



UNIVERSIDAD DE MEDICINA ORIENTAL  
JAPÓN- NICARAGUA  
UMO-JN.



東洋国学院

## UNIVERSIDAD DE MEDICINA ORIENTAL JAPÓN-NICARAGUA UMO-JN

### MINISTERIO DE SALUD

### INSTITUTO DE MEDICINA NATURAL Y TERAPIAS COMPLEMENTARIAS

#### Proyecto de graduación para Optar Título de Especialista en acupuntura

**Diseñar un programa preventivo multidisciplinario en síndrome del  
manguito de rotador en el área de Clínica del Manejo Holístico del  
Dolor y Terapia Complementaria del Hospital Primario “REVERENDO  
JOSÉ SHENDELL”, Corinto, Chinandega del 01 de enero al 31 de  
diciembre de 2025**

**Autor:**

Adonis Alberto Canda Loaisiga  
Licenciado en fisioterapia

**Tutor:**

Dr. Francisco Javier Toledo Cisneros

Chinandega, Nicaragua, 25 de abril del 2025

## ÍNDICE

|                                          |    |
|------------------------------------------|----|
| RESUMEN.....                             | i  |
| INTRODUCCIÓN.....                        | 2  |
| JUSTIFICACIÓN .....                      | 4  |
| OBJETIVOS .....                          | 5  |
| ALCANCE Y VIABILIDAD.....                | 6  |
| IDENTIFICACIÓN DE LOS BENEFICIARIOS..... | 8  |
| DEFINICIÓN DE LAS METAS .....            | 9  |
| DEFINICIÓN DE LAS TAREAS .....           | 11 |
| IDENTIFICACIÓN DE RIESGO.....            | 13 |
| PLAN DE ACCIÓN .....                     | 14 |
| PRESUPUESTO .....                        | 17 |
| BIBLIOGRAFÍA.....                        | 18 |
| ANEXOS.....                              | 19 |

## RESUMEN

**Nombre del proyecto:**

Diseñar un programa preventivo multidisciplinario en síndrome del manguito de rotador en el área de Clínica del Manejo Holístico del Dolor y Terapia Complementaria del Hospital Primario "REVERENDO JOSÉ SHENDELL", Corinto, Chinandega del 01 de enero al 31 de diciembre de 2025

**Metodología de trabajo:**

Multidisciplinario: Involucra a varios profesionales como médicos, fisioterapeutas, psicólogos y otros profesionales de salud en cada fase del proyecto incluyendo desde el momento que ingresa a atenderse. Participativo: Los pacientes y la comunidad estarán involucrados activamente a través de talleres, encuestas y actividades educativas brindadas mediante un cronograma con fecha establecidas durante el desarrollo del proyecto. Enfoque Preventivo y de atención en paciente con síndrome de manguito rotador, serán atendidos mediante un tratamiento conservador, preventivo, y de automanejo teniendo en cuenta las necesidades de movilidad y del dolor presente durante las actividades de la vida diaria y en además de darle prioridad a reducir las futuras las lesiones mediante la prevención.

**Palabra clave:** Manguito rotador, prevención, terapia complementaria

[loaisiga2000@gmail.com.ni](mailto:loaisiga2000@gmail.com.ni)

## INTRODUCCIÓN

El Modelo de Salud Familiar y Comunitaria, impulsado por el Gobierno de Reconciliación y Unidad Nacional, promueve el uso de Medicina Natural y Terapias Complementarias, permitiendo que la medicina tradicional y popular sea parte del sistema de salud en hospitales y clínicas, tanto públicas como privadas. (Asamblea Nacional, 2012)

Durante el 2023, Méndez Barahona, Pérez, & Gaitán Pereira, refiere que actualmente como profesionales de la salud capacitados en las distintas terapias alternativas los trabajadores en conjunto con la medicina convencional valoran como positivo la incorporación de las diferentes técnicas aplicadas en el plan de tratamiento de cada paciente y que en el ámbito laboral contamos con mayores habilidades para la valoración e intervención terapéutica del paciente abordando mente, cuerpo y espíritu con un enfoque integral.

