



Gobierno de Reconciliación
y Unidad Nacional

El Pueblo, Presidente!



UNIVERSIDAD DE MEDICINA ORIENTAL 1

JAPÓN- NICARAGUA



UMO-JN.



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 Hospital Primario "San
Miguelito" SILAIS Río San Juan, Nicaragua del 1 de julio al 31 de
diciembre del 2025.**

Autor: Angela del Socorro Lazo Hernández
Enfermera Especialista

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

San Miguelito, Río San Juan, Nicaragua, 21 de junio 2025

ÍNDICE

I.	INTRODUCCIÓN.....	1
II.	JUSTIFICACIÓN.....	2
III.	OBJETIVOS	3
	3.1 Objetivo general:.....	3
	3.2 Objetivos específicos:	3
IV.	ALCANCE Y VIABILIDAD.....	4
V.	IDENTIFICACIÓN DE LOS BENEFICIARIOS.....	5
VI.	DEFINICIÓN DE LAS TAREAS	6
	6.1. Primeras 2–6 semanas	6
	6.2. A mediano plazo (6–12 semanas).....	6
	6.3. Funciones por cada participante	8
VII.	IDENTIFICACIÓN DE RIESGO.....	13
VIII.	PLAN DE ACCIÓN.....	14
IX.	CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES	16
X.	BIBLIOGRAFÍA.....	17
XI.	ANEXOS	18

RESUMEN

La lumbalgia se trata de la alteración de la columna lumbar que cursa con dolor en la zona, siendo una de las patologías musculo esqueléticas más frecuentes en la sociedad actual, además de una de las principales causas de baja laboral, afectando en torno al 80% de la población en respuesta a esta problemática el presente estudio propone la MNTC como tratamientos efectivos para la lumbalgia, tanto aguda como crónica. Estudios sugieren que la acupuntura puede aliviar el dolor y mejorar la función en pacientes con lumbalgia, especialmente en crónicos, y con una baja incidencia de efectos adversos, esta investigación se desarrolla del 1 de junio al 31 diciembre de 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 CAMNTC. 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 Hospital Primario San Miguelito SILAIS Rio San Juan.

PALABRA CLAVE: Lumbalgia, Medicina Natural, Terapias Complementarias, Estilos de vida saludable, Técnicas Mente-Cuerpo (Taichí y Qigon).

delsocorroangelalazohernandez@gmail.com

I. 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. (Dada y otros, 2024)

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. (Lara Palomo, 2014)

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. (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.

II. 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 Hospital Primario San Miguelito, 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 (MINSAL) 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 complementarias 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 Hospital Primario San Miguelito 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.

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.

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.

III. OBJETIVOS

3.1 Objetivo general:

Realizar un proyecto para el abordaje de lumbalgia con medicina natural y terapias complementarias en el Hospital Primario "SAN MIGUELITO", del municipio de San Miguel SILAIS RIO SAN JUAN, Nicaragua del 1 de julio al 31 de diciembre del 2025

3.2 Objetivos específicos:

1. Identificar los factores predisponentes de lumbalgia en la población atendida en el Hospital primario San Miguel.
2. Aplicar terapias complementarias como acupuntura Electroacupuntura, Farmacoterapia, Auriculoterapia, fitoterapia y terapias mente-cuerpo para el manejo integral del dolor lumbar.
3. Evaluar la efectividad de la acupuntura Electroacupuntura, Farmacoterapia, Auriculoterapia, fitoterapia y terapias mente-cuerpo disminución de síntomas asociados a la lumbalgia.
4. Promover cambios en el estilo de vida de los pacientes, incluyendo actividad física y alimentación.

IV. ALCANCE Y VIABILIDAD

En el municipio de San Miguel tiene la asignación territorial con una población estimada para el año 2025 de 1.833 habitantes y una densidad poblacional de 170 habitantes por Km² de las que el 55.3% de la población es sexo femenino y el 30.8% se encuentra en edad de 10 a 20 años, área urbana, con un total de 8 barrios, 8 ESAFC.

