

UNIVERSIDAD DE EL SALVADOR
FACULTAD DE MEDICINA
ESCUELA DE CIENCIAS DE LA SALUD
LICENCIATURA EN FISIOTERAPIA Y TERAPIA OCUPACIONAL.



MEMORIA DOCUMENTADA

Tema:

Prácticas Profesionales en Lesiones Musculoesqueléticas en pacientes de la
Unidad Comunitaria de Salud Familiar Especializada San Miguelito durante el periodo
comprendido entre Julio 2022 a enero 2023.

Modalidad de proceso de grado:

Pasantía de práctica profesional

Presentada por:

Diana Cibeles Baltodano Cerón.

Docente asesor:

Licenciada Laura Guadalupe Chacón González.

Ciudad Universitaria, Agosto 2023

AUTORIDADES

Maestro Roger Armando Arias Alvarado
Rector de la Universidad

PhD Raúl Ernesto Azcunaga López
Vicerrector Académico

Ing. Juan Rosa Quintanilla
Vicerrector Administrativo

Ing. Francisco Antonio Alarcón Sandoval
Secretaría General

Msc. Josefina Sibrian de Rodríguez
Decana

Doctor Saul Diaz Peña
Vicedecano

Lcdo. José Eduardo Zepeda Avelino
Director de Escuela de Ciencias de la Salud

Lcda. Ana Catalina Mejía de Guardado
Director de la Carrera de Fisioterapia y Terapia Ocupacional

TRABAJO DE GRADO APROBADO POR: Licda. Laura Guadalupe Chacón
González.

Docente Asesor de Procesos de Graduación

Lic. Ana Catalina Mejía de Guardado
Coordinadora General de Procesos de Grado

INDICE

INTRODUCCION.	4
CAPITULO I.	5
PLANTEAMIENTO DE LA OPORTUNIDAD O NECESIDAD DEL TRABAJO.....	5
 JUSTIFICACION.....	 6
 OBJETIVOS.....	 7
Objetivo General.....	7
Objetivos Específicos.....	7
 CAPITULO II.	 8
MARCO TEORICO.....	8
Unidad Comunitaria de Salud Familiar.....	8
Fundamentos de la institución.....	9
Función de Fisioterapia en los diferentes tipos de lesiones.....	10
Tipos de Lesiones Corporales.....	10
Técnicas utilizadas en Fisioterapia.....	13
 CAPITULO III.	 16
METODOLOGIA.....	16
 CAPITULO IV.	 17
PRESENTACION DE RESULTADOS	17
 CAPITULO V.	 23
CONCLUSIONES	23
 CAPITULO VI.	 24
RECOMENDACIONES.....	24
 FUENTES DE INFORMACION	 25

ANEXOS.....	26
--------------------	-----------

INTRODUCCIÓN

La realización de este trabajo forma parte de la trayectoria académica para optar a la Licenciatura en Fisioterapia y Terapia Ocupacional, a través de la ejecución de prácticas profesionales. Las cuales fueron efectuadas en Unidad Comunitaria de Salud Familiar Especializada San Miguelito en el periodo comprendido de julio 2022 a enero 2023. En este caso la ejecución de la pasantía de práctica profesional se llevó a cabo con usuarios de dicha unidad de salud en un área provisional que fue adaptada como un consultorio para la prevención, tratamiento y recuperación de lesiones musculoesqueléticas y educación para la salud para usuarios que asistieron a fisioterapia.

En el documento se presentan seis capítulos, de los cuales los primeros tres representan el plan de acción de la pasantía, y los tres restantes manifiestan un resumen detallado de las actividades realizadas durante la ejecución de la pasantía; En este se pueden encontrar datos como descripción de la distribución de la población por edad, sexo, patologías, la modalidad de tratamientos realizados, entre otros aspectos.

Es necesario enfatizar sobre el proceso que se realizó durante la pasantía, la importancia de prevenir lesiones, la capacidad de adaptarse en situaciones inesperadas durante sus actividades de la vida diaria o trabajo y por ende menor presencia de lesiones en estos usuarios. Además del valor que representan la educación, en este caso temas competentes a fisioterapia y el bienestar de dichos usuarios.

CAPITULO I

PLANTEAMIENTO DE LA OPORTUNIDAD O NECESIDAD DE TRABAJO.

Tras la necesidad que observe en la Unidad Comunitaria de Salud Familiar Especializada San Miguelito, opte por este centro de salud para brindar de manera práctica, los conocimientos que se me permitieron adquirir a lo largo de la carrera, de tal manera poder intervenir en el tratamiento y recuperación de las lesiones Musculoesqueléticas asociadas a la población que visitó el centro de salud, en busca del servicio de fisioterapia para su recuperación y, que por tal motivo limitan su funcionamiento normal en sus actividades diarias y laborales.

En respuesta a la necesidad manifestada por el equipo de médicos de la unidad de salud San Miguelito de no contar con un recurso de fisioterapia, seleccione esta entidad para brindar atención de todos los conocimientos adquiridos a lo largo de la carrera y así intervenir en la prevención, tratamiento y recuperación de lesiones presentadas en los pacientes de dicha unidad. Patologías diferentes, que pueden ser ocasionadas por diversos factores que afectan la salud, la vida laboral y las actividades de estos pacientes.

JUSTIFICACION

Son varios los grupos de factores que pueden aumentar el riesgo de sufrir alguna alteración (física o funcional), entre estos: factores físicos y biomecánicos. Resulta complicado encontrar una causa única y definitiva en la aparición de estos trastornos ya que los factores que provocan su aparición se suman, combinan e interactúan entre sí. Las lesiones necesitan no solo un correcto diagnóstico y un tratamiento adecuado, por ello se debe realizar un trabajo multidisciplinario en el cual la labor del fisioterapeuta es realizar un trabajo para mejorar el estado de salud, con base a ello se debe tener en cuenta que una de las habilidades del fisioterapeuta es la rehabilitación integral y funcional, en el mejoramiento de la calidad de vida, actuando en la prevención, mantenimiento y recuperación de la funcionalidad del cuerpo.

