



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 JAPÓN NICARAGUA UMO-JN

MINISTERIO DE SALUD

INSTITUTO DE MEDICINA NATURAL Y TERAPIAS COMPLEMENTARIAS

ESPECIALIDAD EN ACUPUNTURA

Proyecto de Graduación Para Optar al Título de Especialidad en Acupuntura

**Abordaje de lumbalgia con Medicina Natural y terapias
complementarias en amas de casa atendidas en la clínica del dolor del
centro de salud Manin Renner Reyes, Rivas del 1 julio del 2025 al 31
de diciembre del 2025.**

Autora: Marcia Mayela Córdoba Gómez

Licenciada en fisioterapia

Tutor: Dr. Francisco Javier Toledo Cisneros

Rivas, Nicaragua, 20 de junio del 2025

ÍNDICE

RESUMEN.....	1
JUSTIFICACIÓN	4
OBJETIVOS	5
ALCANCE Y VIABILIDAD.....	6
IDENTIFICACIÓN DE LOS BENEFICIARIOS.....	7
DEFINICIÓN DE LAS METAS.....	8
CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES	12
PRESUPUESTO	13
BIBLIOGRAFÍA.....	14
ANEXOS.....	15

RESUMEN

El presente proyecto tiene como objetivo el abordaje de la lumbalgia a través de la medicina natural y terapias complementarias en amas de casa atendidas en la clínica del dolor del centro de salud Manin Renner Reyes, Rivas del 1 julio 2025 al 31 de diciembre del 2025.

El proyecto busca resaltar los beneficios de las terapias complementarias como una solución efectiva y sostenible para abordar la lumbalgia en amas de casa. Este enfoque no solo aliviará el dolor físico, sino que también mejorará su calidad de vida y capacidad para desempeñar sus roles diarios.

En la clínica del dolor del centro de salud se ha implementado un enfoque integral que incluye medicina natural y terapias complementarias, para el tratamiento de esta condición, con resultados positivos en la mejora del bienestar y calidad de vida de las pacientes.

Palabras claves: Terapias complementarias, proyecto, amas de casa, Acupuntura, Moxibustión, Ventosas, Terapia Neural, musculoesqueléticas, calidad de vida, lumbalgia.

cordobamarciamayela@gmail.com

INTRODUCCIÓN

El modelo de salud familiar y comunitario, como política nacional de salud del Gobierno de Reconciliación y Unidad Nacional fomenta una salud más inclusiva y diversa promoviendo la Medicina Natural y terapias complementarias como parte fundamental del bienestar, reconociendo y dignificando la medicina tradicional. (MINSA, 2007) (2007)

Según la organización World Health en el año 2021 La lumbalgia es una de las principales causas de discapacidad a nivel mundial y afecta de manera significativa a mujeres que desempeñan actividades domésticas, como las amas de casa, debido a la sobrecarga física, los movimientos repetitivos y las posturas inadecuadas. Frente a estas demandas, las terapias naturales y complementarias han surgido como alternativas segura, accesible y efectiva para el manejo del dolor lumbar. (Organization, 2021).

En este contexto la clínica del dolor perteneciente al centro de salud, ha desarrollado un enfoque terapéutico integral orientado a la atención de pacientes amas de casa con lumbalgia, incorporando la medicina natural y diversas terapias complementarias en su práctica clínica. Con el objetivo de mejorar la calidad de vida de las pacientes, reducir el uso de analgésicos convencionales y fomentar el autocuidado.

La lumbalgia una patología muy frecuente en la práctica médica, lo que ha influido en la búsqueda de nuevas intervenciones que influyan de manera positiva, para el cual el autor se plantea el objetivo de Evaluar la repuesta clínica de medicina natural y terapias complementarias en el tratamiento de lumbalgia en las amas de casa atendidas en la clínica del dolor del centro de salud.

La acupuntura, la terapia neural y el uso de técnicas de relajación han demostrado ser efectivas en la reducción del dolor y en la mejora de la funcionalidad física, contribuyendo además al bienestar emocional. Estas terapias, al ser integrativas, no solo abordan los síntomas físicos, sino que también consideran factores psicológicos y

sociales asociados al dolor lumbar crónico, lo que las convierte en una opción relevante para este grupo poblacional. (Sherman)

Este abordaje integrador que se implementara entre el 1 de julio al 31 de diciembre, tiene como objetivo proporcionar un enfoque holístico en el tratamiento de la lumbalgia, mejorando la calidad de vida de las amas de casa atendidas ,fomentando su bienestar y reduciendo la dependencia de tratamiento farmacológicos .a lo largo de este periodo, se exploraran diferentes modalidades de medicina natural y terapias complementarias, con un enfoque personalizado para cada paciente ,tomando en cuenta sus condiciones físicas ,necesidades especiales y el entorno en que se encuentra.