El Hospital Primario San Miguelito” en el SILAIS RIO SAN JUAN, se encuentra a 5 km surde San Miguelito el cual se encuentra: un área de emergencia, consulta externa, sala de observación, Sala de UAF, Sala de Quirófano, clínica de medicina natural.

Se encontró en el Hospital Primario San Miguelito” que 708 de 1344 pacientes, fueron atendidos con el diagnóstico de lumbalgia en el transcurso del año 2025 con predominio entre los grupos de edades de 50 a 64 años y el sexo Femenino.

V. IDENTIFICACIÓN DE LOS BENEFICIARIOS

El Hospital Primario “SAN MIGUELITO” tiene una asignación poblacional de 19,833 habitantes, en donde el grupo etario entre 50-64 años será el beneficiario directo de las acciones de este proyecto.

5.1 Definición de las metas

Para este proyecto se establece como meta al grupo etario entre 50-64 (300) años, los que se encuentran en el sector laboral tanto informal como institucional, este grupo representa el 22.3% de la población asignada del Hospital Primario “SAN MIGUELITO” para el año 2025.

Promover el uso terapéutico y seguro de la fitoterapia como complemento en el tratamiento de la lumbalgia en usuario del hospital primario San Miguelito.

Disminuir la intensidad del dolor lumbar en los pacientes mediante la aplicación de terapias (Acupuntura, ventosa, Moxibustión, farmacoacupuntura).

Favorecer el equilibrio del sistema nervioso y el alivio del dolor a través de la Auriculoterapia.

Evaluar la efectividad clínica de la terapia complementaria en el tratamiento de lumbalgia.

VI. DEFINICIÓN DE LAS TAREAS

Para este proyecto se establece como tarea al grupo etario entre 50-64(300) años, los que se encuentran en el sector laboral tanto informal como institucional, atendiéndolos en el Hospital primario de San Miguelito en clínica de medicina natural y terapias complementarias Rio san Juan 2025.

6.1. Primeras 2–6 semanas

6.1.1 Alivio inicial del dolor

Reducir tu nivel de dolor en un 20 % en 4 sesiones (según prueba Cochrane)

6.1.2 Mejorar la función

Aliviar el dolor de espalda y aumentar la movilidad, midiendo mediante cuestionarios de funcionalidad —la evidencia sugiere mejoras notables inmediatas tras varias sesiones.

6.1.3 Diseñar protocolo personalizado

Definir con el acupunturista 6 puntos clave (como V23, V25 y VB34) según diagnóstico energético.

6.2. A mediano plazo (6–12 semanas)

6.2.1 Reducción de dolor sostenida

Conseguir una reducción duradera del dolor al menos hasta 12 meses, basado en estudios que muestran resultados sostenidos.

6.2.2 Disminuir uso de medicación

reducir consumo de antiinflamatorios o analgésicos gracias a la acupuntura complementaria.

6.2.3 Integración de estilos de vida saludables

Añadir ejercicios, corrección postural y cambios en estilo de vida recomendados junto a la acupuntura.

Tabla 1

Etapas	Frecuencia	Duración	Modalidad
1	2 sesiones/semana	2–4 sem.	Acupuntura clásica + electro
2	1–2 sesiones/semana	4–8 sem.	Auriculoterapia, moxa, cupping
3	1 sesión cada 2semanas	8-12 sem.	Refuerzo y prevención

□ Control del peso y rutina: mantener peso saludable, evitar esfuerzos fuertes tras sesiones de acupuntura.

□ Monitoreo del progreso: medir dolor (EVA 0–100) y funcionalidad cada 4–6 semanas.

6.3. Funciones por cada participante

6.3.1 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.

6.3.2 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.

Analizar el uso 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.

Se encarga de coordinar la educación, trabajar en equipo con otros profesionales y garantizar la efectividad del tratamiento a largo plazo.

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.

6.3.2 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.

6.3.3 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.

VII. 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 Hospital Primario "SAN MIGUELITO"

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.

VIII. PLAN DE ACCIÓN

Los sectores del Hospital Primario "SAN MIGUELITO" cuenta con 1 empresa, 4 centros de estudios, 4 iglesias evangélicas, 1 iglesia católica.