En este sentido es importante que permitan desempeñar el rol del profesional de fisioterapia de planta, con el que no cuenta la Unidad Comunitaria de Salud Familiar Especializada San miguelito, y así brindar la atención pertinente a la población consultante de dicho establecimiento de salud; Siendo beneficiados a través de la pasantía profesional toda la población consultante.

OBJETIVOS

OBJETIVO GENERAL

- Realizar intervenciones fisioterapéuticas en pacientes que sean referidos al servicio de fisioterapia de la Unidad Comunitaria de Salud Familiar especializada San Miguelito, en el periodo comprendido de julio 2022 a enero 2023.

OBJETIVOS ESPECIFICOS

- Identificar y Registrar las lesiones más frecuentes que se presentan en los pacientes, en el periodo de realización de la pasantía.
- Hacer una evaluación detallada, aplicando el tratamiento adecuado de fisioterapia en cada tipo de patología para el proceso de recuperación.
- Brindar charlas educativas de patologías más frecuentes en usuarios referidos al área de fisioterapia.
- Detallar indicaciones a seguir al usuario en el domicilio para continuar con el proceso de recuperación.

CAPITULO II

MARCO TEORICO

Unidad Comunitaria de Salud Familiar Especializada San Miguelito

Se inaugura en 1966, ubicándose por primera vez en la 3ª avenida Sur entre 21 y 23 calle Oriente, siendo el director de la Unidad el Dr. Granillo y la Sra. Cardona (quien era la encargada de colaborar en la jefatura de dicha unidad). Luego esta Unidad de Salud, cambia de domicilio, el cual se ubica en 25 Calle oriente frente a la Iglesia San Martin, entre la Avenida Independencia y 2ª Avenida Sur (aquí funciono un poco más de tiempo). Dentro de las actividades que se desarrollan en la Unidad de Salud se tienen: consulta general, control, vacunación.

Todas estas actividades fueron desarrolladas mientras el Doctor Arturo Rico se encontraba frente de la Unidad, era asistido por la Señora Berta de Lima en la jefatura de la misma, la cual se encontraba ubicada en la 3ª Avenida Sur, entre 19 y 21 Calle Oriente, en ese mismo lugar se dieron varios cambios en la Dirección del centro, ya que después fue nombrado como director el Doctor Miguel Antonio Botto Rosales, en 1994 cuando el Doctor Jaime Antonio Rodríguez Cárcamo toma la Dirección.

En la actualidad se encuentra ubicada entre la 25 Calle Oriente y 20 Avenida Norte a cargo del Dr. Cristóbal Antonio Nuila Rodríguez

Fundamentos de la Institución:

Misión: Somos una institución pública que ofrece servicios de atención primaria en salud, incluyendo salud preventiva, curativa y de rehabilitación, brindado por recurso humano multidisciplinario y altamente calificado, dedicado a la atención oportuna y eficaz de los usuarios que demandan servicios de salud pertenecientes a nuestra área geográfica.

Visión: Ser una institución pública que brinda atención en servicios de salud con calidad y calidez, manteniéndose a la vanguardia en atención primaria en salud y en la implementación de programas de salud integrales y con accionar innovador para lograr un impacto positivo en la salud y calidad de vida de todos los usuarios.

Debido a que se ha brindado servicio de fisioterapia gracias a la apertura que el centro de salud le brindo a una Br en servicio social en el año 2021, cubriendo la necesidad de la población de este centro de salud durante seis meses, podemos identificar que aún persiste tal necesidad de recursos que continúen manteniendo la apertura del área de fisioterapia, brindar atención preventiva y aplicar tratamientos que vayan enfocados a las necesidades de la población seleccionada, en este sentido se pretende continuar brindando tratamientos a las lesiones Musculoesqueléticas y nerviosas que presente la población referida al área en la unidad mencionada por los cual es necesaria recordar en qué consiste el área de fisioterapia y los tipos de lesiones que se presentan en la población.

FUNCION DEL FISIOTERAPEUTA EN LAS DIFERENTES LESIONES

La fisioterapia es una profesión multidisciplinaria que actúa en diferentes campos de la medicina como la neurología, la cardiología, la traumatología, la pediatría, la dermatología, la geriatría o salud mental; Formando parte de un equipo junto a otros especialistas dentro de los que demuestra una gran independencia y criterio profesional. La Fisioterapia es una carrera reconocida por la Ley de ordenación de profesiones sanitarias y la OMS; Abarcando técnicas que van más allá de la Masoterapia y de tratamientos a nivel muscular. La Confederación Mundial por la Fisioterapia (WCPT, por sus siglas en inglés) está cualificado para:

- ✓ Realizar un examen y evaluación integral del paciente.
- ✓ Evaluar los resultados del examen y/o diagnóstico y hacer juicios clínicos.
- ✓ Determinar cuando los pacientes deben ser referidos a otro profesional de salud.
- ✓ Implementar un programa de intervención o tratamiento.
- ✓ Determinar el resultado del tratamiento.
- ✓ Hacer recomendaciones para el autocuidado.

Lesiones Corporales

- Lesiones Traumatológicas: Afectan el sistema locomotor, pueden ser de varios tipos y pueden ocasionar diferentes motivos, siendo las más comunes:
 - a) Cervicalgia
 - b) Dorsalgia

Las causas pueden ser musculoesqueléticas, alteraciones en el sistema respiratorio, problemas viscerales, afecciones psíquicas.

- Luxaciones:

Sus causas se deben a traumatismos, tracción muscular por movimientos bruscos, debilidad ósea o muscular.

- Lumbalgia:

Su causa puede ser discal, de origen articular-muscular.

- Tendinitis:

Las causas pueden ser por movimientos repetitivos, sobrecarga de la articulación o la edad.

Lesiones Deportivas

Alteraciones que ocurren durante la práctica de un deporte o de ejercicio físico, siendo el resultado de una mala práctica o en el entrenamiento, uso inadecuado del equipo de entrenamiento. Estas pueden ser:

- ✓ Esguinces
- ✓ Desgarros en músculos o tendones.
- ✓ Fracturas.
- ✓ Dislocaciones.

En las lesiones se presentan alteraciones musculares que pueden desencadenar en contracturas y sobrecarga musculares. Lesiones bastante comunes por tratar. También se pueden presentar lesiones articulares como luxaciones o tendinosas como la tendinitis o roturas mencionadas anteriormente.