El hecho de aplicar las terapias en este hospital ha sido un logro muy importante y se logran apreciar mucho beneficio de muchas personas con enfermedades agudas, crónicas y de estados emocionales, sin provocar afectaciones adversas con esta medicina mejorando su bienestar general.

Dentro de los pilares de salud, tenemos lo que es la “promoción y prevención” que ayuda muchas veces a prevenir que persona sana pueda sufrir de algún tipo de trastorno y ayudando a disminuir la cantidad de personas incidentes en centros de salud u hospital. Además de ser una herramienta oportuna para investigar los posibles casos que se pueden encontrar y los futuros eventos en un área social específica.

Ahora bien, podemos tener muchas patologías referentes a los malestares provocados en el hombro las cuales pueden ser provocadas por factores adversos como la edad, la ocupación, los antecedentes familiares y accidentes dónde hombro haya tenido algún evento traumático, sin embargo, en medicina tradicional China también refiere que el malestar en los hombros es provocado por un desequilibrio a nivel de todos los sistemas del cuerpo.

Llegando a la conclusión de que el síndrome del manguito rotador es una de las causas más comunes de atención en las áreas de salud, siendo atendidos por diferentes tipos de profesionales como son médicos, enfermeros, ortopédicos, farmacéuticos fisioterapeutas y otros que brindan su mano para llevar el bienestar a los afectados. Por tal motivo, es importante darle salida a un proyecto que beneficie a la población presente y a los afectados por el padecimiento de manera holística integral.

El tener en cuenta de que muchas personas sufren síndrome de manguito rotador, ya sea de, una manera aguda o como una pequeña molestia que se presenta en la mañana o en la noche, como signos musculares inflamatorios o problemas de limitación debido a la inflamación muscular presente. Tomando en cuenta estos datos podemos decirte que varias profesiones del ámbito laboral presentan síntomas de esta alteración.

## **JUSTIFICACIÓN**

El área de Corinto, está situada en Chinandega, es un área donde se encuentra su Puerto, además de ser zona pesquera, y que actualmente cuenta con muchos colegios, gasolineras, puestos de salud, clínicas privadas, mercado, y todos aquellos locales donde se desempeña algún trabajo, son datos útiles para formación de un proyecto en cara a establecer un auto cuidado del cuerpo.

Las lesiones del manguito rotador pueden afectar gravemente la calidad de vida y la capacidad para realizar tareas cotidianas, especialmente en personas mayores y en atletas. Dado el creciente número de casos, se hace esencial desarrollar métodos más efectivos de diagnóstico y tratamiento, además de crear programas de prevención para evitar la aparición de estas lesiones.

### **Relevancia institucional**

Los hospitales son lugares de atención en salud donde se llevan a curación tratamiento muchas patologías y enfermedades, debido a que, este sitio tiene la finalidad de dar mejoría a la salud de las personas con algún padecimiento, de igual forma sucede con las personas que presentan lesiones del manguito rotador, que al ser una afectación común atendida muchas veces requiere prioridad tanto fisioterapeuta, ortopédica, radiológica y farmacológica.

### **Relevancia social**

Las afectaciones de hombro es una de las patologías más comunes dentro de la comunidad mayor a los 20 años de edad, debido a su impacto social se puede realizar de estrategia de guía y aprendizaje a futuros profesionales que den tratamiento esta afección, así como el enriquecimiento de nuevas formas de tratamientos a grupo social afectado.

### **Valor metodológico**

El estudio se llevará a cabo mediante estrategias metodológicas donde se encuentren valores medibles y coherente el proyecto tomando en cuenta el modelo metodológico presente dentro de la institución y las líneas de atención y prevención sugeridas.