En este contexto, la medicina natural ofrece una alternativa eficaz y menos invasiva para el tratamiento de la lumbalgia. La medicina natural incluye una variedad de terapias, como el uso de plantas medicinales, aceites esenciales, masajes terapéuticos, y técnicas de relajación, que pueden ser empleadas de manera complementaria a los tratamientos convencionales. Este enfoque tiene la ventaja de ser personalizado, accesible y adaptado a las necesidades particulares de cada paciente. Además, la acupuntura una técnica de la medicina tradicional china, se ha mostrado eficaz en el tratamiento de diversos tipos de dolor, incluida la lumbalgia, al estimular puntos específicos del cuerpo para mejorar el flujo de energía y reducir la inflamación.

La combinación de estas terapias con las técnicas de medicina natural no solo proporciona alivio inmediato del dolor, sino que también mejora la calidad de vida a largo plazo al promover un estado de salud más equilibrado y menos dependiente de medicamentos, mejorando su calidad de vida.

JUSTIFICACIÓN

En este contexto surge la necesidad de explorar alternativas terapéuticas eficaces seguras y accesibles que respondan a las características y necesidades de este grupo poblacional.

Con el planteamiento de este proyecto el autor busca demostrar la efectividad de las terapias complementarias en el manejo de la lumbalgia en amas de casa, generando evidencia que pueda respaldar su inclusión en estrategias de atención primaria y salud comunitaria. Justificar su aplicación no solo responde a criterios clínicos, sino también a un enfoque de equidad, sostenibilidad respeto por los saberes tradicionales.

Este proyecto es relevante porque aborda una problemática que afecta a un grupo frecuentemente desatendido en términos de salud preventiva y terapéutica.

OBJETIVOS

Objetivo general:

Evaluar la respuesta clínica de medicina natural y terapias complementarias en el tratamiento de lumbalgia en las amas de casa atendidas en la clínica del dolor del centro de salud, Manin Rener Reyes, Rivas del 1 julio del 2025 al 31 de diciembre del 2025.

Objetivos específicos:

1. Describir las características sociodemográficas y clínicas de las amas de casa con lumbalgia.
2. Definir el tratamiento de medicina natural y terapias complementarias en amas de casa con diagnóstico de lumbalgia.
3. Valorar los cambios clínicos de las amas de casa con lumbalgias posterior al tratamiento de medicina natural y terapias complementarias.

ALCANCE Y VIABILIDAD

El proyecto se enfoca en brindar soluciones integrales para el manejo de las lumbalgias mediante terapias complementarias, adaptadas a las necesidades individuales de los pacientes. La viabilidad técnica y económica está respaldada por la creciente demanda de tratamiento alternativos no invasivos, en este sentido, el alcance social del proyecto busca mejorar la calidad de vida de los pacientes y prevenir recaída mediante la educación y la promoción del autocuidado.

El programa propuesto utilizará terapias complementarias para mejorar la calidad de vida de personas con lumbalgia. Este enfoque integral combinará técnicas físicas como acupuntura, electro acupuntura, masoterapia, ventosa, shiatsu, terapia neural y ejercicios de estiramiento. El programa se implementará específicamente en la clínica del dolor donde se brindará atención a población en general, y de manera particular a mujeres amas de casa predominantemente en edades de 30 años a más, con diagnósticos de lumbalgia crónica.

Esta población será seleccionada como beneficiarios directos del proyecto. En cuanto a la viabilidad del proyecto, se cuenta con referencia y contrarreferencia especializada, que incluye la colaboración de fisioterapeutas capacitados en terapias complementarias, y acupunturistas.

IDENTIFICACIÓN DE LOS BENEFICIARIOS

La población atendida, se enfoca en las amas de casa con diagnóstico de lumbalgia, que acuda a recibir su tratamiento convencional de manera regular, e involucrarse en cada fase donde se requiera su participación y apoyo, los cuales aparecen en la captación, valoración, aplicación del tratamiento, valoración de seguimiento y opinión acerca de los resultados que obtuvieron.

