



UNIVERSIDAD DE MEDICINA ORIENTAL
JAPÓN-NICARAGUA
UMO-JN



東洋医学

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

**MINISTERIO DE SALUD
MINSA**

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

**Proyecto de graduación para optar al título de Especialista en
Acupuntura**

**Proyecto para el abordaje de lumbalgia con Medicina Natural y
Terapias Complementarias en el centro de salud Pedro Altamirano de
SILAIS Managua, Nicaragua del 1 de julio al 31 de diciembre del 2025**

Autora: Mariela Auxiliadora Romero López

Licenciada en enfermería

Docente: Dr. Francisco Javier Toledo Cisneros

Docente principal del módulo

Managua, Nicaragua, 23 de junio 2025

ÍNDICE

RESUMEN	i
I. INTRODUCCIÓN	1
II. JUSTIFICACIÓN	3
III. OBJETIVOS	5
IV. ALCANCE Y VIABILIDAD.....	6
V. IDENTIFICACIÓN DE LOS BENEFICIARIOS.....	7
VI. DEFINICIÓN DE LAS METAS	7
VII. DEFINICIÓN DE LAS TAREAS	8
VIII. IDENTIFICACIÓN DE RIESGO.....	12
IX. PLAN DE ACCIÓN	13
X. CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES	14
XI. PRESUPUESTO	15
XII. BIBLIOGRAFÍA	16
ANEXOS.....	17

RESUMEN

Nombre del proyecto:

Proyecto para el abordaje de lumbalgia con medicina natural y terapias complementarias en el Centro de Salud "PEDRO ALTAMIRANO" de SILAIS Managua, Nicaragua del 1 de julio al 31 de diciembre del 2025

Metodología de trabajo:

El proyecto se desarrollará con personas diagnosticados con lumbalgia que asisten al centro de salud Pedro Altamirano, los beneficiarios están conformados con pacientes mayores de 18 años que reciben atención médica por lumbalgia, se aplicarán encuestas estructuradas para evaluación y se revisará expedientes clínicos con el propósito de analizar las características sociodemográficas, clínicas y factores asociados a la aparición y manejo de esta patología en dicho centro de atención primaria.

Al observar el problema de salud identificado de lumbalgia, en los grupos de usuarios mencionados se realizará un plan de acción con su cronograma de actividades que genere un descenso de futuros casos, cuya finalidad identifique el impacto de dicho proyecto, en la disminución de la demanda y de las consultas por dolor crónico lumbar en la clínica de medicina natural y terapias complementarias.

En el centro de salud Pedro Altamirano se realizan diversas terapias enfocadas en el bienestar de la salud del paciente, entre las principales terapias se encuentra Qigong y Tai chi, prácticas que combinan movimiento para mejorar la movilidad, reducir estrés y fortalecer el cuerpo; así mismo se aplica técnicas de acupuntura, la Moxibustión,

auriculoterapia, que actúan sobre puntos específico del cuerpo para aliviar el dolor lumbar, mejorar la circulación y equilibrar la energía vital; también se brinda reflexología podal una terapia manual basada en la estimulación de puntos reflejos en los pies que contribuye al equilibrio de los órganos internos y al alivio e diversas dolencias.

De acuerdo con lo anterior mencionado, se implementará un proyecto aplicativo comunitario de salud para el abordaje de lumbalgia con medicina natural y terapias complementarias en el Centro de Salud “PEDRO ALTAMIRANO SILAIS Managua

Palabra clave: Lumbalgia; Medicina Natural; Terapias Complementarias; Estilo de Vida Saludable, técnicas mente-cuerpo (Taichí y Qigon).

marielaromerolopez592@gmail.com

I. INTRODUCCIÓN

La lumbalgia conocida comúnmente como dolor lumbar es una de las causas principales de consulta puede tener muchas causas, ya que esto es un síntoma y no una patología como tal. Por definición es un dolor que va desde la última costilla hasta el pliegue de los glúteos. (1)

La medicina natural ofrece alternativas como la fitoterapia, la nutrición funcional y recursos naturales para aliviar el dolor y reducir la inflamación, por su parte las terapias complementarias como la acupuntura, el masaje terapéutico y las técnicas mente-cuerpo han demostrado eficacia en el manejo del dolor lumbar, mejorando no solo los síntomas físicos, sino también el bienestar emocional.