En relación con la población meta, el Proyecto para el abordaje de lumbalgia con medicina natural y terapias complementarias en el Hospital Primario "SAN MIGUELITO", del municipio de San Miguel 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).

Aplicar tratamiento con (acupuntura Farmacopuntura Electroacupuntura y Auriculoterapia

Definimos esquema según tratamientos mencionados Acupuntura: según gravedad de la lumbalgia los puntos que más se usan son V17,23,25,26,27,29,30,36,58,60 VB,30, DU,14,3.5. Farmacopuntura: consiste en infiltrar anestésicos locales para aliviar dolor según la escala del dolor entre ellos los más utilizados lidocaína, procaína, complejo B Solución salino. Auriculoterapia: Aplicación de semillas o agujas en los puntos auriculares correspondientes (zona lumbar, Shen Men, punto antiestrés). Electroacupuntura, Moxibustión o masaje para potenciar resultados.

Estas técnicas son complementarias, seguras y ofrecen alivio del dolor en lumbalgia crónica. La acupuntura tiene el respaldo más sólido; la farmacopuntura aporta un efecto más prolongado; y la auriculoterapia es útil como método de bajo riesgo y alta tolerancia.

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.

IX. CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES

El presente proyecto para el abordaje de lumbalgia con medicina natural y terapias complementarias en el Hospital Primario de Salud "SAN MIGUELITO", del municipio de San Miguelito 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 sus actividades, con su fecha de inicio y finalización por cada ítem. (ver anexo 4)

9.1 Presupuesto

Presupuesto de proyecto para el abordaje de lumbalgia con medicina natural y terapias complementarias en el Hospital Primario "SAN MIGUELITO", del municipio San Miguel SILAIS RIO SAN JUAN, Nicaragua del 1 de julio al 31 de diciembre del 2025.

N°	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

X. BIBLIOGRAFÍA

Carbayo, J., Rodríguez Losáñez, J., & Sastre, J. (28 de Febrero de 2012). Lumbalgia. *REV CLÍN MED FAM*, 5(2), 140-143.

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

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

Saldívar González, A. (4 de 2003). Lumbalgia en trabajadores. Epidemiología. (IMSS, Ed.) *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*, (pág. 140). Salamanca, España.

XI. ANEXOS

ANEXO 1: Tabla 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 Hospital Primario "San Miguelito", el municipio de san Miguelito 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		

ANEXO 2: 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 3: SEGUIMIENTO

Se aplicará una ficha de seguimiento para el proyecto para el abordaje de lumbalgia con medicina natural y terapias complementarias en el Hospital Primario "SAN MIGUELITO, municipio de San Miguel, SILAIS Rio San Juan Nicaragua del 1 de julio al 31 de diciembre del 2025 en el primer trimestre.

ACCIONES	SI	NO	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 4: 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 Hospital Primario “SAN MIGUELITO” Municipio San Miguel SILAIS Rio San Juan, Nicaragua del 1 de julio al 31 de diciembre del 2025.

ACCIONES	SI	NO	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			Replicación 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 5: CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES

Tabla 2. Proyecto para el abordaje de lumbalgia con medicina natural y terapias complementarias en el Hospital Primario "SAN MIGUELITO del municipio de San Miguelito SILAIS Rio San Juan, Nicaragua del 1 de julio al 31 de diciembre del 2025

