



Gobierno de Reconciliación
y Unidad Nacional
El Pueblo, Presidente!



UNIVERSIDAD DE MEDICINA ORIENTAL
JAPÓN-NICARAGUA
UMO-JN



東洋医学

**UNIVERSIDAD DE MEDICINA ORIENTAL
JAPON – NICARAGUA
UMO-JN**

MINISTERIO DE SALUD

**INSTITUTO DE MEDICINA NATURAL Y TERAPIAS
COMPLEMENTARIAS
IMNTC**

**Proyecto de Graduación para Optar al Título de Especialista en
Acupuntura**

**Manejo de lumbalgia con Medicina Natural y Terapias Complementaria
que acuden a la clínica de Medicina Natural en “HOSPITAL GASPAR
GARCÍA LAVIANA” San Juan del Sur del 1 de julio al 31 de diciembre
del 2025**

Autora: Lic. María Auxiliadora Pérez Hernández
Licenciada en Enfermería
Hospital Primario “GASPAR GARCÍA LAVIANA”
SILAIS Rivas

Docente: Dr. Francisco Javier Toledo Cisneros
Docente principal del módulo

Managua Nicaragua, 28 de febrero del 2025

ÍNDICE

RESUMEN.....	i
INTRODUCCIÓN.....	1
JUSTIFICACIÓN	3
OBJETIVOS	4
ALCANCE Y VIABILIDAD.....	5
IDENTIFICACIÓN DE LOS BENEFICIARIOS.....	6
DEFINICIÓN DE LAS METAS	6
DEFINICIÓN DE LAS TAREAS	7
IDENTIFICACIÓN DE RIESGO.....	11
PLAN DE ACCIÓN	12
CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES.....	13
PRESUPUESTO	13
BIBLIOGRAFÍA.....	14
ANEXOS	15

RESUMEN

Nombre del proyecto:

Proyecto para el abordaje de lumbalgia con medicina natural y terapias complementarias en el Hospital Primario “GASPAR GARCÍA LAVIANA”, del municipio de San Juan del Sur, Nicaragua del 1 de julio al 31 de diciembre del 2025.

Metodología de trabajo:

De acuerdo con lo anterior mencionado al identificar a la lumbalgia como problema de salud prevalente en los grupos de usuarios mencionados, se ejecutará un cronograma de actividades con un plan de acción que cuya finalidad sea identificar el impacto del proyecto en lograr la disminución de la demanda de consultas por dolor crónico lumbar en la clínica de medicina natural y terapias complementarias.

Se implementará un proyecto de salud comunitaria para el abordaje de lumbalgia con medicina natural y terapias complementarias, implementando la ley 774 y ley 759 con el objetivo de promover, regular y promover estas prácticas en el Hospital Primario “GASPAR GARCÍA LAVIANA” del municipio de San Juan del Sur acorde a la cantidad de servicios que la unidad de salud ofrece a la comunidad.

Palabra clave: Proyecto, lumbalgia, medicina natural y salud

auxiperez78@gmail.com

INTRODUCCIÓN

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. (1)

La lumbalgia es un síntoma muy conocido para todos los médicos de atención primaria, también es una de las consultas más frecuentes ya que es uno de los padecimientos más frecuentes en la vida adulta. Este padecimiento también se encuentra en niños, adolescentes, adultos y adultos mayores, ya no es una patología del adulto como se creía con anterioridad. (2)

La lumbalgia 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. (2)

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. (3)

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. (4)

La lumbalgia puede ser clasificada como mecánica, no mecánica y psicogénica. La lumbalgia mecánica puede ser específica o inespecífica. De acuerdo con el tiempo de duración, la lumbalgia puede ser aguda (inicio súbito y duración menor que seis

semanas), subaguda (duración de seis a 12 semanas), crónica (duración de más que 12 semanas) y recurrente (reaparece después de períodos de acalmia). Puede incluso dividirse en cinco categorías: viscerogénica (enfermedades abdominales), vascular (aneurisma de aorta abdominal), psicogénica (factor psicológico que induce el dolor), neurogénica (lesión en el sistema nervioso) y espondilogénica (hernia de disco y osteoartrosis). (5)

