



UNIVERSIDAD DE MEDICINA ORIENTAL
JAPÓN-NICARAGUA
UMO-JN



東洋医学

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 la atención y promoción del tratamiento con acupuntura y sus modalidades para el dolor crónico de lumbalgia en el Centro de Salud “LEONIDAS GARCÍA” del municipio de Ciudad Antigua, Nicaragua del 1 de julio al 31 de diciembre del 2025

Autora: Ruth del Carmen Laguna Ruíz.

Licenciada en Enfermería

Tutor: Dr. Francisco Javier Toledo Cisneros

Máster en Salud Pública

Ciudad Antigua, Nueva Segovia, Nicaragua 20 de junio del 2025

ÍNDICE

RESUMEN.....	i
I. INTRODUCCIÓN.....	1
II. JUSTIFICACIÓN	3
III. OBJETIVOS	4
IV. ALCANCE Y VIABILIDAD	5
V. IDENTIFICACIÓN DE LOS BENEFICIARIOS	6
VI. DEFINICIÓN DE LAS METAS.....	7
VII. DEFINICIÓN DE LAS TAREAS.....	8
VIII. IDENTIFICACIÓN DE RIESGO	10
IX. PLAN DE ACCIÓN	11
X. CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES	12
XI. PRESUPUESTO	12
XII. BIBLIOGRAFÍA	13
XIII. ANEXOS.....	14

RESUMEN

Nombre del proyecto:

Proyecto para la atención y promoción del tratamiento con acupuntura y sus modalidades para el dolor crónico de lumbalgia en el Centro de Salud "LEONIDAS GARCÍA" del municipio de Ciudad Antigua, Nicaragua del 1 de julio al 31 de diciembre del 2025.

Metodología de trabajo:

En el Centro de Salud "LEONIDAS GARCÍA" de Ciudad Antigua, se llevará a cabo un programa comunitario enfocado en la prevención de la lumbalgia. El proyecto combinará terapias naturales como acupuntura, fitoterapia y técnicas de relajación con intervenciones educativas y de autocuidado. Se organizarán talleres y capacitaciones para pacientes y profesionales de la salud, promoviendo un enfoque integral y personalizado en el manejo del dolor lumbar.

Además, se fortalecerá la colaboración interinstitucional y la participación comunitaria para garantizar la sostenibilidad y efectividad del programa. Este enfoque integral busca mejorar la calidad de vida de los pacientes, especialmente aquellos entre 30 y 65 años con lumbalgia. El proyecto cuenta con el respaldo del Gobierno de Nicaragua, que promueve la medicina natural como alternativa efectiva y económica en el sistema de salud pública.

Palabra clave: Educación, terapias naturales, lumbalgia, prevención, terapia por relajación

rlagunar70@gmail.com

I. INTRODUCCIÓN

La lumbalgia es un síntoma muy frecuente en la atención primaria, tanto en consulta externa como en el servicio de emergencias. Puede tener muchas causas, desde leves hasta severas. El manejo de la lumbalgia mecánica se centrará en mejorar el dolor y la calidad de vida del paciente, también en disminuir los gastos en los servicios de salud. Para lograr esto el paciente se debe de proponer realizar ejercicios de estiramiento y fortalecimiento en el hogar, tomar el medicamento indicado y mantener una adecuada dieta y rutina de ejercicios. (Dada y otros, 2024).

En las Guías de Manejo del Dolor de Espalda Baja se propone la siguiente definición: “aquellas sensaciones dolorosas o no confortables, localizadas por debajo del margen costal (12ª costilla) y por arriba del límite superior de la región glútea (unión lumbosacra), que pueden irradiarse hacia uno o ambos miembros pélvicos del paciente”. (Covarrubias-Gómez, 2010).

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 musculoesquelético 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. (Lara Palomo, 2014).

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. (Lara Palomo, 2014).