# OBJETIVOS

## **Objetivo general:**

Diseñar un programa de prevención multidisciplinario en síndrome del manguito de rotador en el área de la Clínica del Manejo Holístico del Dolor del Hospital Primario "REVERENDO JOSÉ SHENDELL", Corinto, Chinandega del 01 de enero al 31 de diciembre de 2025

## **Objetivos específicos:**

1. Desarrollar estrategias de prevención en síndrome del manguito rotador
2. Capacitar sobre los cuidados ergonómicos en el síndrome de manguito rotador
3. Impulsar un programa de prevención y rehabilitación adaptado a diferentes grupos
4. Elaborar un programa de tratamiento en Manejo Holístico del Dolor y Terapia Complementaria

## **ALCANCE Y VIABILIDAD**

Dentro del alcance se tiene que la identificación y clasificación de las lesiones más comunes que afectan al manguito rotador se tiene que tener un análisis de los factores de riesgo, incluyendo la actividad física intensa en atletas, el envejecimiento, y otros factores como la genética y el trabajo repetitivo.

Muchas de las lesiones comunes a nivel del hombro tenemos tendinitis de uno de los cuatro músculos que lo conforman, desgarros parciales y roturas completas de los tendones u otras alteraciones genéticas, degenerativas. Por tal motivo, este proyecto no incluirá el análisis de lesiones en otras partes del cuerpo o investigaciones sobre dispositivos médicos específicos. Tampoco abarcará la realización de tratamientos médicos, sino que se enfocará en la parte preventiva y diagnóstica.

### **Viabilidad**

La viabilidad técnica se encuentra el en marco de diagnóstico se encuentran muchos equipos encargados de dar respuesta al motivo de dolor o afectación, tales como: la resonancia magnética y ecografía. También de profesionales encargados de dar salida a posibles diagnósticos por medio de técnicas manuales y programas de ejercicios de rehabilitación previamente desarrollados.

Además, el tener los fondos disponibles y la posibilidad de realizar colaboraciones con centros de medicina natural y terapias complementarias, rehabilitación y hospitales que apoyen debido a ser un proyecto social de salud. Así como, los costos asociados a materiales y personal capacitado donde se pueden financiar dentro del presupuesto disponible. Así como, el tiempo de desarrollo como la investigación de literatura, análisis de datos en los expedientes y diseño del proyecto.

Mencionando el síndrome del manguito rotador afectan tanto a atletas como a la población envejecida, grupos de personas que a menudo requieren atención médica y programas de salud. Los resultados podrían tener un impacto significativo en la salud pública al reducir la prevalencia de estas lesiones y mejorar la calidad de vida de los afectados.

Ahora bien, todo tipo de intervención social requiere una interferencia legal, ya que se centrará en recolección de datos de forma ética y respetuosa con la privacidad de los participantes. Se obtendrán los consentimientos informados necesarios para la recopilación de datos médicos, también la revisión de expediente en el área de salud.

## **IDENTIFICACIÓN DE LOS BENEFICIARIOS**

Pacientes con Lesiones del Manguito, ya sea por lesiones deportivas, envejecimiento o actividades laborales repetitivas. En la cual, las personas mayores de 50 años, un grupo particularmente vulnerable a las lesiones del manguito rotador debido a la degeneración natural de los tendones con el envejecimiento.

Las Instituciones médicas, como hospitales, clínicas ortopédicas, y centros de fisioterapia que tratan pacientes con lesiones del manguito rotador. Actualmente las clínicas de medicina tradicional y terapia complementarias que brindan atención integral a la población.

Fisioterapeutas y Profesionales de la Salud encargados de tratar a pacientes con este padecimiento, así como Fitoterapeutas, médicos naturistas, ortopedistas, y otros profesionales involucrados logran encontrar un avance o herramienta para el manejo de manera preventiva o de aplicación.

Otros beneficiados se encuentra la población en general, especialmente aquellos con trabajos que implican movimientos repetitivos del brazo o personas expuestas a factores de riesgo como el envejecimiento prematuro por accidentes, las personas con afectaciones degenerativas que limiten al hombro.