Como personal que laboro y ejecuto el proyecto, me será de beneficio con respecto al aporte de utilidad, crecimiento intelectual, profesional, y podrá ofrecer mejores servicios y alternativas para la atención de los pacientes.

Al Ministerio de salud, ya que proporcionara información útil para continuar con el proyecto y realizar nuevos en la misma línea, a su vez de mejorar las condiciones de las áreas de atención, mejor inversión, y mejorar la atención, no solo en el área donde son atendidos los pacientes si no, que también puedan seguir brindando estas estrategias para poder aplicarlas en los demás centros de salud correspondientes al Ministerio.

DEFINICIÓN DE LAS METAS

Las metas se definen tomando en cuenta el tiempo y el espacio que comprende la ejecución del proyecto de acuerdo a los resultados según los objetivos iniciales propuestos.

Este enfoque integral combinará técnicas físicas como acupuntura, electro acupuntura masoterapia, terapia neural y ejercicios de estiramiento para reducir el dolor y mejorar la funcionabilidad en las amas de casa. El programa se implementará específicamente en la clínica del dolor donde se brindará atención a población en general, y de manera particular a mujeres amas de casa predominantemente en edades de 30 años a más, con diagnósticos de lumbalgia crónica contribuyendo así a mejorar su calidad de vida, higiene postural y su reintegración a las actividades de la vida diaria.

El proyecto se enfocará en proporcionar tratamiento especializado y basado en evidencia científica a pacientes amas de casa con lumbalgia, perteneciente al grupo meta que representa el 45% de la población atendida en la clínica del dolor del centro de salud Manin Renner Reyes esta intervención permitirá no solo en la reducción del dolor, sino también en la mejora general de la salud física y emocional de las amas de casa que lo padecen.

Este proyecto busca tratar la lumbalgia de manera integral, combinando terapias naturales y complementarias para mejorar tanto el bienestar físico como emocional.

DEFINICIÓN DE LAS TAREAS

De acuerdo con los objetivos planteados, las tareas se pueden desglosar para garantizar el cumplimiento de cada uno de ellos.

- ✓ Evaluación inicial en las amas de casa.
 - Realizar una valoración completa del dolor lumbar y sus características.
 - Identificar factores emocionales, psicológicos y físicos que puedan contribuir al dolor (estrés, postura, hábitos de vida)
- ✓ Diseño del plan de tratamiento personalizado:
 - Seleccionar las terapias naturales adecuadas (acupuntura, masajes terapéuticos, terapia neural)
- ✓ Educación y capacitación:
 - Enseñar a las amas de casa sobre posturas correctas y técnicas de levantamiento para prevenir el dolor.
- ✓ Evaluación de la efectividad de las terapias complementarias.
 - Analizar el impacto de las terapias complementarias en la reducción del dolor y la mejora funcional de los pacientes.
- ✓ Revisión bibliográfica:
 - Investigar y recopilar información sobre terapias complementarias utilizadas en el tratamiento de la lumbalgia.
- ✓ Identificación de las terapias complementarias empleadas:
 - Documentar las terapias complementarias que actualmente se aplican en la clínica del dolor para tratar la lumbalgia.
- ✓ Análisis de la percepción de los pacientes
 - Recoger las opiniones y experiencias de las amas de casa sobre las terapias complementarias recibidas.
 - Evaluar la aceptación, satisfacción y percepción de utilidad de las terapias

IDENTIFICACIÓN DE RIESGO

La identificación de los riesgos es crucial al realizar un proyecto en salud, especialmente cuando se evalúan tratamientos como las terapias complementarias por las siguientes razones:

Seguridad del paciente: permite identificar factores que podrían poner en peligro la integridad física o emocional de los pacientes.

Infraestructura insuficiente: espacios inadecuados o equipamiento insuficiente para realizar las terapias de manera segura y efectiva.

Escasez de recursos: no contar con los suficientes recursos para llevar a cabo el proyecto.

Factor tiempo: Retraso en el cumplimiento de las actividades según el cronograma

Riesgo ergonómico: las amas de casa, al no modificar hábitos posturales ni técnicas de carga adecuadas, continúan expuestas a actividades que mantienen o agravan el dolor lumbar.