De acuerdo con la Organización Mundial de la Salud, este concepto puede definirse como “la ciencia y arte de promover la salud, prevenir la enfermedad, prolongar la vida, y mejorar las condiciones asociadas a la misma (calidad de vida) por medio del esfuerzo organizado de la sociedad”. (Carbayo y otros, 2012).

La “nueva salud pública” se refiere a “el entendimiento y comprensión de la forma en la que los estilos de vida y condiciones asociadas a la misma determinan el estado de salud de la sociedad en su conjunto; y el reconocer la necesidad de movilizar recursos o invertir en políticas, programas, y servicios que creen, mantengan y protejan a la salud mediante la promoción y desarrollo de estilos de vida y ambientes saludables”. (Covarrubias-Gómez, 2010).

Se afirma que es un problema mayor en países en vías de desarrollo, ocasiona gran impacto económico, es la causa más frecuente de ausentismo laboral en menores de 45 años y se encuentra entre los cinco diagnósticos primeros en consultas de nivel primario. Como problema de salud, los factores de riesgo más citados son: la edad, el sexo, el bajo nivel educacional, la ocupación, la obesidad, problemas hereditarios y psicosociales, el tabaquismo, el sedentarismo, los episodios previos de dolor lumbar y el embarazo. (García, 2014).

II. JUSTIFICACIÓN

El centro de atención médica “LEONIDAS GARCÍA” del municipio de Ciudad Antigua proporciona una amplia gama de servicios sanitarios. Asimismo, ofrece el abordaje de diversas enfermedades a través de la medicina natural y terapias alternativas, lo que hace efectiva dicha intervención, brindando una asistencia de excelencia en salud holística, integral y personalizada.

Entre las alternativas terapéuticas naturales disponibles en la unidad de salud, se incluyen la acupuntura, la fitoterapia y otras metodologías para el control del dolor, además de las terapias tradicionales.

El Gobierno de Nicaragua como parte de la restitución de derechos, tiene como una de sus prioridades, de manera universal, la mejora de calidad de vida del paciente y seguridad del paciente inclusive desde la promoción, prevención y educación en salud.

Dado que el dolor lumbar es una de las principales razones de ausencia en el trabajo, resulta fundamental invertir en la adopción de medidas preventivas que promuevan el movimiento y en la promoción de posturas correctas, hábitos saludables para mitigar esta afección. A través de las estrategias aplicadas en esta iniciativa, se busca generar un impacto multidisciplinario significativo, así como reducir la alta demanda de servicios dirigidos a esta condición en el área de medicina natural del Centro de Salud “LEONIDAS GARCÍA”.

III. OBJETIVOS

Objetivo general:

Ejecutar un proyecto para la atención y promoción del tratamiento de Acupuntura y sus modalidades para el dolor crónico de lumbalgia en el Centro de Salud “LEONIDAS GARCÍA” del municipio de Ciudad Antigua, Nicaragua del 1 de julio al 31 de diciembre del 2025.

Objetivos específicos:

1. Describir los datos sociodemográficos de la población meta del proyecto.
2. Señalar los beneficios en la atención con acupuntura y sus modalidades para el tratamiento del dolor crónico de lumbalgia.
3. Plantear estrategias comunitarias para promoción de las terapias complementarias en el tratamiento del dolor crónico de lumbalgia.
4. Brindar atención a pacientes con lumbalgia con las modalidades terapéuticas de acupuntura.

IV. ALCANCE Y VIABILIDAD

El centro de salud “LEONIDAS GARCÍA” está ubicado en el municipio de Ciudad Antigua departamento de Nueva Segovia. Este centro también ofrece la especialidad de Medicina Natural y terapia complementaria en la cual se atiende diversas patologías a través del uso de la Medicina Natural.

Esta unidad de salud cubre una población total de 7,734 habitantes divididos en 4 sectores. El sector 1 que cubre el CS “LEONIDAS GARCÍA” tiene una población de 4268 habitantes.

Se encontró 351 pacientes que acuden con el diagnóstico de lumbalgia a la clínica de medicina natural durante el año 2023 siendo de estos 67 que acuden por primera vez en el año y 284 pacientes subsecuentes.