El dolor lumbar crónico es un problema común que afecta aproximadamente al 80% de la población mundial al menos una vez en la vida. Es una condición musculoesquelético 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. (2)

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. (2)

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. (2)

Se define la lumbalgia como el dolor o malestar localizado entre el borde inferior de las últimas costillas y el pliegue inferior de la zona glútea, con o sin irradiación a una o ambas piernas, sin que esta irradiación por debajo de la rodilla deba ser considerada de origen radicular. (3)

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

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.

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.

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. (4)

La lumbalgia puede ser causada por diversos factores, tales como lesiones musculares, problemas en el disco intervertebrales, afecciones articulares o incluso malas posturas al estar sentado o al levantar objeto. (5)

II. JUSTIFICACIÓN

La lumbalgia es una de las principales causas de consulta médica y discapacidad funcional en Nicaragua, afectando especialmente a adultos mayores y personas en edad productiva. En el centro de salud Pedro Altamirano, se ha observado una alta incidencia de pacientes con dolor lumbar, lo que impacta negativamente en su calidad de vida y en la capacidad operativa del sistema de salud.

En respuesta a esta problemática, el ministerio de salud (MINSAL) ha promovido la integración de la medicina natural y las terapias complementarias en el modelo de atención primaria, respaldado por la ley N.º 774, ley de medicina natural, terapias complementarias y productos naturales. Esta legislación reconoce la eficacia de prácticas como la acupuntura, la fitoterapia, la Moxibustión y las terapias mente-cuerpo en el tratamiento de diversas afecciones, incluida la lumbalgia. Implementar un proyecto que integre estas terapias en el centro de salud Pedro Altamirano permitirá ofrecer un abordaje integral y humanizado a los pacientes con lumbalgia, reduciendo la dependencia de analgésicos convencionales y sus efectos secundarios. Asimismo, fortalecerá las capacidades del personal de salud y contribuyendo al bienestar de la comunidad.

El Centro de Salud "PEDRO ALTAMIRANO" del SILAIS Managua 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.

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.

El Gobierno de Reconciliación y Unidad Nacional presidido por el comandante Daniel Ortega y la Compañera Rosario Murillo en el marco de la restitución de derechos al pueblo nicaragüense a través del Ministerio de Salud como ente rector del sector salud, en cumplimiento con lo establecido en la Constitución Política de la República de Nicaragua, facultado por la Ley General de Salud, establece el Modelo de Salud Familiar y Comunitario (MOS AFC) como la ruta para lograr la Equidad en el sector.

La estrategia de Medicina Natural y terapias complementarias tiene como visión la continuidad del proceso de desarrollo de capacidades en medicina natural y terapias complementarias, así como de educación, difusión y promoción de la salud del modelo de salud familiar y comunitaria.

III. OBJETIVOS

3.1 General:

Describir un proyecto para el abordaje de lumbalgia con medicina natural y terapias complementarias en el Centro de Salud "PEDRO ALTAMIRANO", SILAIS Managua, Nicaragua del 1 de julio al 31 de diciembre del 2025

3.2 Específicos:

Identificar los factores predisponentes de lumbalgia en la población atendida en el centro de salud Pedro Altamirano.

Aplicar terapias complementarias como acupuntura, masajes terapéuticos y técnicas mente-cuerpo para el manejo integral del dolor lumbar.

Evaluar la efectividad de la fitoterapia en la reducción de síntomas asociados a la lumbalgia.