N°	ACTIVIDADES	JUL	AGO	SEP	OCT	NOV	DIC	OBSERVACIONES
1	Identificación y registro de pacientes con lumbalgia							Se realizará mediante tamizaje en consulta externa y medicina natural.
2	Evaluación clínica y terapéutica		X		X		X	Historia clínica, escala EVA y diagnóstico.
3	Elaboración y validación del plan de intervención integrativa.	X	X	X	X	X	X	Basado en guías de medicina natural del MINSA.
4	Aplicación tratamiento de Electroacupuntura (2 sesiones semanales por paciente)	X	X	X	X	X	X	Se usará técnicas de acupuntura con agujas estériles.
5	Aplicar tratamiento Auriculoterapia (1 sesión cada 15 días por paciente)	X	X	X	X	X	X	Seguimiento según de acuerdo a la mejoría del paciente.
6	Aplicar tratamiento Farmacopuntura (1 sesión semanal por paciente)	X	X	X	X	X	X	Basado en fármacos para alivio del dolor lidocaína, procaína, complejo Solución salino
7	Prescripción y entrega de fitoterapia (plantas antiinflamatorias)	X	X	X	X	X	X	Cúrcuma, árnica, jengibre, sauce y hojas de mango.
8	Capacitación sobre prácticas y enfoques terapéuticos		X	X	X	X	X	Se hará 1 capacitación al mes dirigidas a trabajadores de la salud y líderes comunitarios.
9	Orientación sobre recursos de salud disponibles y gratuitos de medicina natural en el centro de salud	X	X	X	X		X	Realización de monitoreo de los recursos de salud disponibles, al inicio y en el cierre del proyecto.
10	Consejerías sobre cuidados físicos de la vida cotidiana.	X	X	X	X			Enseñanzas de cómo deben sentarse, posiciones de dormir que favorezcan, peso adecuado de levantar etc.
11	Charla y sensibilización de tratamiento y prevención de lumbalgia.	X	X	X	X	X	X	Charlas a la comunidad, en lugares públicos, salas de espera, emergencia y consulta de manera permanente.
12	Técnicas mente-cuerpo							Reducción de estrés y tensión lumbar.
13	Promover actividades de seguimiento y apoyo emocional			X			X	Se realizarán actividades de seguimiento y apoyo a pacientes con lumbalgia al finalizar cada trimestre del proyecto.

Tabla 3 Proyecto para el abordaje de lumbalgia con medicina natural y terapias complementarias en el Hospital Primario "SAN MIGUELITO " del Municipio de San Miguel SILAIS RIO SAN JUAN, Nicaragua del 1 de julio al 31 de diciembre del 2025

No	ACTIVIDADES	JUL	AGO	SEP	OCT	NOV	DIC	OBSERVACIONES
1	Reuniones con líderes comunitarios y responsables institucionales donde se encuentre concentrado el grupo meta							
2	Asistencia en campañas y ferias de salud			X			X	Se harán dos ferias de salud durante el proyecto a mediados y al final del proyecto
3	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
4	Implementación de estrategias comunitarias de promoción, prevención y educación en salud a toda la población sana							
5	Búsqueda y alianzas de financiamiento externo con otras instituciones de salud con enfoque interdisciplinario en la atención de calidad	X		X		X		Actividad designada al director de la unidad de salud, responsable de docencia, y autoridades institucionales
6	Aseguramiento de estándares de seguridad del paciente en el tratamiento de lumbalgia	X	X	X	X	X	X	Actividad designada al responsable de docencia, y autoridades institucionales
7	Distribución de material educativo sobre las causas, factores de riesgo, síntomas y medidas de prevención de la lumbalgia	X	X	X	X	X	X	Acciones asignadas a los brigadistas de salud.
8	Desarrollar programas de prevención de la lumbalgia	X			X			Responsable de docencia y responsable de medicina natural
9	Reforzar la atención multidisciplinaria en el abordaje de la lumbalgia		X		X		X	Con alianzas con médicos especialistas, y máster en medicina natural
10	Gestionar material y recursos humanos para asegurar el impacto del proyecto	X	X	X	X	X	X	Actividades asignadas al responsable de docencia y brigadistas de salud
11	Evaluación final del proyecto						X	Evaluación de la etapa final del proyecto al finalizar el segundo trimestre

ANEXO 6: IMÁGEN 1. DEL HOSPITA PRIMARIO

SAN MIGUELITO



**ANEXO 7: IMAGEN 2. TERAPIA DE VENTOSA EN CLINICA DE MEDICINA
NATURAL**

“HOSPITAL PRIMARIO SAN MIGUELITO



ANEXO 8: IMAGEN 3. TERAPIA DE ANMA MASAJE EN EL HOSPITAL

PRIMARIO

"SAN MIGUELITO"

