Juan, Nicaragua del 1 de julio al 31 de diciembre del 2025.

Metodología de trabajo:

Al observar el problema de salud identificado de lumbalgia, en los grupos de usuarios mencionados, se realizará un cronograma de actividades y un plan de acción que genere un descenso de futuros casos, cuya finalidad identifique el impacto de dicho proyecto, en la disminución de la demanda y de las consultas por dolor crónico lumbar en la clínica de Medicina Natural y Terapias Complementarias.

De acuerdo con lo anterior mencionado, se implementará un proyecto aplicativo comunitario de salud para el abordaje de lumbalgia con Medicina Natural y Terapias Complementarias en el Centro de Salud "Julio César Machado Romero" SILAIS Río San Juan.

Palabras claves: Terapias Complementarias, Medicina, Dolor de la Región Lumbar, Dolor Crónico.

balladaresolivasrosaybel@gmail.com

INTRODUCCIÓN

La lumbalgia conocida comúnmente como dolor lumbar es una de las causas principales de consulta puede tener muchas causas, ya que esto es un síntoma y no una patología como tal. Por definición es un dolor que va desde la última costilla hasta el pliegue de los glúteos. (1)

La medicina natural ofrece alternativas como la fitoterapia, la nutrición funcional y recursos naturales para aliviar el dolor y reducir la inflamación, por su parte las terapias complementarias como la acupuntura, el masaje terapéutico y las técnicas mente-cuerpo han demostrado eficacia en el manejo del dolor lumbar, mejorando no solo los síntomas físicos, sino también el bienestar emocional.

El dolor lumbar crónico es un problema común que afecta aproximadamente al 80% de la población mundial al menos una vez en la vida. Es una condición músculo-esquelético frecuente, supone la quinta causa más común de visita sanitaria, con restricción de la movilidad, discapacidad a largo plazo y disminución de la calidad de vida, en personas de entre 45-64 años. (2)

Su costo de tratamiento es uno de los más altos debido a su historia natural de cronicidad y recurrencia, que impone una carga económica enorme, no sólo en términos de gastos sanitarios, sino también por el notable absentismo laboral y la considerable pérdida de días de trabajo. (2)

Por lo que existe una necesidad de obtener una gestión eficaz del dolor lumbar. Teniendo en cuenta que los enfoques de gestión tradicionales no han logrado reducir la incidencia del dolor lumbar crónico, diferentes estudios han intentado probar la efectividad de técnicas complementarias y alternativas de fisioterapia en el alivio de los síntomas de estos pacientes. (2)

Se define la lumbalgia como el dolor o malestar localizado entre el borde inferior de las últimas costillas y el pliegue inferior de la zona glútea, con o sin irradiación a una o ambas piernas, sin que esta irradiación por debajo de la rodilla deba ser considerada de origen radicular. (3)

La importancia de la epidemiología en el dolor lumbar crónico se basa en tres pilares básicos:

Procura información sobre la magnitud del problema permitiendo valorar la demanda de recursos médicos y sociales apropiados para estimar los recursos de salud que serían necesarios para abordar el problema.

Informa sobre la historia natural, lo cual es importante para aconsejar a los pacientes acerca del pronóstico y el tratamiento y es fundamental para determinar la eficacia verdadera de los tratamientos.

Permite determinar asociaciones entre el dolor y factores individuales y externos, que puede permitir la identificación de factores de riesgo, condición indispensable para modificarlos o eliminarlos. (4)

La lumbalgia puede ser causada por diversos factores, tales como como lesiones musculares, problemas en el disco intervertebrales, afecciones articulares o incluso malas posturas al estar sentado o al levantar objeto. (5)

JUSTIFICACIÓN

La lumbalgia es una de las principales causas de consulta médica y discapacidad funcional en Nicaragua, afectando especialmente a adultos mayores y personas en edad productiva. En el centro de salud Julio César Machado Romero, se ha observado una alta incidencia de pacientes con dolor lumbar, lo que impacta negativamente en su calidad de vida y en la capacidad operativa del sistema de salud.

