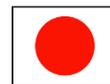




UNIVERSIDAD DE MEDICINA ORIENTAL  
JAPÓN-NICARAGUA  
UMO-JN



東洋医学

**UNIVERSIDAD DE MEDICINA ORIENTAL  
JAPÓN-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**

**Abordaje de lumbalgia en el Servicio de Medicina Natural y Terapias  
Complementarias del Centro de Salud “SERGIO AGUSTÍN BARILLA”  
del municipio de Tisma, del 1 de julio al 31 de diciembre del 2025**

**Autora:** Azucena Antonia Velásquez López  
Licenciada en Enfermería

**Tutor:**  
Dr. Francisco Javier Toledo Cisneros  
Máster en Salud Pública

Managua Nicaragua, 7 abril del 2025

# ÍNDICE

RESUMEN.....	i
INTRODUCCIÓN.....	1
JUSTIFICACIÓN .....	3
OBJETIVOS .....	4
ALCANCE Y VIABILIDAD.....	5
IDENTIFICACIÓN DE LOS BENEFICIARIOS.....	7
DEFINICIÓN DE LAS METAS .....	7
DEFINICIÓN DE LAS TAREAS .....	8
IDENTIFICACIÓN DE RIESGO.....	13
PLAN DE ACCIÓN .....	14
CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES.....	15
PRESUPUESTO .....	15
BIBLIOGRAFÍA.....	16
ANEXOS.....	17

## **RESUMEN**

### **Nombre del proyecto:**

Proyecto para el abordaje de lumbalgia en el servicio de Medicina Natural y Terapias Complementarias del Centro de Salud “SERGIO AGUSTÍN BARILLA” del municipio de Tisma, del 1 de julio al 31 de diciembre del 2025

### **Metodología de trabajo:**

El Centro de Salud “Sergio Agustín Barilla” en Tisma ofrece un enfoque integral de atención médica utilizando terapias naturales como moxibustión, reflexología podal y fitoterapia para el manejo de la lumbalgia. De los 740 pacientes atendidos en el año, 260 presentaron lumbalgia, siendo la mayoría mujeres de 35 a 49 años. El proyecto busca mejorar la calidad de vida de la población mediante estas terapias, con actividades como la capacitación del personal, charlas educativas sobre lumbalgia y estilos de vida saludable, y alianzas con instituciones locales y líderes comunitarios.

Se realizará un seguimiento constante a los pacientes con lumbalgia, para evaluar su evolución y ajustar las terapias. Este seguimiento también ayudará a mejorar la adherencia de los pacientes y a medir el impacto del proyecto. El equipo de salud, se encargará de ajustar el tratamiento y terapias de medicina natural de acuerdo con la respuesta de cada paciente. Se espera que el proyecto logre reducir el número de consultas por lumbalgia en la clínica, promoviendo una atención más efectiva y sostenible para la población.

### **Palabra clave:**

Centros de salud, atención, terapias complementarias, lumbalgia, terapéutica

**Correo:** azucenav041@gmail.com

## INTRODUCCIÓN

El Modelo de Salud Familiar y Comunitaria, bajo la dirección del Gobierno de Reconciliación y Unidad Nacional, integra la Medicina Natural y Terapias Complementarias en su estrategia de atención sanitaria, garantizando su acceso en todas las unidades de salud y promoviendo el reconocimiento de la medicina tradicional no occidental. (Gobierno de Reconciliación y Unidad Nacional, 2007)

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)

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”.

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. (Casado Morales & al, 2008)

En las Guías de Manejo del Dolor de Espalda Baja o lumbalgia propuestas por la Cooperación Europea de Ciencia y Tecnología (COST, por sus siglas en inglés) se ha propuesto la siguiente definición: “aquellas sensaciones dolorosas o no confortables, localizadas por debajo del margen costal (12<sup>a</sup> costilla) y por arriba del límite superior de

la región glútea (unión lumbosacra), que pueden irradiarse hacia uno o ambos miembros pélvicos del paciente”. (Universidad de Salamanca, 2003)

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.

La Lumbalgia, también conocida como dolor lumbar, es una de las afectaciones más comunes que afecta la columna vertebral. Se refiere al dolor en la región baja de la espalda que puede variar en intensidad y duración, desde molestias leves hasta dolores intensos que limitan las actividades cotidianas. 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. (Saldívar González, 2003)

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)

## JUSTIFICACIÓN

El Centro de salud “SERGIO AGUSTÍN BARILLA” del municipio de Tisma 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.