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

1. 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.
2. 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.
3. 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. (6)

JUSTIFICACIÓN

En el municipio de San Juan de Sur uno de los municipios más grandes del departamento de Rivas cabe señalar que es un lugar turístico el cual es visitado por turistas de diferentes países en la actualidad este cuenta con un Hospital primario y con diferentes especialistas los cuales brindan atención a la población tanto municipal, departamental, como a extranjeros los cuales solicitan atención en las diferentes especialidades.

El Hospital Primario “GASPAR GARCÍA LAVIANA” del municipio de San Juan del Sur 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 en el departamento de Rivas.

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, comunitaria e intercultural. También ofrece diferentes terapias complementarias como: auriculoterapia, anma masaje, ventosa, shiatsu, moxabustión, jugo terapia, taichí entre otras dándoles una atención oportuna a la población en general para su tratamiento.

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 personalizada que permite dar accesibilidad en las atenciones a las personas con dificultad de acceso.

La lumbalgia es una las principales causas de ausentismo sobre todo en la población económicamente activa, que se traduce inversión tanto personal como institucional, así como la saturación en la demanda de corrección de la patología en la clínica de medicina natural y terapias complementarias del Hospital Primario “GASPAR GARCÍA LAVIANA”.

OBJETIVOS

Objetivo general:

Desarrollar un proyecto para el abordaje de lumbalgia con medicina natural y terapias complementarias en el Hospital Primario "GASPAR GARCÍA LAVIANA", del municipio de San Juan del Sur, Nicaragua del 1 de julio al 31 de diciembre del 2025.

Objetivos específicos:

1. Describir los datos generales de la población en estudio
2. Educar sobre el beneficio de la medicina natural para la corrección del dolor crónico lumbar.
3. Evaluar los protocolos definidos en la atención a pacientes con lumbalgia
4. Instaurar alianzas intersectoriales en el sector asignado a la unidad de salud

ALCANCE Y VIABILIDAD

El Hospital Primario “GASPAR GARCÍA LAVIANA” está localizado contiguo a residencia, Santorini San Juan del Sur. El municipio de San Juan del Sur se encuentra ubicado geográficamente en la parte Sur del departamento de Rivas, a una distancia de 28 km de la cabecera departamental.

Cuenta con mejoras de carreteras también con casa materna e instituciones como la alcaldía, policía bomberos, supermercado a la par de la institución de atención. También tiene un centro turístico playas las cuales proporcionan a ser un factor rico en atracción turístico cuenta con zonas montañosas y lugares protegidos para protección de la casa de animales en peligro de extinción.

En el municipio de San Juan del Sur cuenta con una población de 16,160 habitantes hasta el año 2024 cuenta con Hospital Primario el cual se encuentra en la cabecera 8 sectores tiene una población la cual es mayormente transitoria ya que este siendo un centro turístico tanto nacionales como extranjeros y esto los conlleva a ser transitorios en el municipio.

Se encontró en el Hospital Primario “GASPAR GARCÍA LAVIANA” que 219 de 16,160 pacientes, fueron atendidos con el diagnóstico de lumbalgia en el transcurso del año 2024 con predominio entre los grupos de edades entre 40 a 65 años y el sexo femenino.

También se encontró que 118 habitantes acuden por primera vez y 101 habitantes son subsecuente por el dolor lumbar crónico, lo cual representa un problema de salud en dicha unidad.

IDENTIFICACIÓN DE LOS BENEFICIARIOS

El Hospital Primario "GASPAR GARCÍA LAVIANA" tiene una asignación poblacional de 16,160 habitantes dividido en 8 sectores, en donde el grupo etario entre 40-65 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 40-65 años, los que se encuentran en el sector laboral tanto informal como institucional, este grupo representa el 12.49% de la población asignada del Hospital Primario "GASPAR GARCÍA LAVIANA" para el año 2025.