En respuesta a esta problemática, el ministerio de salud (MINSA) ha promovido la integración de la medicina natural y las terapias complementarias en el modelo de atención primaria, respaldado por la ley N° 774, ley de medicina natural, terapias completarías y productos naturales. Esta legislación reconoce la eficacia de prácticas como la acupuntura, la fitoterapia, la Moxibustión y las terapias mente-cuerpo en el tratamiento de diversas afecciones, incluida la lumbalgia. Implementar un proyecto que integre estas terapias en el centro de salud Julio César Machado Romero permitirá ofrecer un abordaje integral y humanizado a los pacientes con lumbalgia, reduciendo la dependencia de analgésicos convencionales y sus efectos secundarios. Asimismo, fortalecerá las capacidades del personal de salud y contribuyendo al bienestar de la comunidad.

El Centro de Salud "JULIO CÉSAR MACHADO ROMERO" del Municipio de San Carlos comunidad las Azucenas SILAIS Rio San Juan tiene a la red comunitaria y al personal de salud ya capacitado en las diferentes Clínicas de Medicina Natural y Terapias Complementarias con una gama de servicios de medicina natural que permiten ayudar a la familia a combatir sus afecciones comunes con amplio conocimiento

Ofrece dentro de su cartera de servicios de salud, el tratamiento de enfermedades por medio de la medicina natural y tratamiento complementario, lo que se traduce en una atención en salud holística, integral y personalizado.

El Gobierno de Reconciliación y Unidad Nacional presidido por el comandante Daniel Ortega y la Compañera Rosario Murillo en el marco de la restitución de derechos al pueblo nicaragüense a través del Ministerio de Salud como ente rector del sector salud, en cumplimiento con lo establecido en la Constitución Política de la República de Nicaragua, facultado por la Ley General de Salud, establece el Modelo de Salud Familiar y Comunitario (MOSAFC) como la ruta para lograr la Equidad en el sector.

La estrategia de Medicina Natural y Terapias Complementarias tiene como visión la continuidad del proceso de desarrollo de capacidades en Medicina Natural y Terapias Complementarias, así como de educación, difusión y promoción de la salud del modelo de salud familiar y comunitaria.

OBJETIVOS

Objetivo general:

Realizar un proyecto para el abordaje de lumbalgia con Medicina Natural y Terapias Complementarias en el Centro de Salud "JULIO CÉSAR MACHADO ROMERO", del municipio de San Carlos Comunidad las Azucenas SILAIS RIO SAN JUAN, Nicaragua del 1 de julio al 31 de diciembre del 2025

Objetivos específicos:

1. Identificar los factores predisponentes de lumbalgia en la población atendida en el centro de salud Julio César Machado Romero.
2. Aplicar terapias complementarias como acupuntura, masajes terapéuticos y técnicas mente-cuerpo para el manejo integral del dolor lumbar.
3. Evaluar la efectividad de la fitoterapia en la reducción de síntomas asociados a la lumbalgia.
4. Promover cambios en el estilo de vida de los pacientes, incluyendo actividad física y alimentación.

ALCANCE Y VIABILIDAD

En el municipio de San Carlos Comunidad las Azucenas tiene la asignación territorial con una población estimada para el año 2025 de 4251 habitantes y una densidad poblacional de 120 habitantes por Km² de las que el 51.2% de la población es sexo femenino y el 28.7% se encuentra en edad de 10 a 20 años, área urbana, con un total de 5 barrios, 4 ESAFC.

El Centro de Salud JULIO CÉSAR MACHADO ROMERO” en el SILAIS RIO SAN JUAN, comunidad las Azucenas sector 3 contiguo a la iglesia adventista dentro del cual se encuentra: un área de emergencia, consulta externa, sala de observación, Sala de UAF, clínica de medicina natural.