En la clínica de medicina natural se observó que 99 de las pacientes eran del sexo femenino, sin embargo 251 fueron del sexo masculino, siendo este el más predominante.

Acuden al centro de salud 384 pacientes entre las edades de 30 a 65 años, por lo que éste se considera el grupo meta para la realización de este proyecto de salud.

La implementación de un proyecto de atención y promoción enfocado al tratamiento con acupuntura y sus modalidades de la lumbalgia, complementado con fitofármacos constituye una estrategia integral que aborda tanto los factores físicos como emocionales asociados a esta condición. La lumbalgia, caracterizada por dolor en la región lumbar, puede ser influenciada por factores como el estrés, la ansiedad y la depresión, los cuales afectan la percepción del dolor y la respuesta inflamatoria del cuerpo.

La incorporación de fitofármacos en un programa preventivo que incluya educación sobre ergonomía, técnicas de relajación y ejercicio físico, puede potenciar los beneficios al reducir los factores de riesgo asociados a la lumbalgia. Este enfoque multidisciplinario no solo previene la aparición de la lumbalgia, sino que también promueve una mejora en la calidad de vida de los individuos, al abordar de manera holística los aspectos físicos y emocionales relacionados con esta condición.

El proyecto se efectúa bajo un enfoque multidisciplinario, integrando programas existentes como la atención prenatal y la atención a la población general, para ofrecer una atención integral y personalizada a los pacientes con lumbalgia. Las actividades serán realizadas por el personal de salud de la unidad, quienes ya están remunerados según el presupuesto establecido.

La ejecución de este proyecto contribuirá significativamente a la atención y promoción sobre el dolor crónico de lumbalgia, lo que, a su vez, reducirá el ausentismo laboral al facilitar que los pacientes regresen al trabajo y eviten incapacidades prolongadas. Mantener a los trabajadores activos y comprometidos disminuye la probabilidad de que el dolor se vuelva crónico y reduce las ausencias laborales.

V. IDENTIFICACIÓN DE LOS BENEFICIARIOS

Beneficiarios directos: El Centro de Salud “LEONIDAS GARCÍA” tiene una asignación poblacional de 7,734 habitantes, en donde el grupo etario entre 30-65 años con predominio del sexo masculino será el beneficiario directo de las acciones de este proyecto.

Beneficiarios indirectos: son todos aquellos usuarios que acuden a la unidad de salud, que los servicios de gratuitos de atención, especialmente por medicina natural y terapias complementarias, los cuales mejoraran su calidad de vida y capacidad física.

VI. DEFINICIÓN DE LAS METAS

Para este proyecto se propone como meta al grupo etario entre 30-65 años, los que se encuentran en el sector laboral tanto informal como institucional, este grupo representa el 9% de la población asignada del Centro de Salud “LEONIDAS GARCÍA” para el año 2025.

Metas del proyecto

Alcanzar al menos un 30% de reducción en la escala visual analógica (EVA) del dolor tras 8–12 sesiones.

Aumentar al menos un 20% de mejora funcional tras acupuntura versus no tratamiento.

Que al menos el 70% califiquen como “satisfechos” o “muy satisfechos” con la aceptación de las terapias complementarias implementadas.

Reducción del consumo de analgésicos en mas de un 50% de pacientes que se realizan auriculoterapia combinada a la acupuntura.

Cumplimiento del 80% de quienes inicien el tratamiento completen un mínimo de 8 sesiones.

Realizar al menos 4 talleres o charlas en la comunidad sobre beneficios de acupuntura, con participación mínima de 50 personas.

VII. 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 “LEONIDAS GARCÍA”, tendrá un pequeño organigrama formado por la directora de la unidad de salud, y que la ejecución del proyecto sea coordinada por el responsable del área de medicina natural, jefa de enfermería, responsable de Docencia municipal, colaboradores voluntarios, y 10 brigadistas de salud.