DEFINICIÓN DE LAS TAREAS

El proyecto para la prevención, promoción y educación sobre dolor crónico de lumbalgia, que se implementará en el Hospital Primario “GASPAR GARCÍA LAVIANA”, 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), Fisioterapia, responsable de Docencia municipal, colaboradores voluntarios, brigadistas de salud.

Funciones por cada participante:

Director de área de salud

- 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
- 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
- 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.

- 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

Responsable de Clínica de medicina natural

- 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.
- Diseñar planes de tratamiento personalizados.
- 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, supervisar las terapias, 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
- Realizar un seguimiento continuo del progreso de los pacientes, evaluando la efectividad de los tratamientos aplicados y realizando ajustes según sea necesario
- Desarrollar programas de prevención de la lumbalgia, enseñando a la comunidad sobre el uso adecuado de técnicas de autocuidado para evitar el dolor crónico
- 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
- Supervisar 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

Responsable de Docencia municipal

- 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
- 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
- Brindar charlas educativas una vez semanal 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
- 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.

Colaboradores voluntarios y brigadistas de salud

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

IDENTIFICACIÓN DE RIESGO

- Modos de vida no saludables en la población (sedentarismo, falta de ejercicio físico, mala alimentación)
- Desconocimiento de la promoción y prevención salud
- Pacientes con lumbalgia que no cumplen con sus días de atenciones 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 "GASPAR GARCÍA LAVIANA"
- Exceso de trabajo en los colaboradores del centro de salud de cara a la atención directa en salud

PLAN DE ACCIÓN

Los sectores del Hospital Primario “GASPAR GARCÍA LAVIANA” cuenta con 83 empresas en las que se incluye instituciones formales y no formales como 1 mercado, 1 kioscos, 54 escuelas públicas, 11 iglesias, y 16 clínicas privadas (2 consultorios odontológicos, 2 laboratorios y 12 farmacias), entre otros.

En relación a la población meta, el Proyecto para el abordaje de lumbalgia con medicina natural y terapias complementarias en el Hospital Primario “GASPAR GARCÍA LAVIANA”, del municipio de San Juan del Sur, Nicaragua del 1 de julio al 31 de diciembre del 2025 implementará las siguientes actividades:

- Ejecutar reuniones con líderes comunitarios, brigadistas de salud y responsables institucionales donde se encuentre concentrado el grupo meta
- Método de plan charlas y capacitación intramuros y externas
- Mejora de programa de citas y convencimiento de los pacientes en la eficacia de la medicina alternativa (mediante testimonios de beneficiarios)
- Cumplimiento de estrategias comunitarias de promoción, prevención y educación en salud a la población

CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES

El presente proyecto para el abordaje de lumbalgia con medicina natural y terapias complementarias en el Hospital Primario “GASPAR GARCÍA LAVIANA”, del municipio de San Juan del Sur, 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 subactividades, 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 Hospital Primario “GASPAR GARCÍA LAVIANA”, del municipio de San Juan del Sur, Nicaragua del 1 de julio al 31 de diciembre del 2025.

No	RUBRO-MATERIAL	COSTO UNITARIO	CANTIDAD	SUBTOTAL
1	Personal y recursos humanos (viáticos, pagos)	150	8	1,200
2	Material y equipamiento (insumos médicos, software y equipos)	150	6	900
3	Infraestructura y logística (material de oficina)	200	3	600
6	Capacitación y divulgación (material educativo, perifoneo)	70	6	420
7	Evaluación y seguimiento		2	200
SUBTOTAL				3,320
(GASTOS IMPREVISTOS) 10%				1,000
GRAN TOTAL DEL PROYECTO				4,320

Debe poner el signo de la moneda de Córdoba y los equipos e insumos de la acupuntura

BIBLIOGRAFÍA

- Dada, M., & Zarnowski Salazar. (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).
- Lizier, D. (2012, diciembre). Ejercicios para el tratamiento de la lumbalgia inespecífica. *Revista Brasileira de Anestesiologia*, 6(1).
- 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.
- Yapud, M. (2020). *Estrategias de prevención del dolor lumbar causado por la mala postura en el grupo de betuneros del gremio “13 de junio” de la ciudad de Tulcán* (Informe de tesis de pregrado). Universidad Regional Autónoma de los Andes, Tulcán, Ecuador.