Se encontró en el Centro de Salud JULIO CÉSAR MACHADO ROMERO que 705 de 1344 pacientes, fueron atendidos con el diagnóstico de lumbalgia en el transcurso del año 2025 con predominio entre los grupos de edades de 35 a 49 años y el sexo Femenino.

IDENTIFICACIÓN DE LOS BENEFICIARIOS

El Centro de Salud “JULIO CÉSAR MACHADO ROMERO” tiene una asignación poblacional de 4251 habitantes, en donde el grupo etario entre 35-49 años será el beneficiario directo de las acciones de este proyecto.

DEFINICIÓN DE LAS METAS

Para este proyecto se establece como meta al grupo etario entre 35-49 (250) años, los que se encuentran en el sector laboral tanto informal como institucional, este grupo representa el 5.8% de la población asignada del Centro de Salud “JULIO CÉSAR MACHADO ROMERO” para el año 2025.

Disminuir la intensidad del dolor en pacientes mediante la aplicación de terapias como (ventosa, acupuntura, Moxibustión, fármaco acupuntura).

Promover el uso terapéutico y seguro de la fitoterapia como complemento en el tratamiento de lumbalgia.

Evaluar la efectividad clínica de las terapias complementarias en el tratamiento de lumbalgia.

Aliviar tensiones musculares mediante el uso de Moxibustión y ventosa.

DEFINICIÓN DE LAS TAREAS

El proyecto para la prevención, promoción y educación sobre dolor crónico de lumbalgia, que se implementará en el Centro de Salud “JULIO CÉSAR MACHADO ROMERO”, tendrá un pequeño organigrama que se desprende del director del área de salud y que su ejecución será coordinada por el responsable de la Clínica de Medicina Natural y Terapias Complementarias (CMNTC), responsable de Docencia, colaboradores voluntarios, brigadistas de salud.

Funciones por cada participante:

Director de área de salud

Monitorear la evolución de los pacientes diagnosticados con lumbalgia, evaluar los resultados de los tratamientos aplicados y ajustar el enfoque del proyecto según sea necesario. Esto incluye la recopilación y análisis de datos sobre la eficacia del tratamiento.

Gestionar los recursos materiales y humanos del centro de salud, asegurando que haya suficiente equipamiento médico, recursos educativos y apoyo profesional para el proyecto y manejar el presupuesto del proyecto para maximizar el impacto

Supervisar la planificación, ejecución y evaluación de las actividades del proyecto de salud enfocado en la lumbalgia. Esto incluye establecer metas y objetivos, coordinar el cronograma y asegurar la disponibilidad de recursos

Asegurarse de que los profesionales de la salud (médicos, fisioterapeutas, enfermeros, etc.) estén bien informados sobre el protocolo de atención de lumbalgia y que reciban capacitación continua sobre prácticas y enfoques terapéuticos

Desarrollar campañas educativas dentro de la comunidad para prevenir la lumbalgia, enseñar posturas correctas, técnicas de manejo del estrés físico y promover la actividad física regular

Asegurar que los pacientes reciban atención de calidad, sigan los estándares de seguridad y cuenten con el apoyo adecuado durante todo el proceso de tratamiento de la lumbalgia

Coordinar con otras instituciones de salud, organismos gubernamentales y asociaciones especializadas en dolor musculoesquelético para compartir conocimientos, recursos y experiencias, en el manejo de casos complejos de lumbalgia, que requieran un enfoque interdisciplinario en la atención de esta patología.

Responsable de Clínica de medicina natural

Realizar un seguimiento continuo del progreso de los pacientes, evaluando la efectividad de los tratamientos aplicados y realizando ajustes según sea necesario.

Registrar los resultados clínicos de los pacientes para analizar la evolución de la lumbalgia y ajustar los tratamientos naturales de manera que se maximice el alivio del dolor.

