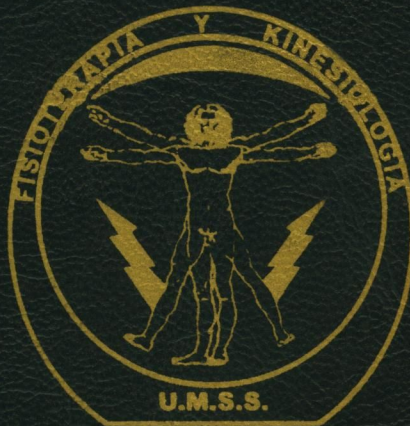




UNIVERSIDAD MAYOR DE SAN SIMÓN  
FACULTAD DE MEDICINA  
PROGRAMA DE FISIOTERAPIA Y KINESIOLOGÍA



PROMOCIÓN Y PREVENCIÓN DE FISIOTERAPIA Y KINESIOLOGÍA  
PARA EL CONTROL DE ENFERMEDADES ARTICULARES EN  
PERSONAS DE LA TERCERA EDAD DE LA PROVINCIA DE COLOMI, EN  
LAS COMUNIDADES DE CHIMPA RANCHO, PIE DE GALLO, SORA  
SORA, KANKO Y PRIMERA TONKOLI DE LA GESTIÓN 2013 - 2014

Trabajo dirigido para obtener el título de  
Licenciatura en Fisioterapia y Kinesiología

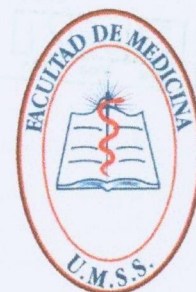
**AUTOR:** Ana Gabriela Puña Gutiérrez

**TUTORA DE FONDO:** Mgr. Carmen Gloria Aguilar Solar

Cochabamba - Bolivia



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



**PROMOCIÓN Y PREVENCIÓN DE FISIOTERAPIA Y KINESIOLOGÍA  
PARA EL CONTROL DE ENFERMEDADES ARTICULARES EN  
PERSONAS DE LA TERCERA EDAD DE LA PROVINCIA DE COLOMI, EN  
LAS COMUNIDADES DE CHIMPA RANCHO, PIE DE GALLO, SORA  
SORA, KANKO Y PRIMERA TONKOLI DE LA GESTION 2013 – 2014**