Promover cambios en el estilo de vida de los pacientes, incluyendo actividad física y alimentación.

IV. ALCANCE Y VIABILIDAD

En la capital de Managua distrito 5 tiene la asignación territorial con una población estimada para el año 2025 de 110,829 habitantes y una densidad poblacional de 150 habitantes por Km² de las que el 51.2% de la población es sexo femenino y el 28.7% se encuentra en edad de 10 a 20 años, área urbana, con un total de 48 barrios, 11 ESAFC. El Centro de Salud PEDRO ALTAMIRANO” está ubicado contiguo a los bomberos del huembé, dentro del cual se encuentra: un área de emergencia, consulta externa, sala de observación, Sala de UAF, clínica de medicina natural, ginecología, clínica de tuberculosis.

Se encontró en el Centro de Salud “PEDRO ALTAMIRANO” que 925 de 1454 pacientes, fueron atendidos con el diagnóstico de lumbalgia en el transcurso del año 2025 con predominio entre los grupos de edades de 35 a 49 años y el sexo Femenino.

V. IDENTIFICACIÓN DE LOS BENEFICIARIOS

El Centro de Salud “PEDRO ALTAMIRANO” tiene una asignación poblacional de 110,829 habitantes, en donde el grupo etario entre 35-49 años con diagnóstico de lumbalgia será el beneficiario directo de las acciones de este proyecto.

VI. 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 7.8% de la población asignada del Centro de Salud “PEDRO ALTAMIRANO” para el año 2025.

Disminuir la intensidad del dolor lumbar en los pacientes mediante la aplicación de terapias (acupuntura, ventosa, farmacopuntura, Moxibustión, shiatsu, anma masaje, auriculoterapia).

Mejorar la circulación energética y aliviar tensiones musculares mediante el uso de Moxibustión y ventosa.

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

Potenciar los efectos analgésicos y antiinflamatorio mediante la técnica de farmacopuntura.

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

Promover el uso terapéutico y seguro de la fitoterapia como complemento en el tratamiento de la lumbalgia en usuarios del centro de salud Pedro Altamirano.

VII. DEFINICIÓN DE LAS TAREAS

El proyecto para la prevención, promoción y educación sobre dolor crónico de lumbalgia, que se implementará en el Centro de Salud "PEDRO ALTAMIRANO", 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), responsable de Docencia, colaboradores voluntarios, brigadistas de salud.

Coordinador del proyecto

Planificar, organizar y supervisar todas las actividades del proyecto.

Coordinar el equipo interdisciplinario involucrado en la atención de los pacientes con lumbalgia.

Garantizar el cumplimiento de los objetivos y metas del proyecto.

Gestionar los recursos humanos, materiales y terapéuticos necesarios para la ejecución del plan.

Médico general

Realizar diagnóstico clínicos de lumbalgia y evaluación médica inicial del paciente.

Indicar la pertinencia del uso de terapias complementarias como apoyo al tratamiento convencional.

Monitorear la evolución clínica del paciente y determinar posibles derivaciones.

Terapeuta en medicina tradicional o acupunturista.

Aplicar técnicas de acupuntura, auriculoterapia, Moxibustión, ventosas y farmacopuntura según el protocolo terapéutico establecido

Evaluar el estado energético del paciente y seleccionar los puntos adecuados de tratamiento.

Registrar la evolución del usuario en cada sesión terapéutica y hacer seguimiento del progreso.

Promotor de salud o educador en salud.

Brindar charlas educativas sobre prevención de lumbalgia, posturas correctas y autocuidado.

Sensibilizar a los usuarios sobre los beneficios y cuidados de las terapias complementaria.

Facilitar talleres grupales de movimiento terapéutico suave como parte del acompañamiento.

Fitoterapeuta o fitoterapia.

Indicar el uso adecuado de plantas medicinales con propiedades analgésica y antiinflamatoria como complemento al tratamiento de la lumbalgia.