Evaluar la implementación de terapias complementarias y alternativas, asegurándose de que los tratamientos naturales sean realizados de manera segura y profesional, de acuerdo con las normativas de salud.

Evaluar la respuesta del paciente a tratamientos previos, identificando áreas de mejora.

Integrar la medicina convencional y natural, cuando sea necesario, colaborando con otros profesionales de la salud para asegurar una atención multidisciplinaria.

Instruir a los pacientes sobre métodos naturales para controlar y prevenir el dolor de la lumbalgia, como posturas correctas, ejercicios de estiramiento y técnicas de respiración.

Promover la salud integral, enfocándose en el bienestar físico, emocional y mental como parte del tratamiento natural para la lumbalgia.

Capacitar al personal involucrado en la clínica del dolor sobre los principios y técnicas de la medicina natural, para que puedan asistir adecuadamente a los pacientes.

Desarrollar programas de prevención de la lumbalgia, enseñando a la comunidad sobre el uso adecuado de técnicas de autocuidado para evitar el dolor crónico.

Responsable de Docencia

Organizar eventos educativos como charlas, jornadas de salud o clases comunitarias en escuelas, centros de salud y espacios públicos para informar a la población sobre cómo prevenir y tratar la lumbalgia.

Coordinar con otros responsables de áreas como bienestar social o educación para asegurar que la información sobre lumbalgia llegue a todos los sectores de la comunidad.

Desarrollar e implementar programas educativos que beneficien tanto a la comunidad como a los profesionales de salud, sensibilizar a la población sobre la importancia de la prevención y el tratamiento de la lumbalgia, y fomentar un enfoque integral y actualizado para manejar esta condición en el ámbito local.

Crear material educativo accesible sobre la lumbalgia, como folletos, carteles, videos o recursos digitales, que faciliten la comprensión del problema y el acceso a la información sobre cómo prevenirlo y tratarlo.

Distribuir estos materiales de manera efectiva en centros de salud, escuelas, lugares de trabajo y otras instituciones municipales.

Utilizar estrategias de comunicación efectivas para llegar a diferentes públicos, adaptando los mensajes a los distintos grupos de edad, nivel educativo, y situación socioeconómica de la población municipal.

Formar a los profesionales de la salud del municipio (médicos, fisioterapeutas, enfermeros, etc.) en las últimas actualizaciones sobre el tratamiento de la lumbalgia, integrando enfoques médicos convencionales y naturales.

Implementar campañas en medios locales (radio, televisión, redes sociales, carteles) para difundir información sobre la lumbalgia, cómo prevenirla y qué hacer en caso de tenerla.

Colaboradores voluntarios y brigadistas de salud

Enseñar a la población técnicas de prevención, como posturas correctas al sentarse, levantar objetos, realizar ejercicios de estiramiento y fortalecer la musculatura lumbar.

Ayudar a organizar eventos de ejercicio físico, como caminatas, clases de yoga o gimnasia, específicamente orientados a prevenir problemas de la columna vertebral y la lumbalgia.

Orientar a la comunidad sobre los recursos de salud disponibles y como acceder a los servicios de salud gratuitos, guiándolos para que se registren o soliciten citas médicas en el centro de salud el municipio.

Educar sobre hábitos saludables, fomentar el autocuidado y la participación activa de todas las personas de la comunidad independientemente de su edad, género o nivel de capacidad física.

Colaborar en la organización de campañas de salud (por ejemplo, jornadas de atención médica o ferias de salud), donde los brigadistas pueden ayudar a montar stands informativos, distribuir material educativo, y coordinar las actividades.

Difundir información sobre la lumbalgia a la comunidad, explicando sus causas, factores de riesgo, síntomas y medidas de prevención.

Brindar apoyo emocional y motivar a los pacientes a continuar con su tratamiento, participación en ejercicios terapéuticos, y mantener una actitud positiva hacia su recuperación.