**Trabajo dirigido para obtener el título de  
Licenciatura en Fisioterapia y Kinesiólogía**

**AUTOR:** Ana Gabriela Puña Gutiérrez

**TUTORA DE FONDO:** Mgr. Carmen Gloria Aguilar Solar

**Cochabamba – Bolivia**

# ÍNDICE

## INTRODUCCION

## CAPÍTULO I: ANTECEDENTES DEL TRABAJO DIRIGIDO

<b>1.1 ANTECEDENTES CONTEXTUALES.....</b>	<b>1</b>
1.1.2 UBICACIÓN GEOGRÁFICA Y LÍMITES.....	1
1.1.3 DIVISIÓN POLÍTICO ADMINISTRATIVA.....	1
1.1.4 USO Y OCUPACIÓN DEL ESPACIO.....	1
<b>1.2 CARACTERÍSTICAS DE LOS PISOS ECOLÓGICOS .....</b>	<b>2</b>
1.2.1 CLIMA .....	2
1.2.1 TEMPERATURA .....	2
1.2.3 INCLEMENCIAS .....	3
<b>1.3 ASPECTOS SOCIOCULTURALES.....</b>	<b>3</b>
1.3.1 MARCO HISTÓRICO.....	3
1.3.2 ORIGEN ÉTNICO E IDIOMAS .....	3
1.3.3 RELIGIÓN Y CREENCIAS.....	4
<b>1.3.4 DEMOGRAFÍA .....</b>	<b>4</b>
1.3.5 NÚMERO Y PROMEDIO DE MIEMBROS POR FAMILIA .....	4
1.3.6 DENSIDAD DE POBLACIÓN .....	4
1.4 SALUD.....	4
UBICACIÓN Y DISTANCIA DE LOS ESTABLECIMIENTOS – ISOCRONAS .....	6
1.4.1.1 CURANDEROS, PARTEROS Y ENFERMEDADES TRATADAS .....	7
<b>1.5 SERVICIOS Y MEDIOS DE COMUNICACIÓN.....</b>	<b>7</b>
1.5.1 INFRAESTRUCTURA VIAL .....	7
1.5.2 RED Y MEDIOS DE COMUNICACIÓN .....	8
<b>1.6 VIVIENDA .....</b>	<b>9</b>
1.6.1 ESTADO Y CALIDAD DE LA VIVIENDA.....	9
1.6.2 PROMEDIO DE PERSONAS POR VIVIENDA .....	10
1.6.3 SANEAMIENTO BÁSICO .....	10
<b>1.7 ASPECTOS ECONÓMICO – PRODUCTIVOS.....</b>	<b>10</b>
1.7.1 TAMAÑO Y USO DE LA TIERRA.....	10
<b>1.8 SISTEMAS DE PRODUCCIÓN AGRÍCOLA .....</b>	<b>11</b>
1.8.1 PRINCIPALES CULTIVOS Y VARIEDADES .....	11
1.8.2 LA ECONOMÍA EN EL MUNICIPIO .....	11
<b>1.2 ANTECEDENTES INSTITUCIONALES .....</b>	<b>12</b>
<b>1.2.1 VISIÓN MUNDIAL.....</b>	<b>12</b>
1.2.1.1 VISIÓN.....	12
1.2.1.1.2 MISIÓN .....	13
1.2.2 SECTORES.....	13
• SALUD Y NUTRICIÓN .....	13
• MEJORAMIENTO DEL ACCESO.....	13

• SEGURIDAD ALIMENTARIA.....	13
• DESARROLLO ECONÓMICO.....	13
• AYUDA HUMANITARIA .....	13
• LIDERAZGO COMUNITARIO Y NIÑEZ.....	13
• GÉNERO .....	14
1.2.3 ÁMBITO GEOGRÁFICO DE TRABAJO.....	14
<b>1.3 DIAGNÓSTICO REFERIDO AL ÁREA DE INTERVENCIÓN.....</b>	<b>15</b>
CUADRO N° 1: ¿SABE USTED QUE ES FISIOTERAPIA Y KINESIOLOGÍA? .....	16
GRÁFICA N°1: .....	16
CUADRO N° 2: ¿PARA QUÉ CREE USTED QUE SIRVE LA FISIOTERAPIA Y KINESIOLOGÍA? .....	17
GRÁFICA N° 2.....	17
CUADRO N°3: ¿HA RECIBIDO ALGUNA VEZ TRATAMIENTO DE FISIOTERAPIA Y KINESIOLOGÍA? .....	18
GRÁFICA N° 3 .....	18
CUADRO N°4: ¿CUÁNDO USTED SE LESIONA O TIENE ALGUNA DOLENCIA A QUIEN ACUDE PRIMERO? .....	19
GRÁFICA N°4 .....	19
<b>1.4 IDENTIFICACIÓN O PRIORIZACIÓN DE LA SITUACIÓN PROBLEMÁTICA O NECESIDAD.....</b>	<b>20</b>
<b>1.5 OBJETIVOS.....</b>	<b>20</b>
1.5.1 OBJETIVO GENERAL: .....	20
1.5.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS: .....	20
<b>1.6 JUSTIFICACIÓN .....</b>	<b>21</b>
<b>CAPÍTULO II: DESCRIPCIÓN Y ANÁLISIS DEL TRABAJO DIRIGIDO</b>	
<b>2.1 MARCO TEÓRICO CONCEPTUAL.....</b>	<b>24</b>
<b>2.2 GERIATRÍA .....</b>	<b>24</b>
<b>2.3 GERONTOLOGÍA.....</b>	<b>24</b>
<b>2.4 EL PROCESO DE ENVEJECIMIENTO .....</b>	<b>24</b>
2.4.1 <i>Características Del Envejecimiento</i> .....	25
• ENVEJECIMIENTO MUSCULAR: .....	26
<b>2.5 ARTRALGIAS.....</b>	<b>26</b>
<b>2.5.1 ARTROSIS.....</b>	<b>27</b>
<b>2.5.2 ARTRITIS .....</b>	<b>27</b>
2.5.2.1 ARTRITIS REUMATOIDE .....	28
<b>2.6 FISIOTERAPIA Y KINESIOLOGÍA .....</b>	<b>29</b>
2.6.1 INTERVENCIÓN FISIOTERAPÉUTICA Y KINESIOLÓGICA .....	29
2.6.2 CAMPOS DE ACTUACIÓN.....	29
• FISIOTERAPIA Y KINESIOLOGÍA EN REUMATOLOGÍA .....	30
• FISIOTERAPIA Y KINESIOLOGÍA EN TERAPIAS MANUALES Y OSTEOPATÍA.....	30
• FISIOTERAPIA Y KINESIOLOGÍA EN ERGONOMÍA.....	30
• FISIOTERAPIA Y KINESIOLOGÍA EN GERIATRÍA Y GERONTOLOGÍA .....	31
• FISIOTERAPIA Y KINESIOLOGÍA EN ONCOLOGÍA.....	31
<b>2.7 CONCEPTOS IMPORTANTES.....</b>	<b>31</b>