Funciones por cada participante:

Directora de área de salud

- Fomentar el uso de tecnologías innovadoras para la rehabilitación.
- Evaluar los resultados del proyecto mediante indicadores de salud y eficiencia.
- Gestionar los recursos humanos, financieros y materiales necesarios.
- Coordinar con instituciones de salud, universidades y otros organismos.
- Liderar un equipo multidisciplinario (médicos, fisioterapeutas, enfermeros, investigadores, etc.).
- Asegurar una comunicación efectiva entre los miembros del equipo.
- Promover la educación en salud para pacientes y profesionales.
- Presentar informes de avance a las autoridades o financiadores.
- Promover campañas de concienciación sobre la lumbalgia y su impacto en la calidad de vida.
- Gestionar fondos y subvenciones para garantizar la continuidad del proyecto.
- Explorar oportunidades de colaboración con entidades gubernamentales y privadas.

Responsable de Medicina natural

- Instruir consejería a los pacientes sobre métodos naturales y terapias complementarias para controlar y prevenir el dolor de la lumbalgia, como posturas correctas, ejercicios de estiramiento y técnicas de respiración.
- Elaborar material educativo (murales, folletos, trípticos) con recomendaciones de plantas medicinales, posturas saludables, ejercicios y alimentación.

- Desarrollar programas de prevención de la lumbalgia, enseñando a la comunidad sobre el uso adecuado de técnicas de autocuidado para evitar el dolor crónico.
- Promover la salud integral, enfocándose en el bienestar físico, emocional y mental.
- Desarrollar programas de prevención de la lumbalgia, enseñando a la comunidad sobre el uso adecuado de técnicas de autocuidado para evitar el dolor crónico.
- Integrar la medicina convencional y natural, cuando sea necesario, colaborando con otros profesionales de la salud para asegurar una atención multidisciplinaria.

Responsable de Docencia municipal

- Fomentar la participación de la comunidad en actividades preventivas, como ejercicios y ergonomía en el trabajo.
- Organizar talleres, seminarios y cursos sobre prevención, de la lumbalgia y promoción de la salud.
- Realizar seguimiento y evaluación de la efectividad de las capacitaciones.
- Desarrollar materiales educativos (folletos, videos, charlas) para informar a la población sobre hábitos saludables y prevención de la lumbalgia.
- Organizar campañas de concienciación en espacios comunitarios, centros de salud y escuelas.
- Vincular el proyecto con iniciativas educativas municipales y regionales.
- Asegurar el acceso a material didáctico actualizado.
- Implementar herramientas digitales para la capacitación y seguimiento del aprendizaje.
- Asegurar la actualización continua del personal en base a guías clínicas y evidencia científica.

Colaboradores voluntarios y brigadistas de salud

- Apoyar en la logística de terapias grupales o comunitarias.
- Organizar actividades físicas adecuadas para prevenir el dolor lumbar (ejercicios de estiramiento, fortalecimiento, etc.).
- Realizar visitas domiciliarias para brindar información preventiva (posturas, ejercicios, ergonomía doméstica, hábitos saludables para prevenir el dolor lumbar).

- Enseñar posturas correctas y ergonomía en el trabajo y en el hogar.
- Promover pausas activas en empresas y escuelas.
- Asistir en la organización de eventos y campañas de salud.
- Llevar registros de pacientes y actividades realizadas.
- Gestionar insumos y materiales educativos para las jornadas de sensibilización.
- Difundir información sobre hábitos saludables, ergonomía y ejercicios para prevenir el dolor lumbar.
- Realizar charlas y talleres en centros comunitarios, escuelas y empresas.
- Distribuir material educativo (folletos, infografías, videos, etc.).
- Apoyar en jornadas de tamizaje y evaluación de riesgo de lumbalgia.
- Actuar como vínculo comunitario para la educación, promoción y derivación oportuna de casos de riesgo de lumbalgia.

