



FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

LICENCIATURA EN KINESIOLOGIA Y FISIOTERAPIA

**ANALISIS DE EXPERIENCIAS DEL PROFESIONAL DE KINESIOLOGIA EN EL
USO DE EJERCICIOS DEL CORE PARA TRATAMIENTOS DE LUMBALGIA
CRONICA**

BRUNO ARIEL ESCOBAR PEDROZO

ANDREA MARIA BETRIZ MARTINEZ INSFRAN

Asunción- Paraguay

Año 2020

RESUMEN

El presente trabajo de investigación aborda el "Análisis de experiencias del profesional de Kinesiología en el uso de ejercicios del Core para tratamientos de pacientes con lumbalgia crónica". El estudio presenta un enfoque cuali-cuantitativo o mixto de tipo descriptivo y analítico, no experimental; el propósito principal fue el de analizar las experiencias del profesional ante el uso de ejercicios del Core para tratamientos de lumbalgia crónica.

Este estudio fue realizado de manera sincrónica a través de un corte transversal entre los meses de Julio a Octubre del año 2020, mediante encuestas digitales realizadas en la herramienta de Google Forms a una muestra compuesta por 103 kinesiólogos y fisioterapeutas egresados y con registro profesional emitidos por el Ministerio de Salud Pública y Bienestar Social hasta el mes de agosto del año lectivo.

Datos relacionados a las características socio-demográficas de los pacientes, consideraciones para la implementación de los ejercicios del Core y fisiopatología del cuadro correspondiente a la lumbalgia crónica, fueron analizados en la investigación mediante la respuesta de los profesionales de kinesiología que utilizan tales ejercicios como herramienta terapéutica.

El análisis de la bibliografía de soporte en los últimos diez años, nos sugiere que los ejercicios del Core sirven como una herramienta eficaz para la estabilidad dinámica y estática de los músculos del piso pélvico en el tratamiento de la lumbalgia crónica ya que ayudan a mejorar la discapacidad, la funcionalidad y la reducción del dolor en pacientes. Por ello, la hipótesis formulada suponía que con los ejercicios del Core los profesionales de kinesiología logran excelentes resultados en la sintomatología de los pacientes con lumbalgia crónica más que con otros tipos de técnicas, agentes físicos y entrenamientos.

Las respuestas obtenidas en relación a este planteamiento al inicio de la investigación resultaron ser afirmativas, ya que más de la mitad de los profesionales refieren resultados óptimos y escasas experiencias negativas en la aplicación de ejercicios del Core en los tratamientos realizados al paciente. En contrapartida, una minoría ha referido haber sufrido malas experiencias con ejercicios del Core debido a que: no todos los pacientes manifiestan las mismas sintomatologías, el trabajo interdisciplinario aún no refleja un proceso colaborativo entre médicos y terapeutas, así como la problemática de la asistencia del paciente en estadios avanzados de la patología. No obstante, la mayoría de la muestra estudiada refiere tener experiencias positivas en la disminución del dolor, en la activación muscular y en los niveles de funcionalidad de sus pacientes en cuanto a las actividades de la vida diaria.

Palabras claves: *Profesional de Kinesiología, ejercicios del Core, tratamientos, Lumbalgia crónica.*