



EFFECTIVIDAD DE LA MADEROTERAPIA EN LA REDUCCION DEL TEJIDO

ADIPOSO LOCALIZADO EN MUJERES DE 18 A 50 AÑOS EN EL CENTRO

COMUNITARIO PA'I PEPE VALPUESTA, DE JULIO A DICIEMBRE, 2024.

Monzón Insaurrealde, Tania Carolina

Facultad de Ciencias de la Salud. Universidad del Sol. Asunción. Paraguay

monzoninsaurrealdetaniacarolina@gmail.com

RESUMEN

El presente estudio tuvo como objetivo general, evaluar la eficacia de la maderoterapia en la reducción del tejido adiposo abdominal en mujeres de 18 a 50 años del Centro Comunitario Pa'i Pepe Valpuesta, en Asunción, durante el periodo de julio a diciembre de 2024. La investigación tuvo un enfoque cuantitativo. El diseño fue cuasi-experimental de pre-prueba y post-prueba con un solo grupo. Se realizó un estudio a 30 mujeres de 18 a 50 años que completaron 10 sesiones. La efectividad se midió mediante la reducción de la circunferencia umbilical y el porcentaje de adiposidad localizada reducida. La satisfacción, percepción de cambios en la textura de la piel y la experiencia de efectos secundarios. Como resultados se observó una reducción promedio de 14.75 cm. en la circunferencia umbilical y 14.7% de reducción de adiposidad localizada en las participantes. La mayor reducción porcentual (18.1%) se dio en el grupo de 18 a 25 años, mientras que la mayor reducción absoluta (15.5 cm) se presentó en el grupo de 36 a 45 años. Las participantes afirmaron que la maderoterapia cumplió con sus expectativas y el 100% la recomendaría, porque demostró ser una técnica altamente efectiva para la reducción de adiposidad abdominal y la mejora de la textura de la piel en el grupo estudiado, con resultados positivos y percibidos universalmente por las participantes. En conclusión, la eficacia puede variar ligeramente con la edad, siendo los grupos más jóvenes más eficientes en reducción porcentual y los de edad intermedia en reducción absoluta.

Palabras clave: Abdominal. Estética. Maderoterapia. Reducción.



UNIVERSIDAD DEL SOL

Creada por Ley Nº 4263

Aprobada por el Consejo de Universidades por Resolución Nº 10/2010

ABSTRACT

The general objective of this study was to evaluate the effectiveness of wood therapy in reducing abdominal adipose tissue in women aged 18 to 50 years at the Pa'i Pepe Valpuesta Community Center in Asunción, from July to December 2024. The research followed a quantitative approach. The design was quasi-experimental, with a pre-test and post-test and a single group. Thirty women aged 18 to 50 years completed 10 sessions. Effectiveness was measured by the reduction in umbilical circumference and the percentage of reduced localized adiposity. Satisfaction, perception of changes in skin texture, and the experience of side effects were also assessed. An average reduction of 14.75 cm in umbilical circumference and a 14.7% reduction in localized adiposity were observed in the participants. The greatest percentage reduction (18.1%) was observed in the 18- to 25-year-old group, while the greatest absolute reduction (15.5 cm) was observed in the 36- to 45-year-old group. Participants stated that wood therapy met their expectations and 100% would recommend it, as it proved to be a highly effective technique for reducing abdominal fat and improving skin texture in the study group, with positive results universally perceived by participants. Effectiveness may vary slightly with age, with younger groups being more effective in percentage reduction and middle-aged groups in absolute reduction.

Keywords: Abdominal. Aesthetics. Wood Therapy. Reduction.



1. INTRODUCCIÓN

La búsqueda de la belleza y el bienestar físico es una constante a lo largo de la historia, tanto en adultos como en niños. Aunque el concepto de belleza puede ser subjetivo y variar según la percepción de cada persona, es innegable que su apreciación genera placer, satisfacción e incluso mejora la autoestima. En este contexto, la apariencia física cobra una gran relevancia social, especialmente en lo que respecta al control del peso y la reducción de grasa corporal.