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 Hospital Primario "GASPAR GARCÍA LAVIANA", del municipio de San Juan del Sur, Nicaragua del 1 de julio al 31 de diciembre del 2025.

COMPONENTE	CUMPLE	NO CUMPLE
Cumple con todo el plan de capacitaciones a trabajadores de la clínica de medicina natural		
Realiza toda la programación de charlas		
Efectúa las actividades de seguimiento a pacientes con lumbalgia		
Plantea eventos de ejercicio físico saludable		
Participa en ferias de salud		
Cumple efectivamente plan de charlas		
Búsqueda de financiamiento externo		
Programa de prevención de lumbalgia		

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 Hospital Primario “GASPAR GARCÍA LAVIANA”, del municipio de San Juan del Sur, Nicaragua del 1 de julio al 31 de diciembre del 2025 en el primer trimestre.

ACCIONES	SI	NO	OBSERVACIONES
Se ha desarrollado un programa de prevención de lumbalgia			
Se ha distribuido material educativo sobre la prevención de lumbalgia en espacios públicos			
Se estableció 1 alianza con otras instituciones de salud			
Se cuenta con los instrumentos de monitoreo del proyecto			
Se ha cumplido con capacitaciones a trabajadores de medicina natural			
Se ha realizado 1 reunión con líderes comunitarios y responsables institucionales			
Se han realizado 2 eventos de ejercicio físico			
Se realizaron las acciones de sensibilización sobre la importancia de prevención y tratamiento de la lumbalgia			
La población responde a actividades de seguimiento a pacientes con lumbalgia			
Ha tenido dificultades en la aplicación del proyecto			
Se ha cumplido con el 50% de charlas a la comunidad sobre lumbalgia			
Se realiza una feria de salud			
Los instrumentos han sido aplicados para recolectar información esencial sobre el proyecto			
El director y el responsable de docencia conocen el objetivo del proyecto de salud “Menos dolor, más movimiento: cuida tu espalda”			
Se han cumplido las gestiones y actividades según lo descrito en el cronograma			

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 Hospital Primario “GASPAR GARCÍA LAVIANA”, del municipio de San Juan del Sur, Nicaragua del 1 de julio al 31 de diciembre del 2025 en el cierre del proyecto.

ACCIONES	SI	NO	OBSERVACIONES
Se han realizado 3 eventos de ejercicio físico			
Se realizan dos ferias de salud			
Se establecieron 2 alianzas con otras instituciones de salud efectivas			
Se han realizado 2 reuniones con líderes comunitarios y responsables institucionales			
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			
La población responde a actividades de seguimiento a pacientes con lumbalgia y de apoyo emocional para otros usuarios			
Se han cumplido las gestiones y todas las actividades según lo descrito en el cronograma			
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 capacitaciones a trabajadores de medicina natural			
Se ha cumplido con el 100% de charlas a la comunidad sobre lumbalgia			
Se ha distribuido material educativo sobre la prevención de lumbalgia en espacios públicos y en la unidad de salud			
Se realizaron las acciones de sensibilización sobre la importancia de prevención y tratamiento de la lumbalgia			

ANEXO 4: CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES

Tabla 1. Proyecto para el abordaje de lumbalgia con medicina natural y terapias complementarias en el Hospital Primario “GASPAR GARCÍA LAVIANA”, del municipio de San Juan del Sur, Nicaragua del 1 de julio al 31 de diciembre del 2025. 43 actividades de educacion????