VIII. IDENTIFICACIÓN DE RIESGO

- Déficit en educación, promoción y prevención de la salud.
- Falta de conocimiento sobre la terapia natural, la medicina complementaria y la disponibilidad gratuita de estos servicios de salud.
- Insuficiente apropiación de la medicina natural por parte de todo el personal del Centro de Salud “LEONIDAS GARCÍA”.
- Sobrecarga laboral del personal de salud, quienes brindan atención directa con el objetivo de garantizar un servicio de calidad.
- Adopción de hábitos de vida poco saludables en la población (inactividad física, ausencia de ejercicio, alimentación inadecuada).

IX. PLAN DE ACCIÓN

Los sectores del Centro de Salud “LEONIDAS GARCÍA” cuenta con 24 empresas en las que se incluye instituciones formales y no formales como 16 escuelas, 6 instituciones públicas como el MINED, MINSA, Policía Nacional, ENACAL, los Juzgados, la Alcaldía Municipal, 1 iglesia, 1 kiosco, entre otras.

En relación con la población meta, el Proyecto para la prevención, promoción y educación sobre dolor crónico de lumbalgia en el Centro de Salud “LEONIDAS GARCÍA” del municipio de Ciudad Antigua, Nicaragua del 1 de julio al 31 de diciembre del 2025 implementará las siguientes actividades:

- Programa de formación y conferencias internas y externas sobre la prevención de lumbalgia.
- Organizar encuentros con líderes comunitarios y representantes institucionales para señalar los beneficios en la atención de acupuntura y sus modalidades para el tratamiento de dolor lumbar.
- Implementación de estrategias comunitarias para la promoción, prevención y educación en salud dirigidas a la población en general.
- Atención a pacientes afectados por lumbalgia seleccionar las terapias complementarias (acupuntura y sus modalidades).

X. CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES

El presente proyecto para la atención y promoción del tratamiento de Acupuntura y sus modalidades para el dolor crónico de lumbalgia en el Centro de Salud “LEONIDAS GARCÍA”, se implementará el segundo semestre del 2025, tendrá como meta 11 actividades divididas en 4 grandes rubros, los que a su vez se desprenden 2 subactividades, con su fecha de inicio y finalización por cada ítem. (ver ANEXO 4)

XI. PRESUPUESTO

Presupuesto de proyecto para la atención y promoción del tratamiento de Acupuntura y sus modalidades para el dolor crónico de lumbalgia en el Centro de Salud “LEONIDAS GARCÍA” del municipio de Ciudad Antigua, Nicaragua del 1 de julio al 31 de diciembre del 2025.

No	RUBRO-MATERIAL	COSTO UNITARIO	CANTIDAD	SUBTOTAL
1	Agujas	C\$330	100	C\$33,000
2	Bandeja	C\$650	1	C\$700
3	Alcohol al 70%	C\$105	2	C\$210
4	Algodón	C\$45	2	C\$90
5	Aceites esenciales y aromáticos	C\$ 340	4	C\$1,360
6	Ventosas	C\$1,800	12	C\$21,600
7	Puros de moxibustión	C\$684	10	C\$6,840
8	Personal y recursos humanos	C\$ 10,000	6	C\$60,000
9	Material y equipamiento (insumos médicos, software y equipos)	C\$ 15,500	1	C\$ 15,500
10	Infraestructura y logística (transporte)	C\$ 12,356	1	C\$ 12,356
11	Capacitación y divulgación (material educativo)	C\$ 13,508	2	C\$ 27,016
12	Evaluación y seguimiento	C\$ 2,950	2	C\$ 5,900
SUBTOTAL				C\$184,572
GASTOS IMPREVISTOS 10%				C\$18,457.2
GRAN TOTAL DEL PROYECTO				C\$203,029.2

XII. BIBLIOGRAFÍA

Carbayo, J., Rodríguez Losáñez, J., & Sastre, J. (28 de Febrero de 2012). Lumbalgia. *Rev Clín Med Fam*, 5(2), 140-143.

Covarrubias-Gómez, A. (4 de 2010). Lumbalgia: Un problema de salud pública. (C. D. DOLOR, Ed.) *Revista Mexicana de Anestesiología*, 33(1), 106-109.