Realizar actividades educativas en la calle, en mercados, centros deportivos, o eventos públicos para llegar a una mayor cantidad de personas y aumentar la conciencia sobre la importancia de prevenir el dolor lumbar.

Realizar actividades de seguimiento después de las jornadas para asegurarse de que los pacientes continúan aplicando las recomendaciones y hábitos saludables en su vida diaria.

IDENTIFICACIÓN DE RIESGO

Pacientes con lumbalgia que no terminan su terapia en la clínica de medicina natural.

Falta de conocimiento de la terapia natural y medicina complementaria desde la oferta de servicios de salud.

Falta de empoderamiento de la medicina natural por parte de todos los trabajadores del Centro de Salud "JULIO CÉSAR MACHADO ROMERO".

Exceso de trabajo en los colaboradores del centro de salud de cara a la atención directa en salud.

Modos de vida no saludables en la población (sedentarismo, falta de ejercicio físico, mala alimentación).

Desconocimiento de la promoción y prevención salud.

PLAN DE ACCIÓN

Los sectores del Centro de Salud "JULIO CÉSAR MACHADO ROMERO" cuenta con 1 empresa, 3 centros de estudios, 2 iglesias evangélicas, 1 iglesia católica, entre otros.

En relación a la población meta, el Proyecto para el abordaje de lumbalgia con Medicina Natural y Terapias Complementarias en el Centro de Salud "JULIO CÉSAR MACHADO ROMERO", del municipio de San Carlos comunidad las Azucenas SILAIS RIO SAN JUAN, Nicaragua del 1 de julio al 31 de diciembre del 2025 implementará las siguientes actividades:

- Realizar historia clínica enfocada en dolor lumbar.
- Evaluar movilidad de columna lumbar con terapias Complementarias (Taichi).
- Evaluar hábitos de vida (sedentarismo, estrés).
- Taller sobre higiene postural en casa y el trabajo como es uso correcto de sillas,
- levantar peso, dormir).
- Red de promotores de salud capacitados en terapias naturales básicas.
- Se realizarán 8 sesiones con una frecuencia de acuerdo el dolor del paciente
- Se aplicará terapia a paciente con dolor agudo cada 8 días.
- Se aplicará terapia a pacientes con dolor crónico cada 15 días.
- Las terapias a aplicar son: Auriculoterapia, Acupuntura, fármaco acupuntura.

CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES

El presente proyecto para el abordaje de lumbalgia con Medicina Natural y Terapias Complementarias en el Centro de Salud "JULIO CÉSAR MACHADO ROMERO", del municipio de san Carlos comunidad las Azucenas, SILAIS RIO SAN JUAN, Nicaragua del 1 de julio al 31 de diciembre del 2025, tendrá como meta 18 actividades divididas en 4 grandes rubros, los que a su vez se desprenden 2 sub actividades, con su fecha de inicio y finalización por cada ítem. (ver ANEXO 4)

PRESUPUESTO

Presupuesto de proyecto para el abordaje de lumbalgia con Medicina Natural y Terapias Complementarias en el Centro de Salud "JULIO CÉSAR MACHADO ROMERO", del municipio de San Carlos comunidad las Azucenas, SILAIS RIO SAN JUAN, Nicaragua del 1 de julio al 31 de diciembre del 2025.

Nº	RUBRO MATERIAL	COSTO UNITARIO (C\$)	CANTIDAD	SUBTOTAL (C\$)
1	Personal y Recursos Humanos (viáticos y pagos)	30,000.00	6	45,000.00
2	Material y Equipamiento (Insumos médicos, jeringas, motas de algodón, semillas, agujas, software y equipos)	2,000.00	3	6,000.00
3	Infraestructura y logística (material de oficina)	1,500.00	2	3,000.00
4	Capacitación y divulgación (Material educativo, perifoneo)	1,000.00	2	2,000.00
5	Evaluación y seguimiento	1,100.00	3	3,300.00
6	SUB – TOTAL			59,300.00
7	OVERHEAD (GASTOS IMPREVISTOS) 10%			5,930.00
8	GRAN TOTAL DEL PROYECTO			65,230.00

BIBLIOGRAFÍA

Carbayo, J. J., Rodríguez Losáñez, M., y Sastre, J. F. (2012, febrero 28). Lumbalgia. *Revista Clínica de Medicina de Familia*, 5(2), 140–143.