Actualmente, el sobrepeso y la obesidad representan una preocupación de salud pública a nivel mundial. De acuerdo con la Organización Mundial de la Salud (OMS), estos problemas se caracterizan por una acumulación excesiva de grasa corporal calculada generalmente mediante el índice de masa corporal (IMC). Se estima que más de 2.500 millones de adultos en el mundo padecen sobrepeso, de los cuales el 44% son mujeres. En Paraguay, esta situación es particularmente alarmante: siete de cada diez adultos presentan exceso de peso (sobrepeso u obesidad), y uno de cada tres niños y adolescentes también se encuentra afectado. Además, el 69,3% de la población adulta presenta sobrepeso u obesidad, según datos de la Encuesta Nacional de Factores de Riesgo (MSPBS, 2022), lo cual evidencia una tendencia creciente y preocupante.

La investigación tiene como objetivo general Evaluar la eficacia de la maderoterapia en la reducción del tejido adiposo abdominal en mujeres de 18 a 50 años del Centro Comunitario Pa'i Pepe Valpuesta, en Asunción, durante el periodo de julio a diciembre de 2024.

El presente estudio es importante porque aborda una problemática común y creciente relacionada con la acumulación de tejido adiposo localizado, que afecta la salud estética y el bienestar de muchas mujeres entre 18 y 50 años. Evaluar la efectividad de la maderoterapia como



UNIVERSIDAD DEL SOL

Creada por Ley Nº 4263

Aprobada por el Consejo de Universidades por Resolución Nº 10/2010

método no invasivo para la reducción de grasa localizada aporta información relevante para profesionales de la salud, la estética y la rehabilitación, ofreciendo una alternativa complementaria o preventiva frente a métodos más agresivos o costosos.

Además, esta investigación contribuye a fortalecer el conocimiento científico sobre terapias manuales emergentes en el ámbito comunitario, promoviendo intervenciones basadas en evidencia que mejoren la calidad de vida y la autoestima de las participantes. Al realizarse en un centro comunitario, se garantiza el acceso a poblaciones vulnerables, ampliando el impacto social y fomentando prácticas saludables accesibles para la población.

Esta investigación aporta a la generación de evidencia científica objetiva sobre la eficacia de la maderoterapia en la reducción del tejido adiposo abdominal. Los resultados podrán respaldar o refutar las afirmaciones sobre sus beneficios, aportando datos valiosos al campo de la estética y la salud.

2. MATERIALES Y MÉTODOS

La investigación tuvo un enfoque cuantitativo. La investigación cuantitativa nos ofrece la posibilidad de generalizar los resultados más ampliamente, nos otorga control sobre los fenómenos, así como un punto de vista de conteo y las magnitudes de esto (1)

El diseño fue cuasi-experimental. Los estudios experimentales que no cumplen rigurosamente con todos los requisitos de un estudio experimental puro. (2)

La Muestra fue la no probabilística intencional. La muestra es seleccionar una parte de la población para ser estudiada. La muestra no probabilística el investigador es quien escoge la muestra algunos criterios de acuerdo al problema y objetivos de la investigación. (2)

Sede Central - Asunción: Francisco Dupuis Nº 462 (ex 5ta Proyectada) entre 14 de Mayo y Alberdi

Telefax: (021) 371-371 / (0981) 898990 **www.unades.edu.py** **Email:** secretaria@unades.edu.py



La efectividad se midió mediante la reducción de la circunferencia umbilical y el porcentaje de adiposidad localizada reducida. La satisfacción, percepción de cambios en la textura de la piel y la experiencia de efectos secundarios.

