



DOCUMENTACIÓN CRYOSENSE

CRIOTERAPIA DE CUERPO ENTERO

APLICACIÓN EN

FIBROMIALGIA

Cryosense® : la terapia de la Biorregulación

EQUIPO MÉDICO CRYOSENSE®

ÍNDICE

1. Introducción	3
2. Aplicaciones de la Crioterapia de Cuerpo Entero en Fibromialgia	4
2.1. Fibromialgia	4
2.2. Aplicaciones de la Crioterapia de Cuerpo Entero en Fibromialgia	6
3. Contraindicaciones de la Crioterapia de Cuerpo Entero	10
Bibliografía	11

Copyright©. 2016.
Tecnología e Innovación Médico-Estética, S.L.
c/ Isabel Colbrand 10, Nave 81. 28050 Madrid
www.cryosense.com, info@cryosense.com

Todos los derechos reservados. Queda prohibida toda reproducción o difusión de la obra o partes de la misma por cualquier medio sin la preceptiva autorización previa.

Este documento ha sido desarrollado por el equipo médico de Cryosense[®], para su aplicación exclusiva con cabinas de Crioterapia de Cuerpo Entero Cryosense[®] y por profesionales que tras haber recibido la formación específica puedan justificar que están en posesión del diploma acreditativo Cryosense[®].

Los protocolos y técnicas explicados son específicos para su aplicación con programas Cryosense[®] y serán de uso exclusivo para cabinas de Crioterapia de Cuerpo Entero Cryosense[®]. Queda prohibida su utilización por personal no formado por el Equipo Médico Cryosense[®] y en cabinas distintas a Cryosense[®]. Queda limitado su uso a fines lícitos.

Cryosense[®] no se responsabiliza de la utilización indebida del contenido desarrollado en este documento.

1. Introducción

La Crioterapia de Cuerpo Entero se fundamenta en la activación de procesos neuroreflejos inducida por el intenso y breve efecto del frío extremo sobre la superficie corporal. Esto explica cómo es posible que sus consecuencias terapéuticas no sólo beneficien las zonas sobre las que se aplica, sino también aquellos tejidos más profundos que no es posible alcanzar con una exposición al frío extremo de 3 minutos.

La Crioterapia de Cuerpo Entero tiene efectos claramente analgésicos y anti-inflamatorios, que pueden resumirse en los siguientes:

- Alivio del dolor
- Inhibición de la inflamación e Inmunomodulación.
- Mejora de la actividad musculoesquelética
- Mejora funcional de las articulaciones
- Regulación de la actividad del Sistema nervioso central, sensación de bienestar.



En los últimos años, gracias a los conocimientos teóricos, estudios clínicos y a la experiencia recopilada, la lista de indicaciones para la Crioterapia de Cuerpo Entero, que se detalla a continuación ha ido adquiriendo un mayor fundamento y se ha ido ampliando de forma muy alentadora.

- Artrosis
- Dolor crónico
- Espondilitis anquilosante
- Esclerosis múltiple
- Tendinopatías
- Fibromialgia
- Artritis reumatoide
- Trastornos inmunomediados
- Psoriasis
- Dermatitis atópica
- Insomnio
- Estrés, Ansiedad y Depresión
- Síndrome de la columna vertebral

2. Aplicaciones de la Crioterapia de Cuerpo Entero en Fibromialgia

La **Crioterapia de Cuerpo Entero** es el procedimiento terapéutico que utiliza el efecto del frío extremo sobre la totalidad de la superficie corporal (a excepción de la cabeza en criosaunas) con fines terapéuticos. Consiste en la aplicación de bajas temperaturas de entre -110°C a -196°C durante un breve espacio de tiempo de 2-3 minutos, lo que implica una disminución de la temperatura de la piel por debajo de 5°C , no afectando esta circunstancia a nivel de la temperatura central del organismo (cerebro y órganos internos), que se mantiene constante, gracias a los mecanismos de regulación interna, controlados por los centros termorreguladores situados en el Hipotálamo.

El efecto shock que produce el estímulo de frío extremo y la elevada reducción en la temperatura de la superficie de la piel generada en pocos minutos, induce un efecto sistémico como consecuencia del proceso “estímulo - reacción - adaptación”, que conduce a una serie de mecanismos neuroreflejos, que van a generar acciones positivas a nivel de la percepción de dolor y de los procesos inflamatorios fundamentalmente.