Lesiones Reumáticas

Son enfermedades que afectan principalmente el aparato locomotor, Musculoesqueléticas y tejido conectivo. Las más comunes son:

- ✓ Artrosis.
- ✓ Artritis.
- ✓ Fibromialgia (reumatismo de tejidos blandos)

Lesiones del Sistema Nervioso

Las principales patologías que se tratan con la fisioterapia neurológica son los accidentes vasculares, ictus, esclerosis múltiple, Parkinson, parálisis cerebral, traumatismos craneoencefálicos, lesiones medulares, patologías neurodegenerativas y lesiones periféricas como la parálisis facial, entre otras.

DIAGNOSTICO DE LAS LESIONES

El tipo de lesión se puede identificar la mayoría de las veces por la clínica y por la exploración física, las pruebas de imagen (radiografía y resonancia magnética) son de gran ayuda, sobre todo para confirmar diagnóstico y emitir pronósticos.

LAS TECNICAS QUE SE UTILIZAN EN FISIOTERAPIA

Son múltiples las técnicas y variadas, pero según la lesión se clasifican en:

1. Terapia Manual

Una de las principales herramientas de los fisioterapeutas son sus propias manos, por lo que existen una serie de técnicas que pueden englobarse dentro de la terapia manual:

- ✓ Masoterapia: Comprende distintas técnicas o modalidades de masaje de tejido conjuntivo o el criomasaje (aplicación de frío) y técnicas como el drenaje linfático manual terapéutico o técnicas manuales neuromusculares
- ✓ Kinesioterapia: Método curativo que se fundamenta en los movimientos activos o pasivos del cuerpo o de una parte del mismo. Esto se consigue mediante la aplicación de una fuerza externa que va a producir un movimiento sin que el individuo realice una contracción muscular voluntaria. Está indicada en procesos donde este comprometida la movilidad articular.
- ✓ Fisioterapia Manual o Ortopédica: Se centra en el diagnóstico y tratamiento de lesiones Musculoesqueléticas (lesiones de cadera, hombro o rodilla y dolor de cuello y espalda).
- ✓ Métodos manuales de reeducación de la conducta postural: Consiste en la realización de ejercicios de estiramiento, denominados posturas, que cuidan las articulaciones y eliminan las molestias derivadas de contracturas y bloqueos musculares, deformidades de columna (escoliosis) o secuelas de traumatismos.

- ✓ Estiramientos: Maniobras terapéuticas cuyo fin es estirar estructuras del tejido blando acortado para aumentar la amplitud del movimiento. Esta práctica está indicada en contracturas musculares, quemaduras y cicatrices retráctiles o en inmovilización prolongada.

- ✓ Fisioterapia Neurológica: Se basa en el conjunto de terapias para tratar afecciones del sistema nervioso con el fin de educar o reeducar el tono postural, sinergias y patrones neuromotores patológicos. Está indicada en lesiones cerebrales (Parkinson), lesiones periféricas (parálisis de nervios periféricos), lesiones de médula espinal (espina bífida, esclerosis múltiple, ELA) o síndromes neurológicos infantiles.

- ✓ Fisioterapia respiratoria: Consiste en la realización de una serie de procedimientos para la desobstrucción de las vías aéreas, la reeducación respiratoria y de readaptación al esfuerzo con el objetivo de mejorar el funcionamiento de los músculos del aparato respiratorio y el intercambio de gases, así como aumentar la resistencia. La fisioterapia respiratoria está recomendada en casos de enfermedades neuromusculares como distrofias, esclerosis múltiple o ELA, y también después de intervenciones quirúrgicas.

- ✓ Vendaje funcional o vendaje neuromuscular: El vendaje funcional consiste en la aplicación de tiras adhesivas elásticas o inelásticas cuyo objetivo es limitar el movimiento que afectan las estructuras dañadas sin limitar otros movimientos. El vendaje neuromuscular se realiza a través de cintas de algodón con un adhesivo acrílico que vendan el musculo desde su origen hasta su inserción. El objetivo es elevar la piel para aumentar el espacio subcutáneo y así ayudar a disminuir la extravasación de líquidos para reducir la inflamación y el dolor.

2. Terapia Mediante Agentes Físicos

El otro tipo de herramientas utilizadas por los especialistas en fisioterapia son las relacionadas con agentes físicos y naturales:

- **Electroterapia y Ultrasonoterapia:** Son técnicas que consisten en la aplicación de corrientes eléctricas o ultrasonidos sobre determinadas partes del cuerpo con el fin de potenciar la acción neuromuscular, mejorar el trofismo (desarrollo, nutrición y mantenimiento de los tejidos) y que actúan como antiinflamatorias y analgésicas.
- **Termoterapia y Crioterapia:** Métodos terapéuticos que utilizan el calor (termoterapia) y el frío (crioterapia) para paliar dolores reumáticos agudos y crónicos y cólicos viscerales. La crioterapia también sirve como antiinflamatorio y analgésico en lesiones como esguinces y como también método destructivo para tratar tumoraciones en la piel.
- **Hidroterapia:** Técnicas que utilizan el agua como método terapéutico. Sirve para reducir la inflamación y el dolor, dilatar los vasos sanguíneos y relajar los músculos.
- **Mecanoterapia:** Hace referencia a aquellos tratamientos en los que es necesario el uso de aparatos mecánicos como en pacientes con minusvalía, pacientes con necesidad de prótesis o niños con ortesis.
- **Magnetoterapia y Fototerapia:** La magnetoterapia consiste en el desarrollo de un tratamiento a través de campos electromagnéticos que actúa ayudando a eliminar contracturas, es antiespasmódico y antiinflamatorio. La fototerapia es el tratamiento de lesiones mediante la aplicación de luz ultravioleta o de infrarrojos; está indicada en patologías y enfermedades de la piel, como las úlceras por decúbito y la ictericia fisiológica del recién nacido.