No	ACTIVIDADES	JUL	AGO	SEP	OCT	NOV	DIC	OBSERVACIONES
I	Método de plan charlas y capacitación intramuros y externas							
1	Capacitación sobre medicina natural		X		X		X	Se hará 1 capacitación al mes dirigidas a trabajadores de la salud, líderes comunitarios y col.vol.
	Charlas educativas sobre posturas correctas, técnicas de manejo del estrés, y actividad física regular	X	X	X	X	X	X	6 charlas en lugares públicos, salas de espera, emergencia y consulta de manera permanente
	Charla de técnicas de prevención de lumbalgia, posturas, ejercicios de estiramiento y fortalecimiento muscular lumbar.	X	X	X	X	X	X	6 charlas en lugares públicos, salas de espera, emergencia y consulta de manera permanente
	Se realiza charla de prácticas saludables	X	X		X	X	X	6 charlas en lugares públicos, salas de espera, emergencia y consulta de manera permanente
	Charlas educativas sobre medicina alternativa	X	X	X	X	X	X	6 charlas en lugares públicos, salas de espera, emergencia y consulta de manera permanente
	Capacitación sobre prácticas y enfoques terapéuticos		X		X	X		Se hará 1 capacitación al mes dirigidas a trabajadores de la salud, líderes comunitarios y col.vol.
	Plan de capacitación sobre los principios y técnicas de la medicina natural			X	X		X	Se hará 1 capacitación al mes dirigidas a trabajadores de la salud, líderes comunitarios y col.vol.
	Charla de sensibilización sobre la importancia de prevención y tratamiento de la lumbalgia	X	X	X	X	X	X	6 charlas en lugares públicos, salas de espera, emergencia y consulta de manera permanente
II	Mejora de programa de citas y convencimiento de los pacientes en la eficacia de la medicina alternativa							
	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
	Orientación sobre recursos de salud disponibles y gratuitos de medicina natural en el centro de salud municipal	x					x	Realización de monitoreo de los recursos de salud disponibles, al inicio y en el cierre del proyecto
	Evaluación I del proyecto			X				Evaluación de la primera etapa del proyecto al finalizar el primer trimestre del proyecto

Tabla 2 Proyecto para el abordaje de lumbalgia con medicina natural y terapias complementarias en el Hospital Primario “GASPAR GARCÍA LAVIANA”, del municipio de San Juan del Sur, Nicaragua del 1 de julio al 31 de diciembre del 2025

No	ACTIVIDADES	JUL	AGO	SEP	OCT	NOV	DIC	OBSERVACIONES
III	Ejecutar reuniones con líderes comunitarios, brigadistas de salud y responsables institucionales donde se encuentre concentrado el grupo meta							
	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
	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 "Menos dolor, más movimiento: cuida tu espalda." al finalizar cada trimestre del proyecto
IV	Cumplimiento de estrategias comunitarias de promoción, prevención y educación en salud a la población							
	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
	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
	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 y col. Vol.
	Desarrollar programas de prevención de la lumbalgia	X			X			Responsable de docencia y responsable de medicina natural
	Reforzar la atención multidisciplinaria en el abordaje de la lumbalgia		X		X		X	Con alianzas con médicos especialistas, y responsable de medicina natural
	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
	Evaluación final del proyecto						X	Evaluación de la etapa final del proyecto al finalizar el segundo trimestre

ANEXO 5: IMÁGENES VARIAS DE LA UNIDAD DE SALUD

MAPA DE SECTORIZACIÓN DEL HOSPITAL PRIMARIO “GASPAR GARCÍA LAVIANA”



MOXIBUSTIÓN EN EL ÁREA DE MEDICINA NATURAL EN EL HOSPITAL PRIMARIO “GASPAR GARCÍA LAVIANA”, RIVAS



**TERAPIA VENTOSAS EN EL HOSPITAL PRIMARIO
"GASPAR GARCÍA LAVIANA", RIVAS**

0



**TERAPIA DE VENTOSAS EN MEDICINA NATURAL DEL HOSPITAL PRIMARIO
"GASPAR GARCÍA LAVIANA", RIVAS**



BRINDANDO ATENCIÓN EN SALUD EN EL ÁREA DE MEDICINA NATURAL DEL HOSPITAL PRIMARIO "GASPAR GARCÍA LAVIANA", RIVAS