PLAN DE ACCIÓN

Objetivo	Actividad	Local	Periodo	Participantes	Responsable
Identificación de pacientes con lumbalgia, Creación de expedientes clínicos y valoración de pacientes	Recepción de pacientes y valoración inicial	Clínica del dolor del centro de salud	1 semana	Pacientes beneficiarios (amas de casa)	fisioterapeuta
Características sociodemográficas y clínicas de las amas de casa con lumbalgia	Entrevista (edad, estado civil) evaluación clínica, análisis de datos	Clínica del dolor del centro de salud	1 semana	Amas de casa diagnosticada con lumbalgia	fisioterapeutas
Plan de tratamiento de acuerdo al diagnóstico de lumbalgia en medicina tradicional y terapias complementarias	tratamiento de acupuntura, electro acupuntura y terapia neural con un plan de tratamiento ya establecido individualizado	Clínica del dolor del centro de salud	Dos veces por semana por 8 semanas	Amas de casa diagnosticada con lumbalgia	fisioterapeutas
Registrar y evaluar los cambios clínicos de las amas de casa con lumbalgia después del tratamiento.	Describir la evolución clínica de las amas de casa con lumbalgia ficha de manejo y seguimiento del dolor.	Clínica del dolor del centro de salud	De 6 a 8 semanas	Amas de casa diagnosticada con lumbalgia	Fisioterapeutas

CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES

Nº	ACTIVIDADES	JUL	AGO	SEPT	OCT	NOV	DIC	Observaciones
1	Fase exploratoria	X						
1	Formulación del problema	X						
2	Recolección de los datos demográficos	X						
3	Evaluación inicial	X						Se realizara un test a cada pacientes, antes de iniciar el tratamiento.
4	Identificación de comorbilidades		X					La mayoría de pacientes con Lumbalgia padecen HTA y DMII.
5	Aplicación de tratamiento individualizado	X	X	X				Se realizara 2 veces por semana. Por 8 semanas
6	Elaboración de material educativo	X						
7	Implementación de charlas sobre medicina natural y terapias complementarias	X		X		X		Se brindarán 2 charlas en sala de espera en el área de la clínica del dolor.
8	Elaboración de presupuesto						X	
9	Análisis e interpretación de la valoración inicial y final				X			
10	Evaluación y análisis de los resultados						X	

PRESUPUESTO

No	RUBRO-MATERIAL	COSTO UNITARIO	CANTIDAD	SUBTOTAL
1	Alcohol (xlt)	C\$120.50	4	C\$ 482
2	Algodón (xlb)	C\$229.00	6	C\$1,374.00
3	Jeringas de 3cc	C\$335	3	C\$1,005.00
4	Jeringas descartable de 1ml de insulina	C\$86	3	C\$ 258
5	Procaína (x frasco)	C\$350	4	C\$1,400.00
6	Vitamina B12 (10ml)	C\$50	10	C\$ 500
7	Puros de moxa (caja)	C\$335	3	C\$1,005.00
8	Aceite aromaterapia fragancia limón	C\$178	10	C\$1,780.00
9	Cajas de agujas para acupuntura	C\$800	4	C\$3,200.00
10	Kits de ventosas	C\$2,035.00	1	C\$2,035.00
11	Electro acupuntor	C\$8,140.00	1	C\$8,140.00
12	Impresión de documentos (2 juegos encolchado)	C\$250.00	2	C\$ 500
13	Viáticos para levantamiento de los datos	C\$125.00	5	C\$625.00
14	Creación de Base de Datos	C\$300.00	3	C\$900.00
15	Levantamiento de texto	C\$250	2	C\$ 500
16	Internet	C\$400.00	1	C\$400.00
17	Taxi-combustible	C\$100.00	10	C\$1,000.00
16	Salario fisioterapeuta	C\$8,324.00	6	C\$49,944.00
SUBTOTAL				C\$75,048
GRAN TOTAL DEL PROYECTO				C\$75,048

BIBLIOGRAFÍA

Asana, T. (3 de febrero de 2024). *Cómo realizar un análisis de riesgos y ejemplos*.

Obtenido de asana: <https://asana.com/es/resources/project-risks>

Kim TH, K. J. (2020). Cupping for treating pain: A systematic review. *Journal of back and musculoskeletal rehabilitation*, 33(2)(215-230).

Organization, W. H. (2021). Guidelines on physical activity and sedentary behaviour. . *World Health Organization*.

Qaseem, A. W. (2017). *Annals of Internal Medicine*, . *Noninvasive treatments for acute, subacute, and chronic low back pain: , 166(7),(514-530.)*.