3. RESULTADOS

Teniendo en cuenta el primer objetivo específico, Determinar la reducción del tejido adiposo abdominal en mujeres de 18 a 50 años después de la aplicación de maderoterapia, en el Centro Comunitario Pa'i Pepe Valpuesta durante el periodo de julio a diciembre de 2024, arrojó los siguientes resultados. Todas las participantes mostraron reducción en la circunferencia umbilical, con un promedio del 14,7%. La reducción osciló entre 7.01% (mínima) y 24,41% (máxima). La maderoterapia fue efectiva en todas las participantes, pero con resultados variables.

En relación al segundo objetivo específico, Analizar la relación entre la frecuencia y duración de las sesiones de maderoterapia y la efectividad del tratamiento en mujeres de 18 a 50 años, en el Centro Comunitario Pa'i Pepe Valpuesta durante el periodo de julio a diciembre de 2024, los resultados fueron, la reducción promedio fue de 14,75cm en circunferencia umbilical. Las reducciones fueron desde 8cm (mínima) hasta 28cm (máxima), realizando el tratamiento (3/sesiones- semana) con una duración de 45min cada una. La técnica mostró efectividad en términos absolutos, pero la magnitud varió entre participantes de acuerdo al estilo de vida (alimentación, ejercicios físicos, alteraciones metabólicas etc.).

En relación al tercer objetivo específico, Identificar si existen diferencias en la reducción del tejido adiposo abdominal según la edad en el Centro Comunitario Pa'i Pepe Valpuesta durante el periodo de julio a diciembre de 2024, arrojó los siguientes resultados, el mejor resultado porcentual



UNIVERSIDAD DEL SOL

Creada por Ley Nº 4263

Aprobada por el Consejo de Universidades por Resolución Nº 10/2010

se obtuvo en el Grupo: 18-25 años (18,1%) de reducción. El mejor resultado absoluto fue en el, Grupo: 36-45 años (15,5cm) reducidos. La menor efectividad, Grupo: 46-50 años (9,4%) de reducción. La edad de la población en estudio influyó en la respuesta al tratamiento, con mayor eficacia en participantes jóvenes.

Teniendo en cuenta el objetivo general, Evaluar la eficacia de la maderoterapia en la reducción del tejido adiposo abdominal en mujeres de 18 a 50 años del Centro Comunitario Pa'i Pepe Valpuesta, en Asunción, durante el periodo de julio a diciembre de 2024. Los datos recabados indicaron claramente una reducción percibida significativa en el tejido adiposo (grasa) entre los participantes del estudio. En el 97% de los participantes se notó reducción y percibieron beneficios estéticos. De un total de 30 participantes, 29 (un notable 97%) reportó haber notado una reducción en su tejido adiposo. Por el contrario, solo 1 participante (el 3%) no observó disminución significativa. Los beneficios percibidos de la maderoterapia (como la reducción del tejido adiposo y los cambios en la textura de la piel) fueron tan significativos que superan cualquier inconveniente causado por los efectos secundarios. El 100% de las participantes recomendaron la maderoterapia como tratamiento alternativo estético no invasivo para la reducción de medidas, por el bajo costo en comparación a otros tratamientos estéticos invasivos y al no necesitar reposo post tratamiento.

4. CONCLUSIONES

Teniendo en cuenta el primer objetivo específico, Determinar la reducción del tejido adiposo abdominal en mujeres de 18 a 50 años después de la aplicación de maderoterapia, en el Centro Comunitario Pa'i Pepe Valpuesta durante el periodo de julio a diciembre de 2024, arroja los



UNIVERSIDAD DEL SOL

Creada por Ley Nº 4263

Aprobada por el Consejo de Universidades por Resolución Nº 10/2010

siguientes resultados. En todas las participantes se muestran reducción en la circunferencia umbilical, con un promedio del 14,7%. La reducción oscila entre 7.01% (mínima) y 24,41% (máxima). La maderoterapia es efectiva en todas las participantes, pero con resultados variables.