CAPITULO III

METODOLOGIA

La recuperación completa de lesiones Musculoesqueléticas y nerviosas de los pacientes de la unidad de san miguelito la realice de lunes a viernes durante el periodo que se ejecutó la pasantía de práctica profesional, según fue el requerimiento de la lesión, para esta actividad dedique 45 minutos por sesión. Atendiendo y haciendo evaluaciones a pacientes que fueron referidos al área de fisioterapia realizando tratamiento por sesiones y dando indicaciones de recuperación en casa. Para los tratamientos conté con equipo y material propio y también se me brindo material de la institución, entre el equipo propio esta: electroestimulador nervioso transcutánea (TENS), refrigerador, cocina eléctrica, y entre el material propio están toallas, sobre funda para canapé, pesas, 2 bandas elásticas, crema corporal, aceite, alcohol gel, paletas de hielo; entre los materiales de la institución se encuentran el consultorio para las terapias, compresas frías y calientes, un canapé y sillas. Para realizar la evaluación de los pacientes referidos por la unidad de san miguelito al área de fisioterapia conté con test de fichas de evaluación, según lo requirió cada paciente y su patología.

Para ejecutar el plan de acción que realice desde el mes de julio del 2022 a enero del 2023, pude realizar intervenciones educativas a la población referida al área de fisioterapia, según la necesidad de la población que atendí, el material que utilice fueron brochures, para esta actividad utilice un día por mes, iniciando en agosto y conté con papelería disponible para cuando el paciente lo requirió en cualquier día que se presentó a terapia, durante el periodo que duró la pasantía.

Las charlas que impartí a los pacientes cada mes lleve un registro de lista para constancia; y para registrar las lesiones que atendí en la unidad de san miguelito lleve un registro diario, al final del periodo de pasantía, saque los totales por cada lesión. El material para realizar esta actividad fueron hojas de registro diario, tarjetas de asistencia, censos mensuales.

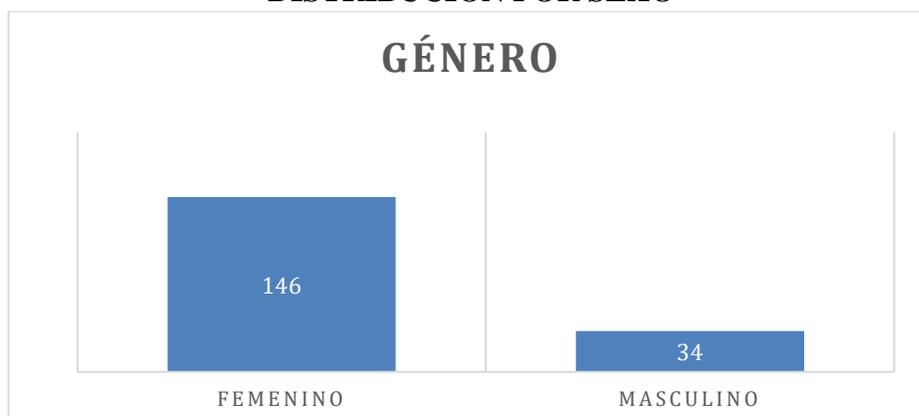
CAPITULO IV

PRESENTACION DE RESULTADOS

Población total atendida.

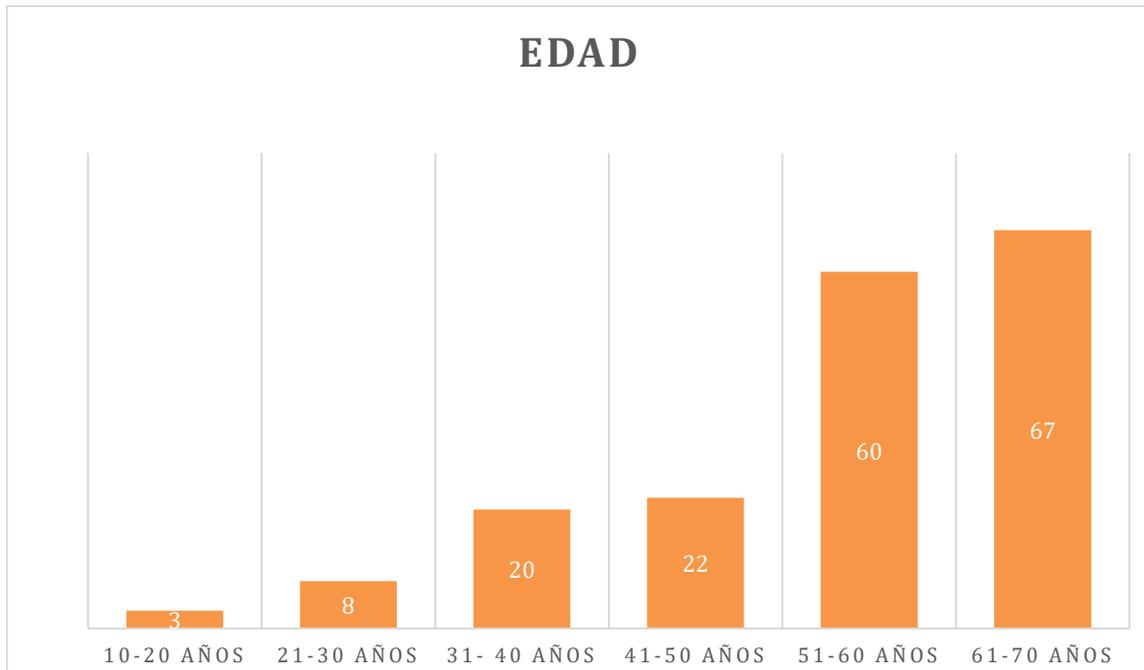
La población atendida durante el periodo comprendido entre Julio 2022 a enero 2023, fue un total de 180 pacientes, a los cuales se les brindo 400 atenciones. Este grupo de personas consultaron por distintas patologías y síntomas a la Unidad Comunitaria de Salud Familiar e iniciaron un tratamiento de terapia física.