Preparar y entregar recetas o recomendaciones fitoterapeutas seguras, adaptadas a cada caso.

Brindar orientación sobre posibles interacciones o contraindicaciones con medicamentos convencionales.

Personal de enfermería

Apoyar el control de signos vitales antes y después de cada sesión.

Acompañar el proceso terapéutico del paciente asegurando comodidad y seguridad.

Asistir en la preparación de materiales e insumos para las terapias complementaria.

Beneficiario

Participar activamente en las sesiones de tratamiento y actividades educativas.

Informar sobre la evolución de los síntomas y seguir las indicaciones terapéuticas.

Comprometerse con las recomendaciones de autocuidado y prácticas saludables.

Colaboradores voluntarios y brigadistas de salud

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

Ayudar a organizar eventos de ejercicio físico, como caminatas, clases de yoga o gimnasia, específicamente orientados a prevenir problemas de la columna vertebral y la lumbalgia.

Orientar a la comunidad sobre los recursos de salud disponibles y como acceder a los servicios de salud gratuitos, guiándolos para que se registren o soliciten citas médicas en el centro de salud el municipio.

Educar sobre hábitos saludables, fomentar el autocuidado y la participación activa de todas las personas de la comunidad independientemente de su edad, género o nivel de capacidad física.

Colaborar en la organización de campañas de salud (por ejemplo, jornadas de atención médica o ferias de salud), donde los brigadistas pueden ayudar a montar stands informativos, distribuir material educativo, y coordinar las actividades.

Difundir información sobre la lumbalgia a la comunidad, explicando sus causas, factores de riesgo, síntomas y medidas de prevención.

Brindar apoyo emocional y motivar a los pacientes a continuar con su tratamiento, participación en ejercicios terapéuticos, y mantener una actitud positiva hacia su recuperación.

Realizar actividades educativas en la calle, en mercados, centros deportivos, o eventos públicos para llegar a una mayor cantidad de personas y aumentar la conciencia sobre la importancia de prevenir el dolor lumbar.

Realizar actividades de seguimiento después de las jornadas para asegurarse de que los pacientes continúan aplicando las recomendaciones y hábitos saludables en su vida diaria.

VIII. IDENTIFICACIÓN DE RIESGO

Recaída o cronificación del dolor lumbar: aumento del dolor, disminución de la movilidad y empeoramiento del estado funcional.

Desmotivación en el autocuidado: estilo de vida sedentario, mala postura, mayor riesgo de nuevas lesiones.

Dependencia exclusiva de fármacos: promover el enfoque integrador y no excluyente de las terapias.

Perdida de seguimiento clínico integral: el abandono puede empeorar la continuidad terapéutica multidisciplinaria.

Desinformación o desconfianza hacia las terapias complementarias: brindar información clara, realista y evidencias sobre los tiempos y beneficios del proceso.

IX. PLAN DE ACCIÓN

Los sectores del Centro de Salud "PEDRO ALTAMIRANO" cuenta con 42 empresa, 24 centros de estudios, 19 iglesias evangélicas, 23 iglesia católica.

En relación con la población meta, el Proyecto para el abordaje de lumbalgia con medicina natural y terapias complementarias en el Centro de Salud "PEDRO ALTAMIRANO" ", SILAIS Managua, Nicaragua del 1 de julio al 31 de diciembre del 2025 implementará las siguientes actividades:

Realizar historia clínica enfocada en dolor lumbar.

Evaluar movilidad de columna lumbar con terapias físicas.

Evaluar hábitos de vida (sedentarismo, estrés).

Taller sobre higiene postural en casa y el trabajo 8uso correcto de sillas, levantar peso, dormir).

Red de promotores de salud capacitados en terapias naturales básicas.

X. CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES

El presente proyecto para el abordaje de lumbalgia con medicina natural y terapias complementarias en el Centro de Salud "PEDRO ALTAMIRANO", SILAIS Managua, 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)

XI. PRESUPUESTO

Presupuesto de proyecto para el abordaje de lumbalgia con medicina natural y terapias complementarias en el Centro de Salud "PEDRO ALTAMIRANO", SILAIS Managua, Nicaragua del 1 de julio al 31 de diciembre del 2025.

No	RUBRO-MATERIAL	COSTO UNITARIO (C\$)	CANTIDAD	SUBTOTAL
	Recursos humanos (viáticos, pagos)	30,000.00	6	45,000.00
	Material y equipamiento (insumos médicos, software y equipos)	2,000.00	3	6,000.00
	Infraestructura y logística (material de oficina)	1,500.00	2	3,000.00
	Capacitación y divulgación (material educativo, perifoneo)	1,000.00	2	2,000.00
	Evaluación y seguimiento	1,000.00	3	3,300.00
SUBTOTAL				59,300.00
(GASTOS IMPREVISTOS) 10%				5,930.00
GRAN TOTAL DEL PROYECTO				65,230.00

XII. BIBLIOGRAFÍA

Carbayo, J. J., Rodríguez Losáñez, y Sastre, J. F. (2012, febrero 28). Lumbalgia. *Revista Clínica de Medicina de Familia*, 5(2), 140–143.

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).

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.

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 Centro de Salud "PEDRO ALTAMIRANO", SILAIS Managua, Nicaragua del 1 de julio al 31 de diciembre del 2025.

COMPONENTE	CUMPLE	NO CUMPLE
Números de pacientes atendidos		
Números de sesiones de terapias aplicadas		
Uso de plantas medicinales		
Realización de ferias de salud		
Prácticas de técnicas de respiración y meditación		
Preparación y uso de cataplasma naturales		
Realización de actividades de seguimiento a pacientes con lumbalgia		
Realización de eventos de ejercicio físico		

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 Centro de Salud "PEDRO ALTAMIRANO, Nicaragua del 1 de julio al 31 de diciembre del 2025 en el primer trimestre.

ACCIONES	SI	NO	OBSERVACIONES
Fitoterapia en pacientes con lumbalgia.			Manzanilla en infusión 1 taza 3 veces al día por 8 días
Cataplasma en pacientes con lumbalgia.			Jengibre licuado aplicarlo en parte de dolor 2 veces al día
Aplicación de ventosa			Directamente en el área dolorosa zona lumbar baja desde la L1 a L5.
Aplicación de Moxibustión			Tonificar riñón y yang si hay debilidad o dolor; dispersar frío y humedad.
Shiatsu y anma masaje.			Citar a pacientes 2 veces por semana por 15 minutos.
Auriculoterapia.			Aplicar triada lumbares, torácicas y cervicales.

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 Centro de Salud "PEDRO ALTAMIRANO" SILAIS Managua, Nicaragua del 1 de julio al 31 de diciembre del 2025.

ACCIONES	SI	NO	OBSERVACIONES
Supervisión técnica semanal			Revisión del cumplimiento de protocolo terapéutico (acupuntura, fitoterapia, etc.) en cada paciente.
Control de asistencia a sesiones terapéuticas			Registro detallado de pacientes que asisten a terapias.
Evaluación clínica periódica			Aplicación de escala EVA del dolor, movilidad y funcionalidad en cada paciente.
Encuesta de satisfacción del paciente			Aplicación de encuesta breve sobre calidad del servicio y percepción de mejoría.
Control de insumos y recursos naturales			Requisas listas para pedidos de agujas, aceites y medicamentos para asegurar la continuidad.
Reuniones de retroalimentación			Análisis de datos clínicos, terapéuticos y satisfacción del usuario.