Dentro de las alternativas medicinales naturales ofrecidas en la unidad de salud, se encuentra la moxibustión, reflexología podal, ventosas, pediluvio, shiatsu, fitoterapia entre otras técnicas para el manejo del dolor por fuera del abordaje convencional.

El Gobierno de Reconciliación y Unidad Nacional como parte de la restitución de derechos, tiene como una de sus prioridades de manera universal e incluso mejorar la calidad de vida desde la promoción, prevención y educación en salud.

Como parte de la obra social del gobierno nacional, el Ministerio de Salud ha establecido desde el 2007 el Modelo de Salud Familiar y Comunitario (MOSAFC), como modelo único de atención en salud pública cuyo objetivo fundamental de dicho proyecto se pueden enunciar lo siguiente:

- Orientar la atención hacia la solución integral de los problemas de salud
- Promover la prevención de enfermedades, curación y rehabilitación de la salud
- Asegurar que los servicios lleguen al mismo tiempo y se realicen en los territorios donde se necesiten. (Gobierno de Reconciliación y Unidad Nacional, 2007)

Siendo la lumbalgia una de las principales causas de ausentismo laboral traduce que se deben realizar terapias de medicina natural, con actividades como la capacitación del personal de salud, charlas educativas sobre lumbalgia y estilos de vida saludable, y alianzas con instituciones locales y líderes comunitarios para mejorar la calidad de vida de la población nicaragüense con lumbalgia por el uso de la medicina natural y crear un impacto evidente en la reducción de consultas por esta patología en el área de medicina natural del Centro de Salud “SERGIO AGUSTÍN BARILLA”.

## **OBJETIVOS**

### **Objetivo general:**

Ejecutar un proyecto para el abordaje de lumbalgia en el servicio de Medicina Natural y Terapias Complementarias del Centro de Salud “SERGIO AGUSTÍN BARILLA” del municipio de Tisma, del 1 de julio al 31 de diciembre del 2025

### **Objetivos específicos:**

1. Identificar los datos generales de la población beneficiaria
2. Seleccionar los tratamientos de medicina natural y terapias complementarias adecuadas para la lumbalgia
3. Reducir las manifestaciones del enfermo para la mejoría en la calidad de vida de los beneficiarios

## **ALCANCE Y VIABILIDAD**

El municipio Tisma cuenta con una población estimada para el año 2023, de 12,453 habitantes, con una densidad poblacional de 99 habitantes por Km<sup>2</sup>. El 50.5% de la población es masculina y el 36.7% es menor de 20 años.

Al norte se encuentra "Tisma grande" que está estructurado por los barrios, 30 de mayo, Reparto Pedro Aguirre Flores (barrio conocido popularmente como reparto Chamorro) y reparto Alejandro Martínez (conocido como El Nancite).

El centro urbano está conformado por zona central sur que inicia en la Escuela Benjamín Zeledón sur y finaliza en la calle del centro de salud, la zona central inicia en la calle del centro de salud y finaliza en la calle del cementerio; la zona central norte inicia en la calle del cementerio y finaliza en la calle del Western Unión (Molino San José).

El municipio cuenta con 17 casas bases y está organizado en 14 Sectores del Modelo de Salud Familiar y Comunitario (MOSAFC) atendidos por sus equipos de salud acompañados de 163 miembros de la red comunitaria.

Sus Límites son:

Norte      Municipio de Tipitapa

Sur        Municipio de Masaya

Este       Municipio de Granada

Oeste     Municipio de Nindirí

Barrios Urbanos: 9

Al Centro de salud "SERGIO AGUSTÍN BARILLA" acuden 260 pacientes con lumbalgia de un total de 740 pacientes atendidos durante todo el año entre las edades de 35-49 años de edad entre estas 170 pacientes predominaron del sexo femenino y 90 pacientes fueron del sexo masculino.