Tabla 1
DISTRIBUCION POR SEXO



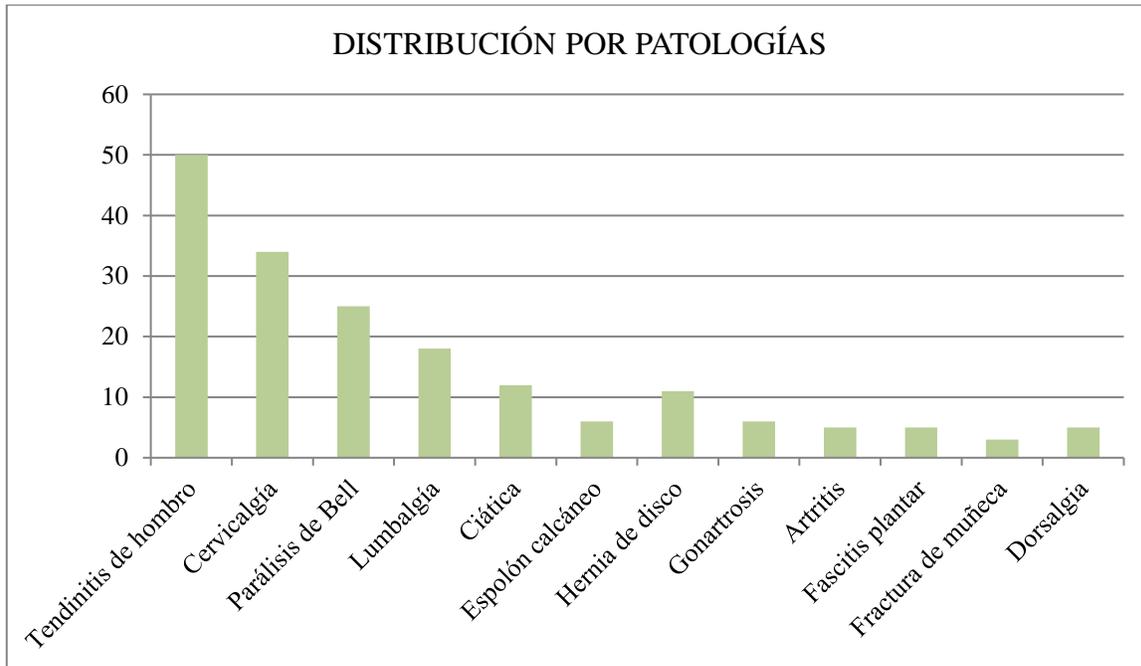
1. En la distribución por sexo, se muestra que el 81.1% de los pacientes atendidos fueron del sexo femenino. A diferencia del 18.9% del sexo masculino. Esta distribución fue permitida por las consultas previas de la condición individual, la cual el sexo femenino fue el que más presento problemas musculoesqueléticos y por lo cual solicito el servicio de Fisioterapia por factores como, el tiempo para una evaluación individual previa, edad, trabajo, donde el medico refirió conveniente recibir el servicio para las lesiones diagnosticadas.

Tabla 2
DISTRIBUCION POR EDADES



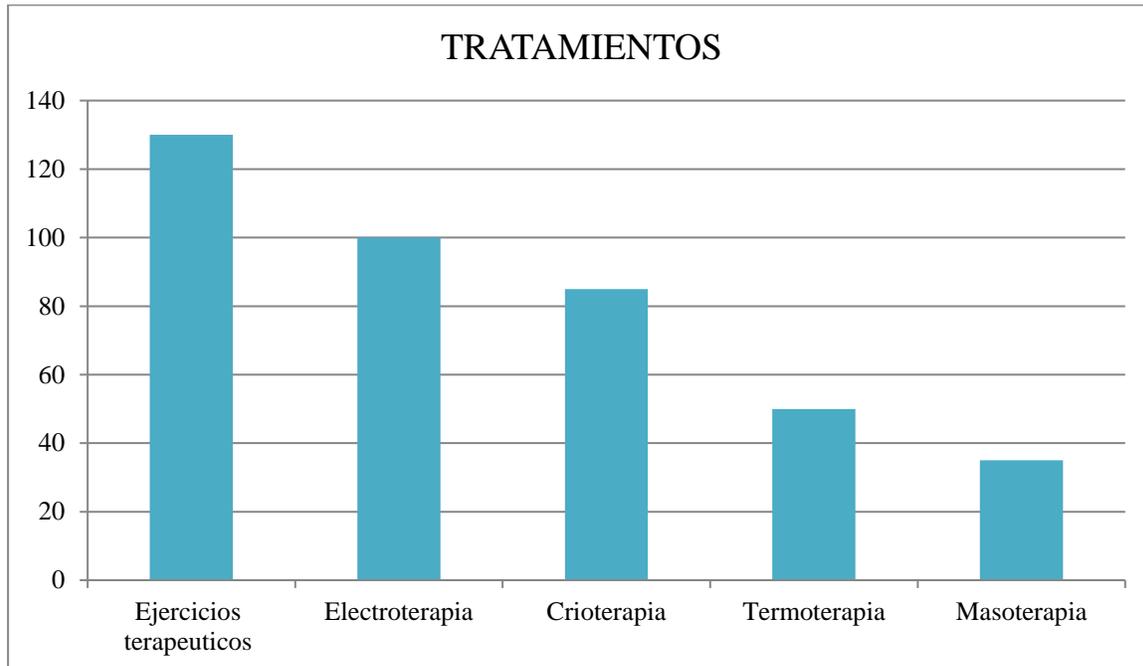
2. En esta tabla se muestra que la mayor parte de los usuarios que asisten a fisioterapia pertenecen al rango de edad de 61 – 70 años; Siendo los más propensos a sufrir alguna lesión en las estructuras musculoesqueléticas debido a factores como: vida sedentaria, trabajo, caídas. Se observa con el mínimo porcentaje a usuarios entre 10 – 20 años.