Dada, M., Zarnowski, J., y Salazar, M. (2024, agosto). Actualización de lumbalgia en atención primaria. *Revista Médica Sinergia*, 6(8).

Lara Palomo, I. (2014, mayo). Abordaje de lumbalgia crónica inespecífica mediante tres modalidades fisioterapéuticas. *Dialnet*, 12(3).

Saldívar González, A. (2003, abril). Lumbalgia en trabajadores. Epidemiología. *Revista de Medicina*, 41(3), 203–209.

Universidad de Salamanca. (2003). Abordajes terapéuticos en el dolor lumbar crónico. En F. Grünenthal (Ed.), *Cátedra Extraordinaria del Dolor* (p. 140). Salamanca, España.

ANEXOS

ANEXO 1: INSTRUMENTOS DE MONITOREO

Se utilizará una ficha de observación de monitoreo para el proyecto para el abordaje de lumbalgia con Medicina Natural y Terapias Complementarias en el Centro de Salud "JULIO CSAR MACHADO ROMERO", el municipio de San Carlos comunidad las Azucenas SILAIS Rio San Juan, Nicaragua del 1 de julio al 31 de diciembre del 2025.

COMPONENTE	CUMPLE	NO CUMPLE
Búsqueda de financiamiento externo		
Números de sesiones de terapias aplicadas		
Uso de plantas medicinales		
Realización de ferias de salud		
Prácticas de técnicas de respiración y meditación		
Preparación y uso de cataplasma naturales		
Realización de actividades de seguimiento a pacientes con lumbalgia		
Realización de eventos de ejercicio físico		

ENCUESTA PARA PROYECTO DE SALUD: LUMBALGIA

1. DATOS GENERALES

Nombre del paciente: _____

Edad: _____

Género: _____

Ocupación: _____

Fecha de observación: //_____

Nombre del profesional a cargo: _____

2. ANTECEDENTES CLÍNICOS

¿Ha presentado episodios previos de lumbalgia? () Sí () No

Si la respuesta es afirmativa, indicar frecuencia y duración:

Enfermedades preexistentes:

Historial de cirugías o lesiones previas en la región lumbar:

Medicación actual: _____

3. FACTORES DESENCADENANTES Y HÁBITOS

Tipo de actividad física realizada:

Postura habitual en el trabajo:

Realiza ejercicios de estiramiento o fortalecimiento lumbar () Sí () No

Carga objetos pesados frecuentemente () Sí () No

Hábitos posturales inadecuados identificados:

4. EVALUACIÓN DEL DOLOR

Fecha de inicio del dolor: // _____

Tipo de dolor: () Agudo () Crónico

Localización: _____

Intensidad del dolor (Escala de 1 a 10): _____

Factores que alivian el dolor:

Factores que agravan el dolor:

Presencia de irradiación del dolor: () Sí () No

En caso afirmativo, indicar zona afectada:

5. MOVILIDAD Y FUNCIONALIDAD

Limitaciones en la movilidad: () Sí () No

En caso afirmativo, describir:

Alteraciones en la marcha: () Sí () No

Alteraciones en la sensibilidad: () Sí () No

Alteraciones en la fuerza muscular: () Sí () No

6. EXAMEN FÍSICO

Presencia de contractura muscular: () Sí () No

Puntos de dolor a la palpación:

Alteraciones en la curvatura de la columna: () Sí () No

En caso afirmativo, indicar tipo:

7. INTERVENCIÓN Y RECOMENDACIONES

Tratamiento indicado:

Reposo recomendado: () Sí () No

En caso afirmativo, indicar duración:

Fisioterapia: () Sí () No

Tipo de terapia: _____

Medicación prescrita: _____

Uso de faja lumbar: () Sí () No

Cambios

posturales

sugeridos:

Seguimiento:

8. OBSERVACIONES ADICIONALES

Firma del profesional a cargo: _____

Este documento permite registrar información clave para evaluar y dar seguimiento a pacientes con lumbalgia, facilitando una atención integral y personalizada.