Este proyecto de tratamiento de lumbalgia mediante medicina natural es viable desde los puntos de vista académico y logístico. Contamos con un espacio adecuado que permite la realización de actividades terapéuticas como ejercicios de estiramiento, equilibrio interno y respiración, esenciales para el manejo de la lumbalgia. Además, disponemos de equipamiento básico y material de reposición periódica, como esterillas, bandas de resistencia y pelotas de ejercicio, que son suficientes para llevar a cabo las intervenciones necesarias.

El uso de fitofármacos, complementa el tratamiento, ofreciendo propiedades antiinflamatorias naturales que ayudan a aliviar el dolor lumbar. Este enfoque no requiere de tecnología costosa, lo que lo hace accesible y sostenible. Además, se implementa con un enfoque multidisciplinario, coordinando con programas existentes como atención prenatal y atención a la población general, para brindar una atención integral y personalizada a los pacientes con lumbalgia.

## **IDENTIFICACIÓN DE LOS BENEFICIARIOS**

El Centro de salud “SERGIO AGUSTÍN BARILLA” tiene una asignación poblacional de 12,453 habitantes dividido en 14 sectores, en donde el grupo etario entre 35-49 años será el beneficiario directo de las acciones de este proyecto.

Los beneficiarios indirectos serán la población general que acude en busca de atención se verá favorecida, mejorando su salud y calidad de vida mediante el uso de medicina natural y terapias complementarias.

## **DEFINICIÓN DE LAS METAS**

Para este proyecto se establece como meta al grupo etario entre 35-49 años, los que se encuentran en el sector laboral tanto informal como institucional, este grupo representa el 35.13% de la población asignada del Centro de salud “SERGIO AGUSTÍN BARILLA” para el año 2025.

## **DEFINICIÓN DE LAS TAREAS**

El proyecto para el abordaje de lumbalgia con el uso de medicina natural y terapias complementarias en el servicio de Medicina Natural del Centro de Salud “SERGIO AGUSTÍN BARILLA”, tendrá un pequeño organigrama que se desprende de la directora del área de salud y que su ejecución será coordinada por el responsable de la clínica de medicina natural y terapias complementarias, responsable de Docencia municipal, colaboradores voluntarios, brigadistas de salud.

Además, por cada 10,000 habitantes hay 4 médicos, 3 enfermeras, 5 auxiliares de enfermería y 3 técnicos de salud.

### **Funciones por cada participante:**

#### **Director de área de salud**

- 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
- 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
- Ayudar a diseñar el plan estratégico del proyecto, estableciendo objetivos, metas y plazos.
- 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 prevención y tratamiento de la lumbalgia, enseñar posturas correctas, técnicas de manejo del estrés físico y promover la actividad física regular

- 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.
- Liderar un equipo multidisciplinario (médicos, fisioterapeutas, enfermeros, investigadores, etc.) y con otras instituciones de salud para compartir conocimientos, recursos y experiencias, en el manejo de casos complejos de lumbalgia

### **Responsable de la clínica de medicina natural**

- 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
- Aplicar tratamiento con Acupuntura y sus modalidades para el tratamiento de la lumbalgia.
- Terapias pertinentes, cantidad de sesiones y frecuencia en el tratamiento con acupuntura y sus modalidades en el dolor de lumbalgia.

**Acupuntura** generalmente implica sesiones semanales, aunque la frecuencia puede variar según la gravedad y la respuesta individual al tratamiento. Se recomienda entre 6 y 8 sesiones, pero algunas personas pueden necesitar más o menos. Cada sesión puede durar de 20 a 60 minutos.

**La farmacopuntura** para la lumbalgia implica la inyección de medicamentos en puntos de acupuntura específicos. La frecuencia del tratamiento varía según la gravedad y la respuesta individual, pero generalmente se realizan sesiones semanales o quincenales, con un total de 6 a 10 sesiones en promedio.

**Electro acupuntura** La electroacupuntura para la lumbalgia implica la aplicación de corriente eléctrica a través de agujas de acupuntura, con el objetivo de potenciar el efecto analgésico y aliviar el dolor lumbar. Se utiliza generalmente una frecuencia baja (2-100 Hz) y una intensidad que el paciente pueda tolerar, por debajo del umbral del dolor, durante sesiones de 20-30 minutos. La frecuencia del tratamiento suele ser dos veces por semana, durante un periodo de varias semanas, con un promedio de 6-8 sesiones, aunque esto puede variar según la gravedad de la afección.