## DEFINICIÓN DE LAS METAS

Dentro de la sociedad o población en general muchos de los padecimientos se ven dirigidos mayormente hacia un grupo social en este caso será el síndrome del manguito rotador puede afectar a un grupo de mayor edad, así como a personas de diferente sexo en un porcentaje mayor.

Siguiendo esta idea los grupos etéreo puede ser afectado a partir de los cuarenta y cinco años, además de que el sexo femenino predomina en las afectaciones del manguito rotador. También la relación de prevalencia del síndrome del manguito rotador predomino enfermedades musculo esqueléticas y tendinitis con síntomas en horas de la noche.

según (Castellanos-Madrigal, Magdaleno-Navarro, Herrera-Rodríguez, García, & Torres-Bugarín, 2020) El cuadro clínico de la patología del manguito rotador va asociado, fundamentalmente, a tres síntomas: dolor, debilidad y limitación de la movilidad. Los síntomas iniciales pueden ser leves, pero pueden evolucionar conforme la cronicidad de la lesión.

En la Zona se encontrará inflamación local a la presión en la parte frontal del hombro, el dolor se localiza en la región anterolateral y superior del hombro, y puede irradiarse a la región superior y externa del brazo, es típicamente nocturno y despierta al paciente

En un estudio (Gabucio López, 2008) refiere La terapia manual muestra buenos resultados en el tratamiento del hombro doloroso. El tratamiento de los PGM (puntos gatillos musculares) es muy eficaz y útil para la resolución de la sintomatología dolorosa del hombro. Además de, el conocimiento de los diversos test que podemos utilizar para la detección de las disfunciones presentes en el hombro nos puede ser de gran utilidad a la hora de plantearnos y orientar nuestro tratamiento.

La aplicación rutinaria de sencillos test exploratorios durante la sesión de tratamiento nos ayuda a ir adaptando el tratamiento a la evolución del paciente. Tomando en cuenta esto se puede seguir metas como crear material educativo accesible (folletos, videos, seminarios web) que explique las causas, prevención, diagnóstico y tratamiento holístico de las lesiones del manguito rotador, cuya distribución de los materiales educativos será través de clínicas, hospitales y plataformas digitales, con retroalimentación positiva de los usuarios.

En un estudio (Gaitán, Quirós, & Sánchez, 2023) que pueden categorizar en tratamiento médico, inyectables, electrofisiológicos y agentes tratamientos experimentales, entre otros. Se debe considerar utilizar aquellos tratamientos basados en la evidencia con bajo perfil de riesgo, que sean adecuados para el paciente y el tendón se les conoce como terapias complementarias.

En el 2023 Méndez Barahona, Pérez, & Gaitán Pereira refieren que estas terapias están constituidas por un amplio y variado grupo de intervenciones terapéuticas siendo estas como las diferentes técnicas usadas en las clínicas del manejo holístico del dolor que nos dieron a conocer desde año 2014, con el fin de desarrollar diferentes opciones terapéuticas que permitan disminuir o erradicar su presentación entre la población.

Otra meta dentro será la capacitación de los profesionales de la salud debido a que durante las últimas décadas el uso de las terapias complementaria y alternativa a tomado fuerza y ganado popularidad en la población de Nicaragua y de otros países, lo cual ha sido útil en algunos pacientes especialmente con aquellos que presentan dolor crónico, oncológico; entre otras enfermedades de origen nervioso y osteomioarticulares.

## **DEFINICIÓN DE LAS TAREAS**

Desarrollar estrategias de prevención en síndrome del manguito rotador esto se pueda dar, por medios de revisión de la literatura sobre Lesiones del Manguito Rotador, debido a que investigar los estudios previos y artículos académicos sobre las causas, diagnóstico y tratamiento de las lesiones del manguito rotador se busca las mejores prácticas y avances actuales como el avance de terapia complementarias en Nicaragua.