Dada, M., Zarnowski, A., & Salazar, A. (Agosto de 2024). Actualización de lumbalgia en atención primaria. *Revista Médica Sinergia*, 6(8).

García, J. (Junio de 2014). Epidemiología del dolor de espalda baja. *Invest Medicoquir.*, 6(1).

Lara Palomo, I. (5 de 2014). Abordaje de lumbalgia crónica inespecífica mediante tres modalidades fisioterapéuticas. *DIALNET*, 12(3).

Pintos, J., Caballero, E., & et al. (Septiembre de 2024). Acupuntura versus tratamiento medicamentoso en trabajadores con dolor lumbar. *Revista Cubana de Salud y Trabajo*, 6(2). <https://revsaludtrabajo.sld.cu/index.php/revsytr/article/view/810>

XIII. ANEXOS

ANEXO 1: INSTRUMENTOS DE MONITOREO

Se utilizará una ficha de observación de monitoreo para el proyecto para la atención y promoción del tratamiento de Acupuntura y sus modalidades para el dolor crónico de lumbalgia en el Centro de Salud “LEONIDAS GARCÍA”

COMPONENTE	CUMPLE	NO CUMPLE
Charlas programadas		
Charlas realizadas		
Organización de ferias de salud		
Cumplimiento de talleres educativos para el personal de medicina natural		
Plan de prevención de lumbalgia		
Gestión de recursos externos		
Organización de actividades de ejercicio físico		
Realización de actividades de seguimiento a pacientes con dolor lumbar		

ANEXO 2: SEGUIMIENTO

Se aplicará una ficha de seguimiento para el proyecto para la atención y promoción del tratamiento de Acupuntura y sus modalidades para el dolor crónico de lumbalgia en el Centro de Salud "LEONIDAS GARCÍA" en el primer trimestre.

ACCIONES	SI	NO	OBSERVACIONES
El director y el responsable de docencia conocen el objetivo del proyecto de salud "Prevención y cuidado: el mejor alivio para tu espalda."			
La población responde efectivamente a las terapias de acupuntura			
Se cuenta con los instrumentos de monitoreo del proyecto			
Se ha divulgado material educativo sobre la prevención de lumbalgia y técnicas de medicina natural en espacios públicos			
Se realiza una feria de salud			
Se ha realizado 1 reunión con líderes comunitarios y responsables institucionales			
Se ha cumplido con el 50% de charlas a la comunidad sobre lumbalgia			
Ha tenido dificultades en la aplicación del proyecto			
Se han realizado 2 eventos de ejercicio físico			
Se han cumplido las gestiones y actividades según lo descrito en el cronograma			
Se ha desarrollado un programa de prevención de lumbalgia			
Se realizaron las acciones de sensibilización sobre la importancia de prevención de la lumbalgia			
Los instrumentos han sido aplicados para recolectar información esencial sobre el impacto del proyecto			
Se estableció 1 alianza con otras instituciones de salud			

ANEXO 3: CONTROL Y EVALUACIÓN

Se efectuará una ficha de control y evaluación para el proyecto para la atención y promoción del tratamiento de Acupuntura y sus modalidades para el dolor crónico de lumbalgia en el Centro de Salud “LEONIDAS GARCÍA” en el cierre del proyecto.

ACCIONES	SI	NO	OBSERVACIONES
Se ha divulgado el material educativo sobre la prevención de lumbalgia en espacios públicos y en la unidad de salud			
Se realizan las ferias de salud propuestas			
Se han realizado 3 eventos de ejercicio físico			
Se ha cumplido con el 100% de charlas a la comunidad sobre lumbalgia			
Hubo dificultades en la aplicación del proyecto final de salud			
Se ha desarrollado un programa de prevención de lumbalgia efectivo y de calidad			
Se ha cumplido con todas las charlas a brigadistas sobre los beneficios de medicina natural			
Se establecieron 2 alianzas con otras instituciones de salud efectivas			
Se han realizado 2 reuniones con líderes comunitarios y responsables institucionales			
La población responde a actividades de seguimiento a pacientes con lumbalgia y de apoyo emocional para otros usuarios			
La información recolectada a través de los instrumentos de monitoreo que fueron aplicados en la unidad de salud sirve como base para futuros proyectos de lumbalgia			
Se realizaron las acciones de sensibilización sobre la importancia de prevención de la lumbalgia			