- 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 terapia de medicina natural para el manejo del dolor crónico de la lumbalgia, enseñando a la comunidad sobre el uso adecuado de técnicas de autocuidado y posturas correctas.
- Evaluar la respuesta del paciente a tratamientos previos, identificando áreas de mejora
- Se encarga de coordinar la educación, supervisar las terapias, trabajar en equipo con otros profesionales y garantizar la efectividad del tratamiento a largo plazo
- Promover la salud integral, enfocándose en el bienestar físico, emocional y mental como parte del tratamiento natural para la lumbalgia
- 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
- 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

### **Responsable de Docencia municipal**

- Crear material educativo accesible sobre la terapia de medicina natural para lumbalgia, como folletos, carteles, videos o recursos digitales, que faciliten la comprensión del problema y el acceso a la información.
- Coordinar con otros responsables de áreas como bienestar social o educación para asegurar que la información sobre tratamiento de lumbalgia llegue a todos los sectores de la comunidad.
- Promover la acupuntura como tratamiento para la lumbalgia, es importante destacar sus beneficios basados en evidencia científica y experiencias clínicas. Se puede enfatizar su eficacia en el alivio del dolor, tanto agudo como crónico, y su capacidad

para mejorar la funcionalidad en comparación con otras terapias convencionales, Además, se puede mencionar su bajo riesgo de efectos adversos en comparación con tratamientos farmacológicos, lo que la convierte en una opción segura y costo-efectiva.

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

## **Colaboradores voluntarios y brigadistas de salud**

- Realizar actividades Educativas sobre el uso de acupuntura para el tratamiento de la lumbalgia (por ejemplo, charlas en salas de espera, jornadas de atención médica o ferias de salud), donde los brigadistas puedan participar stands informativos, y material educativo en compañía con el Fito acupunturita.
- 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 con medicina natural en el centro de salud el municipio de Masaya
- Asistir en la organización de eventos y campañas de salud realizadas en Masaya.
- 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 la medicina natural y el manejo del dolor
- 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
- Difundir información sobre la lumbalgia a la comunidad, explicando sus causas, factores de riesgo, síntomas, medidas de prevención y tratamiento.

## IDENTIFICACIÓN DE RIESGO

- Adopción de malos hábitos de vida los cuales no son saludables en la población (sedentarismo, falta de ejercicio físico, alimentación inadecuada)
- Escasa apropiación de la medicina natural de todos los trabajadores del Centro de salud "SERGIO AGUSTÍN BARILLA"
- Falta de educación, promoción y prevención salud dirigido a la problemática de la lumbalgia
- Personas con dolor lumbar no completan el plan terapéutico por parte de medicina natural
- Desconocimiento sobre la terapia natural y la medicina complementaria dentro de la oferta de servicios de salud.
- Alta demanda de trabajo en los recursos del centro de salud de cara a la atención directa en salud

## PLAN DE ACCIÓN

Los sectores del Centro de salud “SERGIO AGUSTÍN BARILLA” cuenta con 25 empresas en las que se incluye instituciones formales y no formales como 2 clínicas médicas privadas, 1 clínica dental, 1 laboratorio clínico, 4 farmacias, 1 ferretería, 16 centros educativos, entre otros.

En relación a la población meta, el Proyecto para el abordaje de lumbalgia en el servicio de Medicina Natural y Terapias Complementarias del Centro de Salud “SERGIO AGUSTÍN BARILLA” del municipio de Tisma, del 1 de julio al 31 de diciembre del 2025 implementará las siguientes actividades:

- Informar al público sobre qué es la acupuntura, cómo funciona y cuáles son sus beneficios específicos para la lumbalgia a través de campañas informativas en centros de salud, redes sociales y otros medios.
- Realizar seguimiento continuo a pacientes con lumbalgia tratados con acupuntura, electroacupuntura, farmacopuntura, para evaluar la evolución del dolor, valorar su enfoque terapéutico, dar seguimientos en base al cumplimiento de sus citas programadas desde el inicio a la 5ta sesión. Para evaluar el efecto del tratamiento y mejorar la adherencia a las terapias recomendadas.
- Encuentros con Red comunitarias, Brigadista de salud, parteras, colaboradores voluntarios etc. donde Promover y Crear contenido relevante y atractivo sobre acupuntura para la lumbalgia en redes sociales, utilizando imágenes, videos y gráficos que ilustren los puntos clave y los beneficios del tratamiento.
  - Establecer alianzas intersectoriales en el territorio asignado a la unidad de salud para la ejecución del proyecto Abordaje de lumbalgia en el Servicio de Medicina Natural y Terapias Complementarias del Centro de salud “Sergio Agustín Barilla” del municipio de Tisma,

## CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES

El presente proyecto para el abordaje de lumbalgia con el uso de medicina natural y terapias complementarias en el servicio de Medicina Natural del Centro de Salud “SERGIO AGUSTÍN BARILLA”, se implementará el segundo semestre 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 en el servicio de Medicina Natural y Terapias Complementarias del Centro de Salud “SERGIO AGUSTÍN BARILLA” del municipio de Tisma, del 1 de julio al 31 de diciembre del 2025**

No	RUBRO-MATERIAL	COSTO UNITARIO	CANTIDAD	SUBTOTAL
1	Personal y recursos humanos	15,090	6	90,540
2	Material y equipamiento (insumos médicos, software y equipos)	12,200	1	12,200
3	Infraestructura y logística (transporte)	13,120	1	13,120
4	Capacitación y divulgación (material educativo)	4,800	2	9,600
5	Evaluación y seguimiento	3,050	2	6,100
<b>SUBTOTAL</b>				<b>131,560</b>
<b>OVERHEAD (GASTOS IMPREVISTOS) 10%</b>				<b>13,156</b>
<b>GRAN TOTAL DEL PROYECTO</b>				<b>144,716</b>

## BIBLIOGRAFÍA

1. Asamblea Nacional. (2012). Ley de Medicina Natural, Terapias Complementarios y Productos Naturales en Nicaragua. Ley 774, La Gaceta, Diario oficial, MINSA, Managua, Nicaragua.
2. Casado Morales, M. I., & al, e. (2008). Etiología, cronificación y tratamiento del dolor lumbar. *Clínica y Salud*, 19(3), 379-392.
3. Covarrubias-Gómez, A. (4 de 2010). Lumbalgia: Un problema de salud pública. (C. D. DOLOR, Ed.) *Revista Mexicana de Anestesiología*, 33(1), 106-109.
4. Gobierno de Reconciliación y Unidad Nacional. (2007). Marco Conceptual del Modelo de Salud Familiar y Comunitario. Ministerio de Salud, Dirección de Servicios de Salud. Nicaragua: Biblioteca Nacional de Salud.
5. Lara Palomo, I. (5 de 2014). Abordaje de lumbalgia crónica inespecífica mediante tres modalidades fisioterapéuticas. *DIALNET*, 12(3).
6. Saldívar González, A. (4 de 2003). Lumbalgia en trabajadores. *Epidemiología*. (IMSS, Ed.) *Revista de Medicina*, 41(3), 203-209.
7. Universidad de Salamanca. (2003). Abordajes terapéuticos en el dolor lumbar crónico. En F. GRÜNENTHAL (Ed.), *Cátedra Extraordinaria del Dolor*, (pág. 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 en el servicio de Medicina Natural y Terapias Complementarias del Centro de Salud "SERGIO AGUSTÍN BARILLA" del municipio de Tisma, del 1 de julio al 31 de diciembre del 2025

COMPONENTE	CUMPLE	NO CUMPLE
Realización de eventos de ejercicio físico		
Realización de ferias de salud		
Cumplimiento de capacitaciones a trabajadores de medicina natural		
Búsqueda de financiamiento externo		
Trabajar con líderes comunitarios para difundir los beneficios de la medicina natural		
Realización de actividades de seguimiento continuo a pacientes con lumbalgia		
Conferencias cumplidas		
Conferencias programadas		
Gestión de material para asegurar la transmisión de la información		

## 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 el uso de medicina natural y terapias complementarias en el servicio de Medicina Natural del Centro de Salud "SERGIO AGUSTÍN BARILLA" en el primer trimestre.

