



UNIVERSIDAD MAYOR DE SAN SIMÓN
FACULTAD DE MEDICINA
PROGRAMA DE FISIOTERAPIA Y KINESIOLOGIA



**PROGRAMA DE EJERCICIOS PARA CORREGIR ALTERACIONES
POSTURALES EN EL PERSONAL DE PLANTA DEL CENTRO DE SALUD Y
REHABILITACIÓN COMUNITARIO "ROJAS MEDA", TOMANDO COMO
INSTRUMENTO DE EVALUACIÓN EL PROGRAMA SOFTWARE KINOVA EN
LA GESTIÓN I-2014**

**Trabajo dirigido para optar al Título de Licenciatura en
Fisioterapia y Kinesiología.**

AUTOR (A): Carmen Catareño Escobar.
SUPERVISOR METODOLÓGICO: Lic. Mgtr. Carmen Gloria Aguilar Sedra.
SUPERVISOR INSTITUCIONAL: Lic. Danilza Clavijo Angulo.

Cochabamba - Bolivia
2014



UNIVERSIDAD MAYOR DE SAN SIMÓN
FACULTAD DE MEDICINA
PROGRAMA DE FISIOTERAPIA Y KINESIOLOGÍA



**PROGRAMA DE EJERCICIOS PARA CORREGIR ALTERACIONES
POSTURALES EN EL PERSONAL DE PLANTA DEL CENTRO DE SALUD Y
REHABILITACIÓN COMUNITARIO “ROJAS MEJÍA”, TOMANDO COMO
INSTRUMENTO DE EVALUACIÓN EL PROGRAMA SOFTWARE KINOVEA EN
LA GESTIÓN I-2014**

**Trabajo dirigido para optar al Título de Licenciatura en
Fisioterapia y Kinesología.**

AUTOR (A): Carmen Catorceno Escobar.

SUPERVISOR METODOLÓGICO: Lic. Mgtr. Carmen Gloria Aguilar Solar.

SUPERVISOR INSTITUCIONAL: Lic. Danithza Clavijo Angulo.

**Cochabamba – Bolivia
2014**

INTRODUCCIÓN.

CAPÍTULO I

ANTECEDENTES DEL ÁREA TEMÁTICA DE ESTUDIO

1.1.	Antecedentes generales.....	1
1.2.1	Antecedente Contextual.....	3
1.2.1.1.	Referencias geográficas.....	3
1.2.1.2.	Aspectos demográficos.....	3
1.2.1.3.	Acceso a infraestructura básica.....	3
1.2.1.4.	Organización social.....	4
1.2.1.5.	Idioma.....	6
1.2.1.6.	Expresiones culturales.....	6
1.2.1.7.	Actividad económica.....	6
1.2.1.8.	Centros de Salud de la zona Chimba.....	6
1.3.	Características institucionales.....	7
1.3.1.	Reseña histórica del Centro de Salud y Rehabilitación Comunitario "Rojas Mejía".....	7
1.3.1.1.	Organización gerencial del Centro de Salud y Rehabilitación Comunitario "Rojas Mejía".....	8
1.3.1.2.	Ubicación de la institución.....	9
1.3.1.2.1	Misión – visión.....	9
1.3.1.3.	Objetivo general.....	10
1.3.1.3.1.	Objetivos específicos.....	10
1.3.1.4.	F.O.D.A. del Centro de Salud y Rehabilitación Comunitario "Rojas Mejía".....	10
1.3.1.5.	Certificación según niveles.....	12
1.3.1.6.	Infraestructura.....	12
1.3.1.6.1.	Tipo de infraestructura.....	12
1.3.1.7.	Organización de los ambientes.....	13
1.3.1.8.	Equipamiento.....	14
1.3.1.9.	Recursos humanos.....	16
1.3.1.10.	Servicios de salud.....	17
1.3.1.10.1.	Especialidades.....	17
1.3.1.11.	Prevalencia de Patologías a nivel Institucional.....	19