ANEXO 4: CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES

Tabla 1. Proyecto para la atención y promoción del tratamiento de Acupuntura y sus modalidades para el dolor crónico de lumbalgia en el Centro de Salud “LEONIDAS GARCÍA”

No	ACTIVIDADES	JUL	AGO	SEP	OCT	NOV	DIC	OBSERVACIONES
I	Programa de formación y conferencias internas y externas sobre la prevención de lumbalgia.							
1	Plan de charla sobre la importancia, los beneficios de medicina natural y modalidades de acupuntura		X		X		X	Se hará 1 charla al mes dirigidas a trabajadores de la salud, líderes comunitarios y col.vol.
2	Plan de charlas educativas sobre posturas correctas, ejercicios de estiramiento, técnicas de manejo del estrés, fortalecimiento muscular lumbar y actividad física regular	X	X	X	X	X	X	6 charlas a la comunidad, en lugares públicos, salas de espera, emergencia y consulta de manera permanente
3	Plan de charla de hábitos saludables	X	X	X	X	X	X	6 charlas a la comunidad, en lugares públicos, salas de espera, emergencia y consulta de manera permanente
II	Organizar encuentros con líderes comunitarios y representantes institucionales para señalar los beneficios en la atención de acupuntura y sus modalidades							
4	Organizar eventos de ejercicio físico (caminatas, yoga, gimnasia)			X			X	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
5	Colaboración en campañas y ferias de salud			X			X	Se harán dos ferias de salud durante el proyecto a mediados y al final del proyecto
6	Entrega de material educativo sobre los beneficios de las terapias de medicina natural, medidas de prevención de lumbalgia, técnicas de acupuntura y sus cuidados	X	X	X	X	X	X	Actividades asignadas a los brigadistas de salud y responsable de medicina natural
	Evaluación I del proyecto			X				Evaluación de la primera etapa del proyecto al finalizar el primer trimestre del proyecto

Tabla 2 Proyecto para la atención y promoción del tratamiento de Acupuntura y sus modalidades para el dolor crónico de lumbalgia en el Centro de Salud “LEONIDAS GARCÍA”

No	ACTIVIDADES	JUL	AGO	SEP	OCT	NOV	DIC	OBSERVACIONES
III	Implementación de estrategias comunitarias para la promoción, prevención y educación en salud dirigidas a la población en general.							
7	Repartición de material educativo sobre las causas, factores de riesgo, síntomas y medidas de prevención de la lumbalgia	X	X	X	X	X	X	Actividades asignadas a los brigadistas de salud
8	Gestionar material y recursos humanos para asegurar el impacto del proyecto	X	X	X	X	X	X	Actividades asignadas al responsable de docencia y
9	Reforzar la atención multidisciplinaria en el abordaje de factores desencadenantes de la lumbalgia		X		X		X	Con alianzas con médicos especialistas, psicólogos y máster en medicina natural
10	Brindar orientación educativa domiciliaria sobre autocuidado y uso preventivo de la medicina natural en zonas de difícil acceso y grupos de riesgos	X	X	X	X	X	X	Visitas quincenales por la enfermera y brigadistas de salud, a adultos mayores o personas con discapacidad en riesgo de lumbalgia
IV	Atención a pacientes afectados por lumbalgia seleccionar las terapias complementarias (acupuntura y sus modalidades)							
11	Aplicación de terapias naturales (acupuntura, masajes, fitoterapia, ventosas, etc.) a población meta	X	X	X	X	X	X	Se ejecutará semanal según un protocolo de medicina natural en un horario de 8am a 5pm, los días lunes y martes 4 a 6 sesiones
	Evaluación final del proyecto						X	Evaluación de la etapa final del proyecto al finalizar el segundo trimestre