ACCIONES	SI	NO	OBSERVACIONES
Se estableció 1 alianza con otras instituciones de salud			
Se ha realizado 1 reunión con líderes comunitarios y responsables institucionales			
Se cuenta con los instrumentos de monitoreo del proyecto			
Los instrumentos han sido aplicados para recolectar información esencial sobre el seguimiento de pacientes			
La población ha mostrado una respuesta positiva ante las actividades del proyecto 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 ha cumplido con capacitaciones a trabajadores de medicina natural			
Se han cumplido las gestiones y actividades según lo descrito en el cronograma			
El director y el responsable de docencia conocen el objetivo del proyecto de salud "Movilidad y bienestar: Prevención y cuidado para una espalda sana"			
Se procede a la colocación de material educativo en lugares públicos visibles			
Reforzar la atención multidisciplinaria con otros especialistas en el abordaje de la lumbalgia			
Utilizar medios comunitarios (radio local, carteles, redes sociales) para aumentar el alcance del proyecto.			

### ANEXO 3: CONTROL Y EVALUACIÓN

Se efectuará una ficha de control y evaluación para el proyecto para el abordaje de lumbalgia con el uso de medicina natural y terapias complementarias en el servicio de Medicina Natural del Centro de Salud “SERGIO AGUSTÍN BARILLA” en el cierre del proyecto.

ACCIONES	SI	NO	OBSERVACIONES
Hubo dificultades en la aplicación del proyecto final de salud			
Se ha cumplido con el 100% de charlas a la comunidad sobre lumbalgia			
Se ha cumplido con todas las capacitaciones a trabajadores de medicina natural			
Realización de eventos como campañas o ferias de sensibilización y educación sobre lumbalgia y medicina natural			
Se ha distribuido material educativo sobre la prevención y tratamiento de lumbalgia en espacios públicos y en la unidad de salud			
Se han realizado 2 reuniones con líderes comunitarios y responsables institucionales			
Se establecieron 2 alianzas con otras instituciones de salud efectivas			
Se han cumplido las gestiones y todas las actividades según lo descrito en el cronograma			
La población responde a actividades de seguimiento a pacientes con lumbalgia y de apoyo emocional para otros usuarios			
Se organizaron talleres de formación intersectorial para difundir los beneficios de las terapias naturales y cómo pueden integrarse en el bienestar comunitario.			
Se ha desarrollado un programa de prevención de lumbalgia efectivo y de calidad			

## ANEXO 4: CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES

**Tabla 1. Proyecto para el abordaje de lumbalgia con el uso de medicina natural y terapias complementarias en el servicio de Medicina Natural del Centro de Salud “SERGIO AGUSTÍN BARILLA”**

No	ACTIVIDADES	JUL	AGO	SEP	OCT	NOV	DIC	OBSERVACIONES
<b>I</b>	Capacitación educativa al personal del área de medicina natural							Promocionar las terapias de acupuntura y sus modalidades Acupuntura, electroacupuntura Faramacoacupuntura
1	Charla de técnicas de prevención de lumbalgia, posturas, ejercicios de estiramiento y fortalecimiento muscular lumbar.	X	X	X	X	X	X	6 charlas a la comunidad, en lugares públicos, salas de espera, emergencia y consulta de manera permanente
2	Charla de sensibilización sobre la importancia del tratamiento de la lumbalgia	X	X	X	X	X	X	6 charlas a la comunidad, en lugares públicos, salas de espera, emergencia y consulta de manera permanente
3	Importancia de la adherencia a las terapias y otras medidas terapéuticas de la lumbalgia	X	X	X	X	X	X	6 charlas a la comunidad, en lugares públicos, salas de espera, emergencia y consulta de manera permanente
4	Capacitación sobre prácticas y enfoques terapéuticos de la lumbalgia		X		X	X		Se hará 1 capacitación al mes dirigidas a trabajadores de la salud, líderes comunitarios y col.vol.
5	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.
6	Capacitación sobre medicina natural y fitofármacos		X		X		X	Se hará 1 capacitación al mes dirigidas a trabajadores de la salud, líderes comunitarios y col.vol.
7	Charla de estilos de vida saludables	X	X		X	X	X	6 charlas a la comunidad, en lugares públicos, salas de espera, emergencia y consulta de manera permanente
<b>II</b>	Seguimiento continuo en pacientes crónicos de la evolución de la lumbalgia Acupuntura, electroacupuntura Faramacoacupuntura							Tratamiento de la lumbalgia Acupuntura, electroacupuntura Faramacoacupuntura
1	Suscitar acciones de seguimiento, búsqueda, y captación de pacientes con lumbalgia			X			X	Se realizarán actividades de seguimiento y apoyo a pacientes con lumbalgia al finalizar cada trimestre del proyecto
2	Seguimiento continuo con citas programadas al inicio y a la 5ta sesión de tratamiento para mejorar la adherencia y efectividad de la terapia	x					x	Realización de monitoreo de los pacientes, al inicio y en el cierre del proyecto
	<b>Evaluación I del proyecto</b>			X				Evaluación de la primera etapa del proyecto al finalizar el primer trimestre del proyecto