1.4. Antecedente específico en Fisioterapia y Kinesiología.	23
1.4.1. Percepción de la población de pacientes sobre Fisioterapia y Kinesiología.	23
1.4.1.1. Acceso a Fisioterapia y Kinesiología en el Centro de Salud.	34
1.4.1.2. Pacientes atendidos en el área de Fisioterapia y Kinesiología.	34
1.4.1.3. Aspectos propios de la Fisioterapia y Kinesiología.	40
1.4.1.3.1. Recursos materiales y equipos disponibles.	40
1.4.2. Recursos humanos en el Servicio de Fisioterapia y Kinesiología.	45
1.5. Planteamiento del problema.	46
1.5.1. Identificación y descripción del problema.	46
1.5.2. Formulación del problema.	47
1.6. Objetivos.	47
1.6.1. Objetivo general.	47
1.6.1.1. Objetivos específicos.	47
1.7. Justificación.	48

CAPÍTULO II

FUNDAMENTOS TEÓRICOS

2.1. Marco referencial.	51
2.2. Marco teórico conceptual.	51
2.2.1. Anatomía de la columna vertebral.	51
2.2.1.1. Longitud o altura.	52
2.2.1.2. Anchura o diámetro transversal.	52
2.2.1.3. Características comunes de las vértebras.	53
2.2.1.4. Articulaciones de la columna vertebral.	53
2.2.1.5. Músculos de la columna.	54
2.2.1.6. Funciones de la columna vertebral.	55
2.2.1.7. Movimiento Cervical, Dorsal y Lumbar.	55
2.3. Postura.	55
2.3.1. Diferencias entre:	57
2.3.2. Centro de gravedad de la columna vertebral.	57
2.3.3. Clasificación de la postura.	58
2.4. Alteraciones posturales.	61
2.4.1. Alteraciones posturales más frecuentes.	62

2.4.2. Alteraciones más comunes de los miembros inferiores.....	64
2.5. Diferencias entre músculos dinámicos y estáticos.....	65
2.5.1. Músculos dinámicos.....	65
2.5.2. Músculos estáticos.....	65
2.6. Evaluación postural.....	66
2.6.1. Requisitos:.....	66
2.6.2. El programa Software Kinovea.....	67
2.6.2.1 Importancia.....	67
2.6.2.2. Descripción.....	68
2.6.2.3. Características.....	68

CAPÍTULO III

DISEÑO METODOLÓGICO DEL ÁREA DE INTERVENCIÓN

3.1. Metodología del diagnóstico.....	71
3.1.1. Enfoque de investigación.....	71
3.1.2. Tipo y diseño investigación.....	71
3.1.3. Delimitación de la población y muestra.....	71
3.1.4. Muestra.....	71
3.1.5. Técnica e instrumento de recolección de datos.....	71
3.1.6. Método de procesamiento y análisis de los datos.....	71
3.1.7. Operacionalización de las variables de estudio.....	72

CAPÍTULO IV

DISEÑO DEL PLAN DE TRABAJO

4.1. Presentación del plan de trabajo.....	74
4.1.1. Problemas identificados.....	74
4.1.2. Presentación de la propuesta.....	76
4.2. Objetivo de desarrollo de la propuesta.....	76
4.3. Especificación operativa del plan de trabajo.....	77
4.3.1. Métodos para la intervención.....	77
4.3.2. Descripción del plan de actividades según fases o etapas.....	77
4.3.3. Recursos necesarios.....	79

4.3.3.1. Recursos humanos.....	79
4.3.3.2. Recursos materiales.....	80
4.3.3.3. Recursos financieros.....	81
4.3.4. Cronograma de actividades.....	81

CAPÍTULO V

APLICACIÓN Y RESULTADOS DEL PLAN DE TRABAJO

5.1. Información sobre el desarrollo del trabajo dirigido.....	83
5.1.1. Cumplimiento de las actividades.....	83
5.1.2. Participación de los destinatarios o beneficiarios.....	83
5.1.3. Descripción y análisis de los resultados obtenidos.....	84
5.1.4. Experiencias adquiridas con el trabajo.....	99

CAPÍTULO VI

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

6.1. Conclusiones.....	102
6.2. Recomendaciones.....	102
Bibliografía.....	103