Identificar y documentar los factores de riesgo más comunes asociados con las lesiones del manguito rotador, tales como el envejecimiento, el tipo de actividad física, y trabajos con movimientos repetitivos. Evaluar las técnicas de diagnóstico más comunes (resonancia magnética, ecografía, pruebas físicas) y seleccionar las más adecuadas para su implementación en el proyecto y distribuir a los participantes según intervención.

Capacitar sobre los cuidados ergonómicos en el síndrome de manguito rotador en este diseño de programas de prevención y rehabilitación basado en terapias complementarias, se va a organizar un programa de ejercicios preventivos y ergonómicos para fortalecer los músculos del manguito rotador, adaptado a la necesidad de los participantes.

Impulsar un programa de prevención y rehabilitación adaptado a diferentes grupos, crear folletos, videos y seminarios webs educativos sobre la prevención, diagnóstico y tratamiento del síndrome del manguito rotador. Este material educativo disponible puede ser entregado en un formato digital y físico. También se toma en cuenta la capacitación de profesionales de la salud en el ámbito de atención, control y prevención.

Elaborar un programa de tratamiento en Manejo Holístico del Dolor y Terapia Complementaria por medio de la implementación de protocolos casos clínicos para el estudio debido a que lesiones del manguito rotador que hayan sido tratados con opciones conservadoras y quirúrgicas, se debe tener en cuenta la limitación y sintomatología encontrada en la base de datos del expediente clínico.

Evaluación y seguimiento de resultados monitorear, realizando encuestas y entrevistas con los beneficiarios para evaluar la efectividad de las intervenciones y el impacto en la prevención y tratamiento de lesiones, así como los planes de mejora. Sin embargo, se toma en cuenta de que se busca cómo prevenir y **promocionar el cuidado del manguito rotador'**

## **IDENTIFICACIÓN DE RIESGO**

Relacionados con la Recolección de Datos debido a que los datos clínicos de pacientes con el síndrome podrían verse afectada por la falta de disponibilidad en estadística. el consentimiento informado o problemas éticos relacionados con la privacidad de la información. lo cual, conllevaría a retrasar la recopilación de datos y la evaluación de tratamientos pasados

Ahora otro riesgo interno es el acortamiento o la poca disposición de materiales para la creación y desarrollo del proyecto, debido a que, no se puede desarrollar en tiempo formas para su aplicación; ahora tomando en cuenta en las cuestiones de materiales también puedes mencionar la poca formación de los recursos que estarán siendo capacitado de manera recíproca.

El presupuesto del proyecto podría no ser suficiente para cubrir todos los gastos previstos, especialmente si surgen costos adicionales imprevistos, como la adquisición de equipos o tratamientos adicionales. Así como, que los pacientes o participantes podrían no adherirse adecuadamente a los programas de a desarrollar debido a factores como la falta de motivación, el dolor o el tiempo necesario para realizar los eventos.

El retraso por algunas situaciones de problemas administrativos o logísticos, como la dificultad para coordinar con hospitales, clínicas o la disponibilidad de personal para las capacitaciones.

## **PLAN DE ACCIÓN**

Las estrategias de prevención en síndrome del manguito rotador se tienen en cuenta el diagnóstico o la alteración presente, debido a que, la prevención se hace para disminuir la incidencia de esta afectación, ahora bien, el tratamiento de las lesiones del manguito rotador en la persona diagnosticada se da por medio de especialistas, en cuanto a, personas que lo padecen no se dan cuenta de ellos y creen que es un malestar se automedican uno de los datos relevantes.

La capacitación sobre los cuidados del síndrome del manguito rotador debe fundamentarse en las actividades y dificultades identificadas mediante el análisis estadístico y la revisión de expedientes clínicos de los pacientes afectados. Esta información será clave para diseñar un programa integral de prevención y rehabilitación, dirigido al personal de enfermería y otros profesionales de la salud que cuenten con el perfil adecuado.