Tabla 3
CANTIDAD DE PACIENTES POR PATOLOGIA



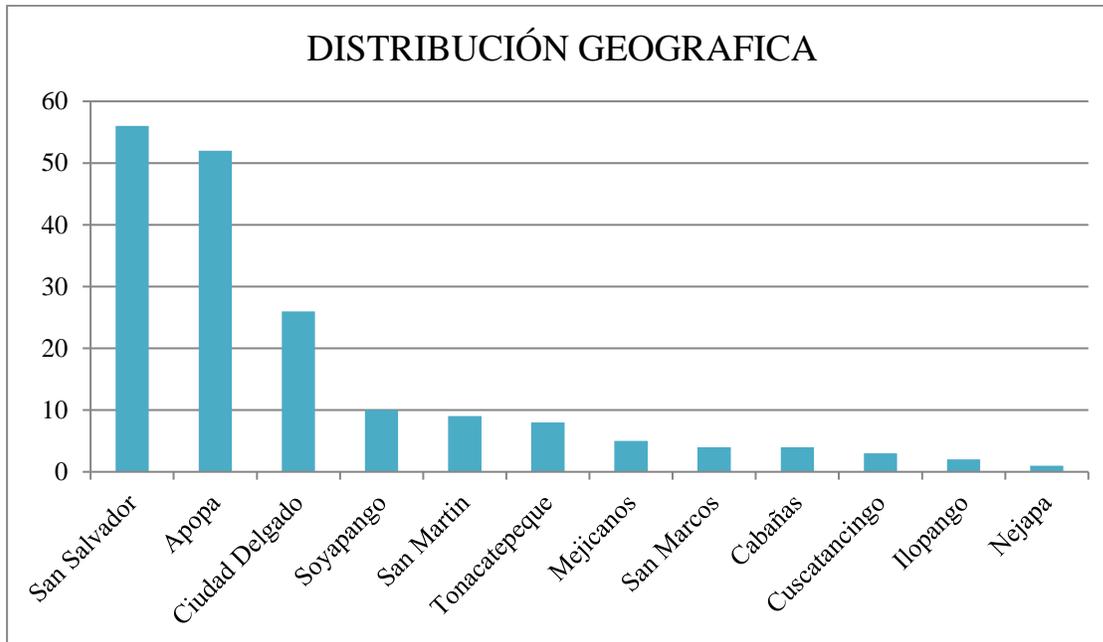
3. En la distribución por patologías, con un total de 12 patologías consultadas en las gráficas se observan la tendinitis de hombro con un total de 50 pacientes atendidos, siendo esta la patología con mayor número de pacientes atendidos, observando con 5 la cantidad de pacientes por dorsalgia con la frecuencia más baja. Factores en pacientes que presentan patología de tendinitis de hombro con 27% como golpes, actividades repetitivas, sobre peso en miembro superior afectado.

Tabla 4
MODALIDAD DE TRATAMIENTOS



4. Durante el periodo de la práctica de la pasantía se intervino en modalidades de tratamiento dependiendo de la lesión que el paciente presentara, siendo los ejercicios terapéuticos con 33% la que más frecuencia se utilizó en la mayoría de los pacientes con lesiones, por su efecto en disminuir el dolor, efectos antiinflamatorios, mejora o aumento de circulación. Con menor frecuencia observamos la masoterapia con 8%.

Tabla 5
DISTRIBUCION GEOGRAFICA POR MUNICIPIOS



5. La unidad de salud de San Miguelito, se encuentra ubicada según distribución geográfica en la avenida norte de San Salvador, observando mayor presencia de pacientes que provienen del municipio de San Salvador con 31% y se observa una mínima asistencia del municipio de Nejapa con 0.5%.

Tabla 6
TEMAS IMPARTIDOS EPS

Tendinitis de hombro
cervicalgia
Lumbalgia
Higiene de columna

6. Se desarrollaron 4 temas de EPS, una charla por mes. Estos temas fueron impartidos a usuarios que llegaron referidos por médicos del mismo centro de salud y externos los cuales fueron atendidos en el área de fisioterapia según las lesiones que presentaban. El tema que se expuso más de una vez fue Tendinitis de hombro, la mayoría de los pacientes recibidos presentaron esta lesión.

CAPITULO V

CONCLUSIONES

Dando respuesta a los objetivos planteados al inicio del proyecto, se concluye que:

1. Se logro identificar y registrar las lesiones más frecuentes en pacientes que asistieron en el periodo de la pasantía, siendo estas las lesiones musculoesqueléticas las más presentadas.
2. Los tratamientos de fisioterapia que se aplicaron según cada patología fueron en base a la necesidad de cada paciente, ayudando a prevenir futuras lesiones, con el programa de educación para la salud, mediante charlas impartidas a toda la población de pacientes que llego a terapia física.
3. Se elaboro material didáctico como broshures y se dieron indicaciones a los pacientes para seguir su proceso de recuperación en su domicilio.

CAPITULO VI

RECOMENDACIONES

1. Se recomienda que la dirección de la Unidad Comunitaria de Salud Familiar Especializada San Miguelito gestione la contratación de un recurso de fisioterapia, que permitan desempeñar el rol del profesional de manera permanente en la unidad de salud, ya que hay mucha demanda de pacientes, y no se cuenta con ningún recurso que brinde este tipo de atención.
2. Se sugiere que la institución continúe dando apertura a futuros estudiantes del área de Fisioterapia y Terapia Ocupacional para que desarrollen sus procesos de grado, beneficiando al centro de salud, con los tratamientos a brindar, tanto como al estudiante y a la población consultante.
3. Se sugiere que el área administrativa o encargada, de la unidad comunitaria de salud familiar San Miguelito logre destinar un consultorio con equipo, libre de barreras arquitectónicas y material básico para la mayor accesibilidad del servicio y promoción de calidad del área de fisioterapia.
4. Se recomienda Promover tanto a la población médica y empleados de dicho centro de salud en el que puedan conocer el rol de un fisioterapeuta y puedan referir de manera conveniente al usuario consultante.

FUENTE DE INFORMACIÓN

1. Lesión Clínica Universidad de Navarra [Internet]. Cun.es. [consultado el 6 de julio de 2022]. Disponible en: <https://www.cun.es/diccionario-medico/terminos/lesion>
2. Lesiones más frecuentes tratadas en fisioterapia [Internet]. Centro Alba. 2017 [consultado el 6 de julio de 2022]. Disponible en: https://centroalba.com/lesiones-mashttps://centroalba.com/lesiones-mas-frecuentes_tratadas_en_fisioterapia/frecuentes_tratadas_en_fisioterapia/
3. Lesiones musculares [Internet]. Redacción Médica. [Consultado el 6 de julio de 2022]. Disponible en: <https://www.redaccionmedica.com/recursos-salud/diccionariohttps://www.redaccionmedica.com/recursos-salud/diccionario-enfermedades/lesiones-muscularesenfermedades/lesiones-musculares>
4. Fisioterapia neurológica [Internet]. Top Doctors. [Consultado el 6 de julio de 2022]. Disponible en: <https://www.topdoctors.es/diccionario-medico/fisioterapia-neurologica>
5. Ministerio de Salud Pública Y Asistencia Social [Internet] PDF <http://asp.salud.gob.sv/desastres/PDF/doc27/doc27-contenido.pdf>