ANEXO 4: CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES

Tabla 1. Proyecto para el abordaje de lumbalgia con medicina natural y terapias complementarias en el Centro de Salud "PEDRO ALTAMIRANO SILAIS Managua, Nicaragua del 1 de julio al 31 de diciembre del 2025

No	ACTIVIDADES	JUL	AGO	SEP	OCT	NOV	DIC	OBSERVACIONES
	Identificación y registro de pacientes con lumbalgia	X	X	X	X	X	X	Se realizará mediante tamizaje en consulta externa y medicina natural.
	Evaluación clínica y terapéutica		X		X		X	Historia clínica, escala EVA y diagnóstico.
	Elaboración y validación del plan de intervención integrativa.	X	X	X	X	X	X	Basado en guías de medicina natural del MINSA.
	Aplicación de acupuntura (2 sesiones semanales por paciente)	X	X	X	X	X	X	Se usará técnicas de acupuntura con agujas estériles. V23, V25, V26, YAOYANG, DU4, R3. PUNTOS ASHI
	Prescripción y entrega de fitoterapia (plantas antiinflamatorias)	X	X	X	X	X	X	Cúrcuma, árnica, jengibre, sauce y hojas de mango.
	Talleres de ergonomía y autocuidado posturales.	X	X	X	X	X	X	Dirigidos a pacientes y cuidadores.
	Capacitación sobre prácticas y enfoques terapéuticos	X	X	X	X	X	X	Se hará 1 capacitación al mes dirigidas a trabajadores de la salud y líderes comunitarios.
	Orientación sobre recursos de salud disponibles y gratuitos de medicina natural en el centro de salud	X	X	X	X	X	X	Realización de monitoreo de los recursos de salud disponibles, al inicio y en el cierre del proyecto.
	Charla de sensibilización sobre la importancia de prevención y 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
	Técnicas mente-cuerpo	X		X		X		Reducción de estrés y tensión lumbar.
	Promover actividades de seguimiento y apoyo emocional	X	X	X	X	X	X	Se realizarán actividades de seguimiento y apoyo a pacientes con lumbalgia al finalizar cada trimestre del proyecto

Tabla 2 Proyecto para el abordaje de lumbalgia con medicina natural y terapias complementarias en el Centro de Salud "PEDRO ALTAMIRANO" SILAIS Managua, Nicaragua del 1 de julio al 31 de diciembre del 2025

No	ACTIVIDADES	JUL	AGO	SEP	OCT	NOV	DIC	OBSERVACIONES
	Valoración clínica inicial del paciente.	x		x		x	x	Determinar si el paciente es apto para terapias complementarias.
	Aplicación de acupuntura	x	x	X	x	x	X	Personal capacitado y uso de material estéril
	Sesiones de Moxibustión y ventosa			X			X	Supervisar tiempo y técnica para evitar quemaduras o lesiones.
	Auriculoterapia	x		x		X		Puede ser complementaria a otras técnicas, fácil de mantener fuera de consulta.
	Administración de fitoterapia	X		X		X		Evaluar antecedentes de alergia.
	Sesiones educativas sobre autocuidado y control de dolor	X	X	X	X	X	X	Favorece la prevención de recaídas.
	Seguimiento terapéutico y control de dolor	X	X	X	X	X	X	
	Registro de datos clínicos y terapéuticos	X	x	x	X	X	X	Permitir evaluar efectividad y hacer mejoras al protocolo de atención.
	Talleres grupales de apoyo		X		X		X	Fortaleces el tratamiento y genera red de apoyo entre pacientes.
	Evaluación final del proyecto	X		X			X	Análisis de resultado clínicos y satisfacción del paciente

**ANEXO 5: IMÁGENES DE LA UNIDAD DE SALUD
PEDRO ALTAMIRANO"**



**CLINICA DE MEDICINA NATURAL
"CENTRO DE SALUD PEDRO ALTAMIRANO"**



**TERAPIA VENTOSA EN EL CENTRO DE SALUD
"PEDRO ALTAMIRANO"**



**TERAPIA DE SHIATSU EN MEDICINA NATURAL DEL CENTRO DE SALUD
"PEDRO ALTAMIRANO"**