ANEXO 2: SEGUIMIENTO

Se aplicará una ficha de seguimiento para el proyecto para el abordaje de lumbalgia con Medicina Natural y Terapias Complementarias en el Centro de Salud "JULIO CÉSAR MACHADO ROMERO, municipio de San Carlos comunidad las Azucenas, SILAIS Rio San Juan. Nicaragua del 1 de julio al 31 de diciembre del 2025 en el primer trimestre.

ACCIONES	I	O	OBSERVACIONES
Diagnóstico inicial de casos de lumbalgia.			Identificar y clasificar a los pacientes con lumbalgia aguda y crónica.
Diseño de protocolo terapéutico integrativo.			Establecer un protocolo que combine acupuntura, fitoterapia, masaje terapéutico y técnicas mente-cuerpo.
Capacitación del personal de salud			Brindar talleres prácticos sobre terapias naturales y complementarias.

Implementación de tratamientos integrativos			Aplicar terapias a pacientes según protocolo.
Educación al paciente y prevención.			Charlas grupales sobre hábitos posturales, nutrición y autocuidado.
Monitoreo y evaluación de resultados.			Evaluar el tratamiento en la intensidad del dolor, movilidad y calidad de vida.
Elaboración de plan terapéutico			Indicaciones de acupuntura, fitoterapia, ventosa, shiatsu, anma masaje y evolución.

ANEXO 3: CONTROL Y EVALUACIÓN

Se efectuará una ficha de control y evaluación para el proyecto para el abordaje de lumbalgia con Medicina Natural y Terapias Complementarias en el Centro de Salud "JULIO CÉSAR MACHADO ROMERO" Municipio San Carlos Comunidad las Azucenas SILAIS Rio San Juan, Nicaragua del 1 de julio al 31 de diciembre del 2025.

ACCIONES	I	O	OBSERVACIONES
Supervisión técnica semanal			Revisión del cumplimiento de protocolo terapéutico (acupuntura, fitoterapia, etc.) en cada paciente.
Control de asistencia a sesiones terapéuticas			Registro detallado de pacientes que asisten a terapias.
Evaluación clínica periódica			Reaplicación de escala EVA del dolor, movilidad y funcionalidad en cada paciente.

Encuesta de satisfacción del paciente			Aplicación de encuesta breve sobre calidad del servicio y percepción de mejoría.
Control de insumos y recursos naturales			Requisas listas para pedidos de agujas, aceites y medicamentos para asegurar la continuidad.
Reuniones de retroalimentación			Análisis de datos clínicos, terapéuticos y satisfacción del usuario.

ANEXO 4: CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES

Tabla 1. Proyecto para el abordaje de lumbalgia con Medicina Natural y Terapias Complementarias en el Centro de Salud “JULIO CÉSAR MACHADO ROMERO del municipio de San Carlos Comunidad Las Azucenas SILAIS RIO SAN JUAN, Nicaragua del 1 de julio al 31 de diciembre del 2025