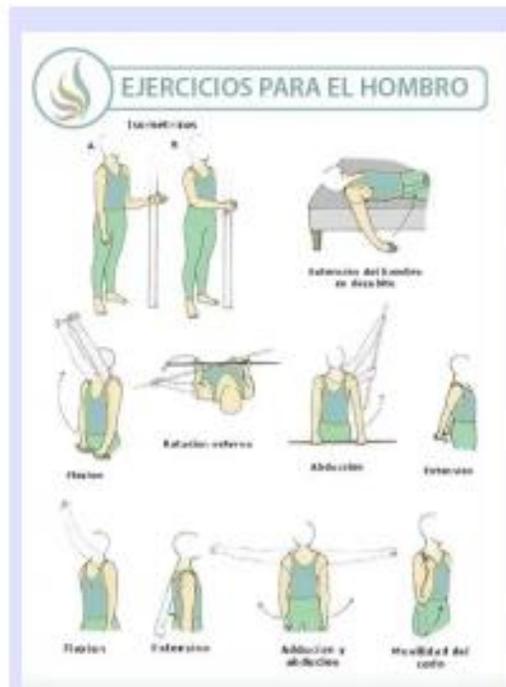
ANEXOS



PREVENCIÓN

Debido a la cantidad de factores que pueden aumentar el riesgo de tener una tendinitis, resulta necesario conocer cuales son aquellas recomendaciones que evitan que aparezca la lesión, entre las cuales destacan

- Incorporar pausas activas a las actividades laborales.
- Realizar ejercicios para fortalecer los músculos de ambos hombros.



Universidad de El Salvador
Facultad de Medicina
Licenciatura en Fisioterapia y Terapia Ocupacional

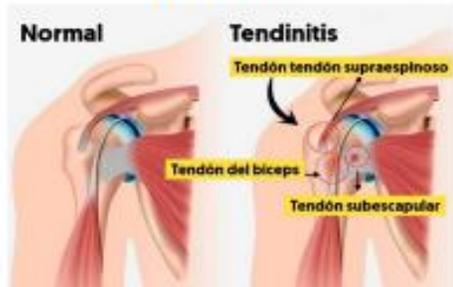


TENDINITIS DE HOMBRO



EDUCACIÓN PARA LA SALUD

¿QUE ES TENDINITIS DE HOMBRO?



Es la inflamación o irritación del tendón (el tendón es una cuerda fibrosa que une el músculo con el hueso) lo que provoca dolor intenso en la articulación del hombro.

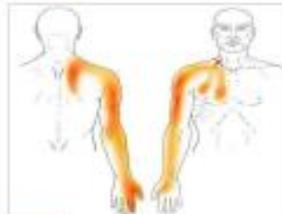


El hombro está compuesto por varias articulaciones, tendones y músculos. Por tantas estructuras diferentes, es vulnerable a muchos problemas distintos

SÍNTOMAS

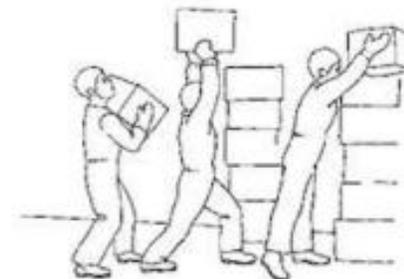
Los principales síntomas son:

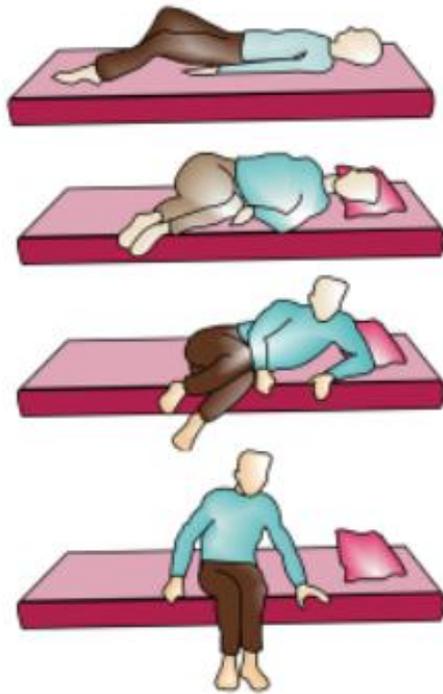
- Dolor
- Inflamación
- Rigidez al levantar el brazo
- Pérdida de fuerza muscular
- Hormigueo o adormecimiento en brazo



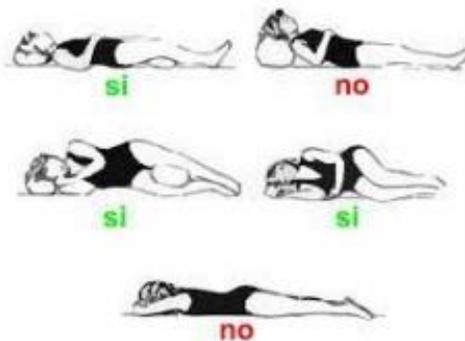
CAUSAS

- MOVIMIENTOS REPETITIVOS
- SOBRECARGA MUSCULAR
- LESIONES DEPORTIVAS
- PÉRDIDA DE ELASTICIDAD O DEGENERACIÓN DEL TENDÓN, PROVOCADO POR LA EDAD





- A la hora de levantarse de la cama



- A la hora de dormir

Tomar en cuenta
que..

Visitar al Fisioterapeuta no solo para tratar las lesiones, si no también para prevenirlas e incluso para recibir información es otra de las labores que un buen profesional en fisioterapia debe dar a sus pacientes.