Sherman, K. J. (s.f.). Acupuncture for Chronic Low Back Pain. *A Randomized Trial. Archives of Internal Medicine.*, 169(9)(858–866)

ANEXOS

ANEXO 1: INSTRUMENTOS DE MONITOREO

Actividad	excelente	bueno	regular	deficiente
Reconocimiento de la medicina natural y la medicina complementaria	✓			
Conocer las terapias complementarias para el tratamiento de lumbalgia	✓			
Que es la acupuntura		✓		
Síntomas de la lumbalgia	✓			
Integración de las terapias complementarias para el tratamiento de lumbalgia	✓			
Técnicas de relajación y control del estrés		✓		
Demostración sobre los diferentes Ejercicios que se pueden realizar para problemas de lumbalgia	✓			

ANEXO 2: SEGUIMIENTO

FECHA	ACTIVIDAD A REALIZAR	LUGAR	FACILITADOR	CUMPLIMIENTO	
				SI	NO
2/7/2025	Reconocimiento de la medicina natural y la medicina complementaria	Sala de espera clínica del dolor	Lic. Marcia Córdoba.	✓	
21/8/2025	Conocer las terapias complementarias para el tratamiento de lumbalgia	Sala de espera clínica del dolor	Lic. Marcia Córdoba	✓	
3/9/2025	Que es la acupuntura	Sala de espera clínica del dolor	Lic. Marcia Córdoba	✓	
17/9/2025	Síntomas de la lumbalgia	Sala de espera clínica del dolor	Lic. Marcia Córdoba	✓	
1/10/2025	Integración de las terapias complementarias para el tratamiento de lumbalgia	Sala de espera clínica del dolor	Lic. Marcia Córdoba	✓	
22/10/2025	Técnicas de relajación y control del estrés	Sala de espera clínica del dolor	Lic. Marcia Córdoba	✓	
5/12/2025	Demostración sobre los diferentes Ejercicios que se pueden realizar para problemas de lumbalgia	Sala de espera clínica del dolor	Lic. Marcia Córdoba	✓	

ANEXO 3: CONTROL Y EVALUACIÓN

El proyecto busca mejorar la calidad de vida de amas de casa con lumbalgia a través de medicina natural y terapias complementarias. En esta primera evaluación se analizan los avances y limitaciones en la implementación, efectuándose una ficha de evaluación y control para el proyecto.

ACCIONES	SI	NO	OBSERVACIONES
Charlas sobre el reconocimiento de la medicina natural y la medicina complementaria.			
La población responde a actividades de seguimiento a pacientes con lumbalgia y de apoyo emocional para otros usuarios.			
Identificación de los factores de riesgo en el hogar			
se realizaron evaluación de mejoría del dolor y movilidad.			
Se ha cumplido con el 100% de actividades programadas y charlas sobre lumbalgia.			
Se implementarán sesiones de acupuntura, masoterapia y fisioterapia.			
Se realizaron 2 brigadas de atención de medicina natural			
Se logró brindar charlas educativas al personal de salud y pacientes en salas de espera en terapias complementarias, ejercicios de relajación.			
Implementar horarios flexibles y adaptados a las rutinas de las amas de casa.			
se brindaron charlas sobre medicina tradicional y terapias complementarias, ejercicios terapéuticos y autocuidado			

ANEXO 4: CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES

Nº	ACTIVIDADES	JUL	AGO	SEPT	OCT	NOV	DIC	Observaciones
1	Fase exploratoria	X						
1	Formulación del problema	X						
2	Recolección de los datos demográficos	X						
3	Evaluación inicial	X						Se realizó un test a cada pacientes, antes de iniciar el tratamiento.
4	Identificación de comorbilidades		X					La mayoría de pacientes con Lumbalgia padecen HTA y DMII.
5	Aplicación de tratamiento individualizado	X	X	X				Se realizara de 2 a 3 veces por semana.
6	Elaboración de material educativo	X						
7	Implementación de charlas sobre medicina natural y terapias complementarias	X		X		X		Se brindarán 3 charlas en sala de espera en el área de fisioterapia.
8	Elaboración de presupuesto						X	
9	Análisis e interpretación de la valoración inicial y final				X			
10	Evaluación y análisis de los resultados						X	

ANEXO 5: IMÁGENES VARIAS DE LA UNIDAD DE SALUD.