• DESDE EL ASPECTO RELACIONAL O EXTERNO, COMO: .....	32
• DESDE EL ASPECTO SUSTANCIAL O INTERNO, COMO: .....	32
<b>2.8 FUNCIÓN ASISTENCIAL.....</b>	<b>32</b>
<b>2.9 CUIDADOS POSTURALES EN EL TRABAJO Y LA VIDA DIARIA .....</b>	<b>34</b>
PRINCIPALES RIESGOS ASOCIADOS: SOBRESFUERZOS Y LA FATIGA FÍSICA. LAS LESIONES ASOCIADAS SUELEN SER, EN ESPECIAL, LAS PRODUCIDAS EN LA ESPALDA, EN LA ZONA DORSOLUMBAR. ....	34
2.9.1 MEDIDAS PREVENTIVAS.....	34
2.9.1.1 MANEJO DE CARGAS.....	35
<b>CAPÍTULO III: METODOLOGÍA DEL TRABAJO DIRIGIDO</b>	
<b>3.1 MÉTODO O ENFOQUE DE INVESTIGACIÓN .....</b>	<b>36</b>
<b>3.1.1 DISEÑO DE INVESTIGACIÓN.....</b>	<b>36</b>
<b>3.2 TIPOS DE INVESTIGACIÓN .....</b>	<b>36</b>
<b>3.3 POBLACIÓN META O BENEFICIARIOS .....</b>	<b>37</b>
<b>3.4 TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE DATOS .....</b>	<b>37</b>
• DESCRIPCIÓN DE LAS ACTIVIDADES Y TAREAS .....	38
<b>3.5 PROCEDIMIENTO DE ANÁLISIS DE DATOS.....</b>	<b>39</b>
• CUADRO N° 1: CANTIDAD DE PERSONAS SEGÚN SU GÉNERO: .....	39
• GRÁFICA N°1:.....	39
• CUADRO N°2: CANTIDAD DE PERSONAS SEGÚN LA EDAD.....	40
• GRÁFICA N°2 .....	40
• CUADRO N°3: PERSONAS SEGÚN EL TIPO DE PATOLOGÍAS: .....	41
• GRÁFICA N°3 .....	41
• CUADRO N°4: PERSONAS QUE REFIEREN DOLOR:.....	42
• GRÁFICA N°4 .....	42
• CUADRO N°5: CANTIDAD DE PERSONAS QUE REFIEREN QUE EL DOLOR AUMENTA CON EL TRABAJO: .....	43
• GRÁFICA N°5 .....	43
• CUADRO N°6: ACTIVIDAD RELACIONADA CON EL DOLOR: .....	44
• GRÁFICA N°6.....	44
• CUADRO N°7: CANTIDAD DE PERSONAS SEGÚN SU OCUPACIÓN: .....	45
• GRÁFICA N°7: .....	45
<b>CAPITULO IV: ESPECIFICACIÓN OPERACIONAL DEL PROYECTO</b>	
<b>4.1 RESULTADOS ESPERADOS .....</b>	<b>46</b>
<b>4.2 CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES.....</b>	<b>46</b>
<b>4.3 CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.....</b>	<b>47</b>
<b>CONCLUSIONES.....</b>	<b>47</b>
<b>RECOMENDACIONES.....</b>	<b>47</b>
<b>ANEXOS.....</b>	<b>49</b>