**EDUCACIÓN
PARA LA SALUD**

**HIGIENE DE
COLUMNA
VERTEBRAL**

**UNIVERSIDAD DE EL
SALVADOR
LICENCIATURA EN
FISIOTERAPIA Y
TERAPIA
OCUPACIONAL**

LA COLUMNA VERTEBRAL

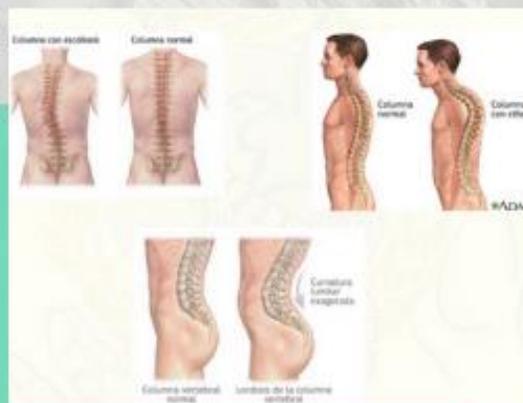
Esta situada en la parte media y posterior del tronco (espalda), y va desde la cabeza (la cual sostiene), pasando por el cuello y la espalda, hasta la pelvis a la cual le da soporte.

Funciones de la Columna:

- Elemento de sostén estático y dinámico.
- Protección a la médula espinal.
- Ayudan a mantener el centro de gravedad.
- Proporciona puntos de unión para los músculos de la espalda y las costillas.



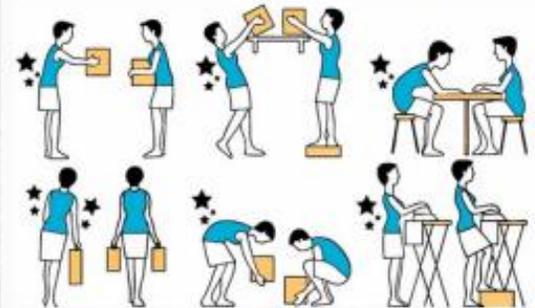
Causas de Dolor de espalda:



Prevención:

La forma de evitar lesiones cervicales o lumbares es adoptando medidas mínimas para que no se desencadene este proceso.

Consejos:



- Para alcanzar un objeto
- Permanecer de pie mucho tiempo
- Para sentarse

ANEXO 6. FORMATO DE SOLICITUD DE ASIGNACIÓN DE TRIBUNAL CALIFICADOR

Fecha: viernes 11 de agosto del 2023

Licda. y Mspc.

Ana Catalina Mejía de Guardado

Coordinadora de Procesos de Grado

Carrera de Fisioterapia y Terapia Ocupacional

Presente.



11/8/2023

Estimada Licda. y Mspc. Mejía de Guardado

Yo: Br. Diana Cibeles Baltodano Cerón, con número de carné: BC09027

Estoy solicitando al **Tribunal Calificador** la asignación de fecha, hora y local para la Exposición y Defensa de mi Trabajo de Graduación titulado; Prácticas Profesionales en Lesiones Musculoesqueléticas en Pacientes de la Unidad Comunitaria de Salud Familiar Especializada San Miguelito durante el periodo comprendido entre Julio 2022 a Enero 2023.

El cual fue asesorado por la Docente: Laura Guadalupe Chacón González

Cordialmente



Diana Cibeles Baltodano Cerón

Correo institucional bc09027@ues.edu.sv

ANEXAMOS: INFORME FINAL DE TRABAJO DE GRADO FORMATO DIGITAL
AL EMAIL procesodegrado.ftyto@ues.edu.sv

ANEXO 7. FORMATO DE SOLICITUD DE ASIGNACIÓN DE TRIBUNAL CALIFICADOR POR EL DOCENTE ASESOR

Fecha: viernes 11 de agosto del 2023

Mpc.

Ana Catalina Mejía de Guardado

Coordinadora de Procesos de Grado

Carrera de Fisioterapia y Terapia Ocupacional

Escuela de Ciencias de la Salud

Presente.

Estimada Mpc. Mejía de Guardado:

Estoy informando que la Egresada Diana Cibeles Baltodano Cerón, carne BC09027, cuyo tema titulado: Prácticas Profesionales en Lesiones Musculoesqueléticas en pacientes de la Unidad Comunitaria de Salud Familiar Especializada San Miguelito durante el periodo comprendido entre Julio 2022 a Enero 2023

Con modalidad de Pasantía de Práctica Profesional.

Egresado: Ciclo: II Año académico: 2021

Pasantía Ciclo: II Año académico: 2022

El cual cuenta con mi **Visto Bueno**, para solicitar el Tribunal Evaluador.
Atentamente.



Licenciada Laura Guadalupe Chacón González
Docente Asesor

ANEXO 8. FORMATO DE SOLICITUD DE INSCRIPCIÓN DE MODALIDAD DE PROCESO DE GRADO CON VISTO BUENO DE PROCESO DE GRADO

Fecha: viernes 11 de agosto del 2023

Mpc.
Ana Catalina Mejía de Guardado
Directora
Carrera de Fisioterapia y Terapia Ocupacional
Escuela de Ciencias de la Salud
Facultad de Medicina
Presente.

Estimada Mpc. Mejía de Guardado:

Sirva la presente para remitir solicitud para la Inscripción de **Tribunal Evaluador**, atendiendo solicitud recibida por parte de la Licda. Laura Guadalupe Chacón González, Docente Asesor, quien brinda su **Visto Bueno** para pasar a la siguiente fase del Proceso de Grado de la Bachiller Diana Cibeles Baltodano Cerón, de Egreso II-21__, a quienes detallo a continuación, bajo la modalidad de Pasantía Profesional o Investigación:

Carrera	Modalidad	Tramite	Estudiante y DUE	Tema	Docente Asesor
Carrera de Licenciatura en Fisioterapia y Terapia Ocupacional	Pasantía de prácticas profesionales	Inscripción de Tema de Pasantía	BC09027	Prácticas Profesionales en Lesiones Musculoesqueléticas en pacientes de la Unidad Comunitaria de Salud Familiar Especializada San Miguelito durante el periodo comprendido entre Julio 2022 a Enero 2023	Licda Laura Guadalupe Chacón González

Sin otro particular que agregar, me suscribo.
Atentamente.

Mpc. Ana Catalina Mejía de Guardado
Coordinadora de Proceso de Grado
Carrera de Fisioterapia y Terapia Ocupacional
Escuela de Ciencias de la Salud
Facultad de Medicina