El programa también contempla la formación de médicos, fisioterapeutas y especialistas afines en los nuevos protocolos de diagnóstico y en las mejores prácticas para el tratamiento y la prevención de lesiones del manguito rotador. Entre los enfoques terapéuticos se incluirán tanto técnicas convencionales como complementarias, tales como la acupuntura, el Shiatsu y el masaje Anma. Esto por medio de materiales didácticos de capacitación como exposiciones, videos, casos

El impulsar de un programa de prevención y rehabilitación, teniendo en cuenta las herramientas de evaluación (encuestas, entrevistas) para medir la efectividad de los programas de prevención y tratamiento, cuyo diseño de aprendizaje sobre ejercicios y terapias holísticas sea adecuado. Además de, el material educativo, como guías o videos, que muestren cómo realizarlos en entorno cotidiano.

Elaboración de un programa de tratamiento en Manejo Holístico del Dolor y Terapia Complementaria, basado en terapias complementarias para fortalecer el manguito rotador, adaptado tanto a personas adultas, como a personas mayores, Así como, el seguimiento para los pacientes que participen en el programa de prevención. Como es acupuntura, shiatsu, anma masaje, entre otros (ver anexo 5).

Ahora bien, teniendo en cuenta la población de Corinto es un dato adecuado para poder desarrollar un proyecto de carácter comunal de manera precisa y concisa con ayuda las instituciones para el desarrollo de cada uno de los elementos tomados en cuenta.

## CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES

| No | Actividad /Tarea                            | ENE | FEB | MAR | ABR | MAY | JUN | JUL | AGO | SEP | OCT | NOV | DIC | OBSERVACIONES |
|----|---------------------------------------------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|---------------|
| 1  | Planificación y diseño del proyecto         | x   |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |               |
| 2  | Revisión de literatura científica           |     | x   |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |               |
| 3  | Diseño del programa de prevención           |     | x   |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |               |
| 4  | Implementación del protocolo en MNTC        |     |     | x   |     |     |     |     |     |     |     |     |     |               |
| 5  | Ejecución de actividades de prevención      |     |     | x   |     |     |     |     |     |     |     |     |     |               |
| 6  | Seguimiento                                 |     |     | x   |     |     |     |     |     |     |     |     |     |               |
| 9  | Capacitación de personal                    |     |     |     |     | x   |     | x   |     |     |     |     |     |               |
| 10 | Desarrollo de material educativo            |     |     |     |     |     |     | x   |     |     |     |     |     |               |
| 11 | Realización de eventos de difusión          |     |     |     |     |     |     |     | x   |     |     |     |     |               |
| 12 | Análisis final y presentación de resultados |     |     |     |     |     |     |     |     |     | x   |     |     |               |

## PRESUPUESTO

| No                      | RUBRO-MATERIAL                | COSTO UNITARIO | CANTIDAD   | SUBTOTAL      |
|-------------------------|-------------------------------|----------------|------------|---------------|
| 1                       | Fase exploratoria (1 persona) | C\$ 3.000,00   | 6 personas | C\$ 18.000,00 |
| 2                       | Coordinadores de capacitación | C\$ 2.500,00   | 6 personas | C\$ 15.000,00 |
| 3                       | Creación de Base de Datos     | C\$ 100,00     | 15 dias    | C\$ 1.500,00  |
| 4                       | Impresión                     | C\$ 4,00       | 600        | C\$ 2.400,00  |
| 5                       | Internet                      | C\$ 720,00     | 6 meses    | C\$ 4.320,00  |
| 6                       | transporte                    | C\$ 122,00     | 60 dias    | C\$ 7.320,00  |
| GRAN TOTAL DEL PROYECTO |                               |                |            | C\$ 48.540,00 |

## BIBLIOGRAFÍA

- Castellanos-Madrigal, S., Magdaleno-Navarro, E., Herrera-Rodríguez, V., García, M. D., & Torres-Bugarín, O. (2020). *Lesión del manguito rotador: diagnóstico, tratamiento y efecto de la facilitación neuromuscular propioceptiva*. El Residente.
- Gabucio López, P. (2008). *Tratamiento del hombro doloroso mediante terapia manual*. Revista de Fisioterapia.
- Gaitán, R. H., Quirós, A. C., & Sánchez, D. R. (2023). *Tendinopatía del manguito rotador: actualización de la fisiopatología y el abordaje diagnóstico-terapéutico*. Revista Médica Sinergia.
- Méndez Barahona, C. A., Pérez, M. D., & Gaitán Pereira, R. A. (2023). *Aceptación de las Terapias Complementarias en la Clínica del Dolor*.