La Crioterapia de Cuerpo Entero influye además en el flujo sanguíneo y el metabolismo del sistema musculoesquelético, interviniendo activamente en la regulación del tono muscular, mejorando la circulación y modificando la activación neuronal.



2.1. Fibromialgia

Hasta llegar al consenso que existe en la actualidad sobre la definición y los criterios diagnósticos de la Fibromialgia, se ha tenido que recorrer un camino complejo. La evidencia de una realidad clínica, siempre presente, pero en entredicho, ha dado lugar al desarrollo sucesivo de una serie de hipótesis etiopatogénicas. Aun actualmente, aunque se trata de una enfermedad sobradamente reconocida como tal por la OMS y por la IASP (Asociación Internacional para el Estudio del Dolor), persiste el debate entre expertos, sobre si es una enfermedad o un síndrome, justificado por una escasa evidencia científica.

La Fibromialgia es un proceso de dolor crónico, difuso, de localización preferentemente osteomuscular y de etiología desconocida. Se define como un cuadro de dolor generalizado de más de 3 meses de duración, de carácter continuo, que afecta a ambos lados del cuerpo, por encima y por debajo de la cintura, así como al raquis o a la cara anterior del tórax, y por la existencia de múltiples puntos sensibles de localización característica, en ausencia de alteraciones degenerativas o inflamatorias.

Tanto la etiología como la fisiopatología de la Fibromialgia sigue siendo desconocida por lo que no existe un tratamiento definitivo para esta enfermedad, pero se considera que está relacionada con un trastorno de la gestión del dolor y del estado emocional en su conjunto, considerándose como una patología que engloba diversas disfunciones: dolor músculo-esquelético de intensidad variable, fatiga, trastornos del sueño, estado de ánimo depresivo, ansiedad, etc.



El dolor característico de la Fibromialgia se incluye en el ámbito del dolor crónico, y en concreto se define como dolor crónico neuropático, resultado de una alteración de la información nociceptiva a nivel del sistema nervioso central o periférico, que se manifiesta mediante alodinia, con aparición de dolor frente a estímulos que habitualmente no deberían producirlo y reducción de su umbral. El dolor crónico suele ser refractario a múltiples tratamientos y se asocia a importantes síntomas psicológicos: depresión, ansiedad, miedo, insomnio y alteraciones del comportamiento, y en especial de las relaciones sociales.

El dolor, tanto si es agudo como crónico, tiene su origen en la estimulación de las terminaciones nerviosas sensitivas libres denominadas nociceptores.

2.2. Aplicaciones de la Crioterapia de Cuerpo Entero en Fibromialgia

La Crioterapia de Cuerpo Entero provoca un fuerte estímulo físico sobre toda la superficie corporal, que desencadena un efecto sistémico indirecto mediante inducción de reacciones en varios sistemas, afectando a todo el organismo, induciendo reacciones orgánicas a corto plazo y activando procesos regulatorios a largo plazo, logrando una adaptación provisional del organismo y de esta manera contribuyendo a la recuperación del estado homeostático y al alivio del dolor.

Las personas que se someten a una sesión de crioterapia con el fin de aliviar procesos dolorosos de cualquier etiología y en particular si se trata de dolor psicógeno, característico de la Fibromialgia, perciben una mejoría en el estado anímico y en el control de las emociones, que sumado a la mejoría orgánica, supone una mayor efectividad de respuesta, en cuanto a la supresión o reducción del dolor.

En base a los conocimientos teóricos, estudios clínicos y experiencia adquirida a lo largo de los años, puesta a disposición en la bibliografía consultada, en general, la pauta de tratamiento recomendada en Fibromialgia, se puede plantear como se muestra en la siguiente tabla, en la que se concretan:

- las sesiones por semana
- el tiempo de duración de cada ciclo
- el número de ciclos por año.

INDICACIONES	SESIONES/ SEMANA	DURACIÓN CICLO	PERIODICIDAD	PROGRAMA
Fibromialgia	Choque:3* **	**	**	**

Cuadro 1. Indicaciones de aplicación de Crioterapia de Cuerpo Entero en Fibromialgia.

*Sesiones aplicadas siguiendo el Protocolo de Tratamiento Cryosense desde el programa Iniciación hasta el Extremo.

**Datos disponibles en el documento completo



La pauta estándar recomendada en procesos de Fibromialgia requiere la aplicación de una terapia de choque inicial de 3 sesiones por semana, durante

Para acceder al documento completo, solicítelo a:

info@cryosense.com