**ANEXO 5: IMÁGENES, CROQUIS DE CIUDAD ANTIGUA
BRINDANDO CHARLA EN EL CENTRO DE SALUD
“LEONIDAS GARCÍA”, CIUDAD ANTIGUA**



**CHARLAS DE MEDICINA NATURAL EN EL CENTRO DE SALUD
“LEONIDAS GARCÍA”, CIUDAD ANTIGUA**



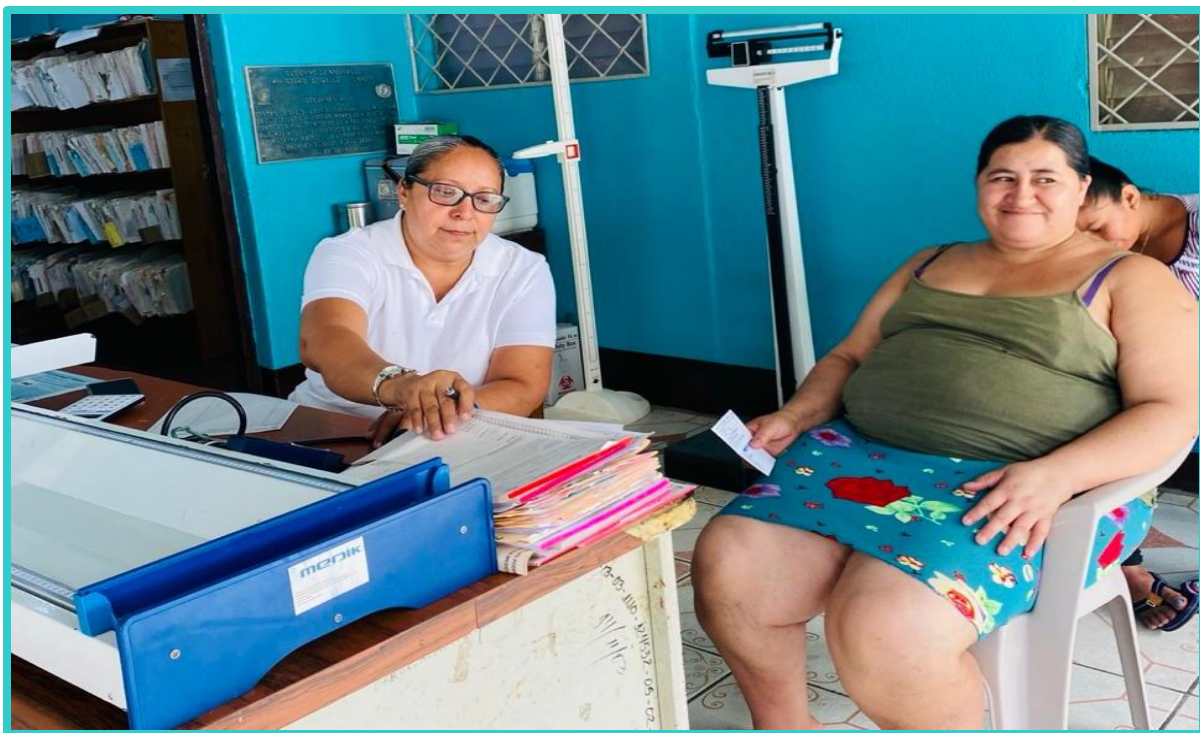
CENTRO DE SALUD “LEONIDAS GARCÍA”, CIUDAD ANTIGUA



CENTRO DE SALUD “LEONIDAS GARCÍA”, CIUDAD ANTIGUA



**BRINDANDO ATENCIÓN EN EL CENTRO DE SALUD
“LEONIDAS GARCÍA”, CIUDAD ANTIGUA**



**TERAPIA DE ACUPUNTURA EN EL CENTRO DE SALUD
“LEONIDAS GARCÍA”, CIUDAD ANTIGUA**