**ANEXOS**

## ANEXO 1: INSTRUMENTOS DE MONITOREO

| Actividad                                      | Responsable    | Frecuencia de Monitoreo | Observaciones                    |
|------------------------------------------------|----------------|-------------------------|----------------------------------|
| Planificación y diseño del proyecto            | Fisioterapeuta | mensual                 | Todo listo para comenzar.        |
| Capacitación de personal                       | Fisioterapeuta | Mensual                 | La capacitación está programada. |
| Adquisición de materiales y equipos            | Fisioterapeuta | semanal                 | via MINSA                        |
| Implementación del protocolo en MNTC           | Fisioterapeuta | Mensual                 | Implementado                     |
| Ejecución de actividades de prevención en MNTC | Fisioterapeuta | Trimestral              | obtención de materiales          |
| Evaluación de resultados                       | Fisioterapeuta | Trimestral              | finales de año                   |
| Seguimiento de pacientes                       | Fisioterapeuta | semanal                 | Implementado                     |

## ANEXO 2: SEGUIMIENTO

| Actividad/Tarea                             | Descripción                                                        | Fecha de Inicio | Fecha de Finalización | Observaciones /Comentarios               | Seguimiento |
|---------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------|-----------------|-----------------------|------------------------------------------|-------------|
| Planificación y diseño del proyecto         | Definir metas, objetivos, y alcance del proyecto.                  | 18/10/2024      | 07/03/2025            | Todo listo para comenzar.                | 2025        |
| Revisión de literatura científica           | Revisar artículos y estudios actuales sobre el manguito rotador.   | 18/10/2024      | 07/03/2025            | listo para comenzar                      | 2025        |
| Diseño del programa de prevención           | Crear estrategias y protocolos de prevención y tratamiento.        | 15/12/2024      | 02/03/2025            | Aguardando la capacitación del personal. | 2025        |
| Implementación del protocolo en MNTC        | Poner en práctica el protocolo diagnóstico para lesiones.          | 01/01/2025      | 07/03/2025            | Se definirá en la capacitación.          | 2025        |
| Ejecución de actividades de prevención      | Desarrollo de campañas educativas y prevención.                    | 01/01/2025      | 10/10/2025            | Preparación para materiales educativos.  | 2025        |
| Seguimiento de pacientes                    | Monitorear el progreso de pacientes que participan en el programa. | 18/10/2024      | 10/10/2025            | implementación continua                  | 2025        |
| Evaluación de resultados                    | Analizar los resultados obtenidos de la prevención y tratamiento.  | 01/01/2025      | 10/10/2025            | valoración continua                      | 2025        |
| Desarrollo de material educativo            | Crear materiales educativos y distribución.                        | 01/08/2025      | 04/04/2025            | impresión dentro de la institución       | 2025        |
| Realización de eventos de difusión          | Organizar eventos de difusión de las actividades del proyecto.     | 01/01/2025      | 01/04/2025            |                                          | 2025        |
| Análisis final y presentación de resultados | Elaboración de informe final sobre el proyecto y resultados.       | 07/03/2025      | 07/03/2025            |                                          | 2025        |