o	ACTIVIDADES	UL	GO	EP	CT	OV	IC	OBSERVACIONES
	Identificación y registro de pacientes con lumbalgia							Se realizará mediante tamizaje en consulta externa y medicina natural.
	Evaluación clínica y terapéutica							Historia clínica, escala EVA y diagnóstico.
	Elaboración y validación del plan de intervención integrativa.							Basado en guías de medicina natural del MINSA.
	Aplicación de acupuntura (2 sesiones semanales por paciente)							Se usará técnicas de acupuntura con agujas estériles. V23, V25, V26, DU4, R3, Puntos Ashi.
	Prescripción y entrega de fitoterapia (plantas antiinflamatorias)							Cúrcuma, árnica, jengibre, sauge y hojas de mango.
	Talleres de ergonomía y autocuidado posturales.							Dirigidos a pacientes y cuidadores.
	Capacitación sobre prácticas y enfoques terapéuticos							Se hará 1 capacitación al mes dirigidas a trabajadores de la salud y líderes

							comunitarios.
	Orientación sobre recursos de salud disponibles y gratuitos de medicina natural en el centro de salud						Realización de monitoreo de los recursos de salud disponibles, al inicio y en el cierre del proyecto.
	Charla de sensibilización sobre la importancia de prevención y tratamiento de la lumbalgia						6 charlas a la comunidad, en lugares públicos, salas de espera, emergencia y consulta de manera permanente
	Técnicas mente-cuerpo						Reducción de estrés y tensión lumbar.
	Promover actividades de seguimiento y apoyo emocional						Se realizarán actividades de seguimiento y apoyo a pacientes con lumbalgia al finalizar cada trimestre del proyecto.

Tabla 2 Proyecto para el abordaje de lumbalgia con Medicina Natural y Terapias Complementarias en el Centro de Salud "JULIO CÉSAR MACHADO ROMERO " del Municipio de San Carlos Comunidad las Azucenas SILAIS RIO SAN JUAN, Nicaragua del 1 de julio al 31 de diciembre del 2025

o	ACTIVIDADES	UL	GO	EP	CT	OV	IC	OBSERVACIONES
II	Reuniones con líderes comunitarios y responsables institucionales donde se encuentre concentrado el grupo meta							
	Asistencia en campañas y ferias de salud							Se harán dos ferias de salud durante el proyecto a mediados y al final del proyecto
	Organizar eventos de ejercicio físico (caminatas, yoga, gimnasia)							Se realizarán estos eventos para todo tipo de persona para erradicar la lumbalgia con el lema "Prevención y cuidado: el mejor alivio para tu espalda." al finalizar cada trimestre del proyecto
V	Implementación de estrategias comunitarias de promoción, prevención y educación en salud a toda la población sana							
	Búsqueda y alianzas de financiamiento externo con otras							Actividad designada al director de la unidad de salud,

	instituciones de salud con enfoque interdisciplinario en la atención de calidad							responsable de docencia, y autoridades institucionales
	Aseguramiento de estándares de seguridad del paciente en el tratamiento de lumbalgia							Actividad designada al responsable de docencia, y autoridades institucionales
	Distribución de material educativo sobre las causas, factores de riesgo, síntomas y medidas de prevención de la lumbalgia							Acciones asignadas a los brigadistas de salud.
	Desarrollar programas de prevención de la lumbalgia							Responsable de docencia y responsable de medicina natural
	Reforzar la atención multidisciplinaria en el abordaje de la lumbalgia							Con alianzas con médicos especialistas, y máster en medicina natural
	Gestionar material y recursos humanos para asegurar el impacto del proyecto							Actividades asignadas al responsable de docencia y brigadistas de salud
	Evaluación final del proyecto							Evaluación de la etapa final del proyecto al finalizar el segundo trimestre

**ANEXO 5: IMÁGENES DE LA UNIDAD DE SALUD - JULIO CÉSAR
MACHADO ROMERO**



CLINICA DE MEDICINA NATURAL

“CENTRO DE SALUD JULIO CÉSAR MACHADO ROMERO”



**TERAPIA DE ANMA MASAJE EN EL CENTRO DE SALUD
"JULIO CÉSAR MACHADO ROMERO"**



**TERAPIA DE VENTOSA EN MEDICINA NATURAL DEL CENTRO DE SALUD
"JULIO CÉSAR"**