**Tabla 2 Proyecto para el abordaje de lumbalgia con el uso de medicina natural y terapias complementarias en el servicio de Medicina Natural del Centro de Salud “SERGIO AGUSTÍN BARILLA”**

No	ACTIVIDADES	JUL	AGO	SEP	OCT	NOV	DIC	OBSERVACIONES
III	Encuentros con líderes comunitarios y responsables institucionales donde se encuentre concentrado el grupo meta							Promover y Crear contenido relevante y atractivo sobre acupuntura para la lumbalgia en redes sociales, utilizando imágenes, videos y gráficos que ilustren los puntos clave y los beneficios del tratamiento
1	Organizar eventos como campañas o ferias de sensibilización y educación sobre lumbalgia y medicina natural			X			X	Se realizarán estos eventos para todo tipo de persona para erradicar la lumbalgia con el lema "Movilidad y bienestar: Prevención y cuidado para una espalda sana" al finalizar cada trimestre del proyecto
2	Trabajar con líderes comunitarios para fomentar la participación de la comunidad	X	X	X	X	X	X	Para aumentar la confianza en el proyecto y asegurar que las intervenciones sean culturalmente relevantes y accesibles.
3	Difusión de los beneficios de la medicina natural y las terapias complementarias	X	X	X	X	X	X	Actividades asignadas a los brigadistas de salud, y colaboradores voluntarios
IV	Establecer alianzas intersectoriales en el territorio asignado a la unidad de salud para la ejecución del proyecto							
1	Colocación de material educativo sobre las causas, factores de riesgo, síntomas, y tratamientos de la lumbalgia en lugares públicos visibles	X	X	X	X	X	X	Actividades asignadas a los brigadistas de salud, colaboradores voluntarios y profesionales de otras instituciones
2	Gestionar material y recursos humanos para asegurar el impacto del proyecto	X	X	X	X	X	X	Actividades asignadas al responsable de docencia y director del hospital
3	Reforzar la atención multidisciplinaria con otros especialistas en el abordaje de la lumbalgia		X		X		X	Alianzas con médicos especialistas, y máster en medicina natural
4	Utilizar medios comunitarios (radio local, carteles, redes sociales) para aumentar el alcance del proyecto.	X		X		X		Actividades asignadas a los brigadistas de salud, y colaboradores voluntarios
5	Aseguramiento de estándares de seguridad de atención del paciente en el tratamiento de lumbalgia	X	X	X	X	X	X	
6	Organizar talleres de formación intersectorial para difundir los beneficios de las terapias naturales y cómo pueden integrarse en el bienestar comunitario.	X	X	X	X	X	X	Actividades asignadas Al director, especialistas en medicina natural y profesionales de otras instituciones (educadores, trabajadores sociales, etc.)
	<b>Evaluación final del proyecto</b>						X	Evaluación de la etapa final del proyecto al finalizar el segundo trimestre



## **ANEXO 5: IMÁGENES VARIAS DE LA UNIDAD DE SALUD**

### **CENTRO DE SALUD “SERGIO AGUSTÍN BARILLA”, TISMA**



### **TERAPIA DE MOXIBUSTIÓN EN CENTRO DE SALUD “SERGIO AGUSTÍN BARILLA”, TISMA**



**TERAPIA DE VENTOSAS  
EN EL CENTRO DE SALUD “SERGIO AGUSTÍN BARILLA”, TISMA**



**REALIZACION DE CHARLAS EDUCATIVAS  
EN CENTRO DE SALUD “SERGIO AGUSTÍN BARILLA” TISMA**



**CHARLA EDUCATIVA EN EL CENTRO DE SALUD  
"SERGIO AGUSTÍN BARILLA", TISMA**