### ANEXO 3: CONTROL Y EVALUACIÓN

| Área                                     | Indicador de Desempeño (KPI)                     | Meta Objetivo                                             | Método de Medición                                         | Frecuencia de Evaluación | Estado Actual |
|------------------------------------------|--------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------|--------------------------|---------------|
| <b>Planificación del Proyecto</b>        | Inicio de actividades y tareas                   | 100% de las actividades planificadas al inicio            | Revisión de cronograma y tareas completadas                | Semanal                  | completo      |
| <b>Capacitación del Personal</b>         | Número de personas capacitadas                   | Capacitar al 100% de los profesionales en 2025            | Encuestas post-capacitación y revisión de asistencia       | semanal                  | completo      |
| <b>Adquisición de Materiales</b>         | Porcentaje de compras realizadas                 | 100% de equipos/materiales adquiridos 2025                | Verificación de facturas y recepción de materiales         | Quincenal                | COMPLETO      |
| <b>Protocolos Diagnósticos en MNTC</b>   | Cumplimiento con protocolos establecidos         | Implementación del 100% de los protocolos diagnósticos    | Revisión de implementación en consultas y expedientes      | semanal                  | En proceso    |
| <b>Actividades de Prevención</b>         | Número de campañas de prevención realizadas      | charlas, capacitaciones y atención                        | Registro de actividades y evaluación de impacto            | semanal                  | En proceso    |
| <b>Tratamiento de Pacientes</b>          | Número de pacientes tratados y seguimiento       | pacientes tratados a lo largo del proyecto                | Registro de pacientes atendidos y su evolución             | semanal                  | En proceso    |
| <b>Satisfacción de los Participantes</b> | Nivel de satisfacción de pacientes y personal    | Satisfacción mínima del 80%                               | Encuestas de satisfacción a pacientes y personal           | Final del proyecto       | En proceso    |
| <b>Control de Calidad</b>                | Cumplimiento de los estándares de calidad        | 100% de actividades cumplen con los estándares de calidad | Revisión de informes de calidad y auditorías internas      | Mensual                  | en proceso    |
| <b>Evaluación Final del Proyecto</b>     | Cumplimiento de objetivos generales del proyecto | Alcanzar al menos el 90% de los objetivos establecidos    | Comparación de resultados obtenidos vs objetivos iniciales | Final del proyecto       | en proceso    |

## ANEXO 4: IMAGENES



## **Anexo 5**

### **Programa de tratamiento para el síndrome del manguito rotador**

#### **1. Utilización de técnicas manuales para equilibrar, energizar y mejorar el estado muscular**

- a. Amma masaje: mejora y equilibra los canales haciendo que la energía fluya, en el caso del hombro si presenta estancamiento de energía en algunos puntos (15 a 30 minutos)
- b. Shiatsu: mejora la vitalidad del qi, aumentado la vitalidad y estado del hombro (15 a 30 minutos)

Ambos masajes pertenecen a terapias complementarias, aún así, se debe valorar la utilización en procesos agudos de tendinitis y los procesos inflamatorios por trauma.

#### **2. Dolor del hombro localizado por meridiano**

Dolor en la cara central del hombro, en el territorio del nervio cubital, se utiliza el meridiano del **intestino delgado**, cuando el dolor está en la cara externa del hombro (nervio radial) se utiliza el meridiano de **san jiao**, cuando es localizado en la cara ventral y el dedo índice (nervio mediano) se utiliza el meridiano de **intestino grueso**.

- a. Los puntos a referir: ID 14, ID 13, ID 9. IG 10, IG 11, IG 10, IG 15. C 1. SJ 13, SJ 14. PUNTOS ASHI.

#### **3. Limitación articular**

Lesión cansado por viento-frio o por una lesión gradual de cansancio. Objetivos en acupuntura es nutrir la sangre, calentar los meridianos, calmar el dolor, y promover la actividad de los tendones.

- a. Puntos a referir: IG 15, IG 4, JIAN-ZANHEN, IG 11, VB 34, E 38.
- b. Puntos según síntomas: IG 16, ID 13, puntos ASHI
- c. Bursitis subacromial puntos en cuenta: SJ 14, IG 10
- d. Tendinosinovitis del hombro: jianquian, puntos ASHI.