En relación al segundo objetivo específico, Analizar la relación entre la frecuencia y duración de las sesiones de maderoterapia y la efectividad del tratamiento en mujeres de 18 a 50 años, en el Centro Comunitario Pa'i Pepe Valpuesta durante el periodo de julio a diciembre de 2024, los resultados muestran que, la reducción promedio es de 14,75cm en circunferencia umbilical. Las reducciones son desde 8cm (mínima) hasta 28cm (máxima), realizando el tratamiento (3/sesiones-semana) con una duración de 45min cada una. La técnica muestra efectividad en términos absolutos, pero la magnitud varía entre participantes de acuerdo al estilo de vida (alimentación, ejercicios físicos, alteraciones metabólicas etc.).

En relación al tercer objetivo específico, Identificar si existen diferencias en la reducción del tejido adiposo abdominal según la edad en el Centro Comunitario Pa'i Pepe Valpuesta durante el periodo de julio a diciembre de 2024, arroja los siguientes resultados, el mejor resultado porcentual se visualiza en el Grupo: 18-25 años con (18,1%) de reducción. El mejor resultado absoluto es en el Grupo: 36-45 años (15,5cm) reducidos. La menor efectividad, Grupo: 46-50 años (9,4%) de reducción. La edad de la población en estudio influye en la respuesta al tratamiento, con mayor eficacia en participantes jóvenes.

Teniendo en cuenta el objetivo general, Evaluar la eficacia de la maderoterapia en la reducción del tejido adiposo abdominal en mujeres de 18 a 50 años del Centro Comunitario Pa'i Pepe Valpuesta, en Asunción, durante el periodo de julio a diciembre de 2024. Los datos recabados indican claramente una reducción percibida significativa en el tejido adiposo (grasa) entre los

Sede Central - Asunción: Francisco Dupuis Nº 462 (ex 5ta Proyectada) entre 14 de Mayo y Alberdi

Telefax: (021) 371-371 / (0981) 898990 **www.unades.edu.py** **Email:** secretaria@unades.edu.py



UNIVERSIDAD DEL SOL

Creada por Ley Nº 4263

Aprobada por el Consejo de Universidades por Resolución Nº 10/2010

participantes del estudio. En el 97% de los participantes se nota reducción y perciben beneficios estéticos. De un total de 30 participantes, 29 (un notable 97%) reporta haber notado una reducción en su tejido adiposo. Por el contrario, solo 1 participante (el 3%) no observa disminución significativa. Los beneficios percibidos de la maderoterapia (como la reducción del tejido adiposo y los cambios en la textura de la piel) son tan significativos que superan cualquier inconveniente causado por los efectos secundarios. El 100% de las participantes recomiendan la maderoterapia como tratamiento alternativo estético no invasivo para la reducción de medidas, por el bajo costo en comparación a otros tratamientos estéticos invasivos y al no necesitar reposo post tratamiento.

La maderoterapia, se posiciona como una técnica efectiva para la reducción de la adiposidad umbilical localizada y la mejora de la textura de la piel. Aunque los efectos secundarios son comunes, su naturaleza aparentemente tolerable no compromete la altísima satisfacción del cliente ni su disposición a recomendar el tratamiento. La edad influye en la magnitud de la reducción (especialmente en términos porcentuales), pero la intervención demuestra ser beneficiosa para todas las franjas etarias estudiadas, cumpliendo ampliamente con las expectativas de las pacientes.

5. BIBLIOGRAFIA

Hernández Sampieri, R., Fernández Collado, C., & Baptista Lucio, P. *Metodología de la investigación* (6a ed.). McGraw-Hill Interamericana. 2014

Miranda de Alvarenga, E. *Metodología de la investigación cuantitativa y cualitativa: Normas técnicas de presentación de trabajos científicos* 5ta. Ed. Asunción: Ediciones gráficas: A4 Diseños. 2013