



DOCUMENTACIÓN CRYOSENSE

CRIOTERAPIA DE CUERPO ENTERO

APLICACIÓN EN

MEDICINA

Cryosense®: la terapia de la Biorregulación

EQUIPO MÉDICO CRYOSENSE®

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 este documento o partes del mismo por cualquier medio sin la preceptiva autorización previa.

Este texto 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.

ÍNDICE

Introducción.....	4
PATOLOGÍAS.....	6
1. ENFERMEDADES AUTOINMUNES.....	6
1.1. Fibromialgia.....	6
1.2. Trastornos inflamatorios inmunomediados.....	9
1.2.1. Psoriasis.....	11
1.2.2. Artritis Reumatoide.....	14
1.2.3. Espondilitis anquilosante.....	16
1.2.4. Esclerosis múltiple.....	18
2. ENFERMEDADES ATÓPICAS.....	20
2.1. Dermatitis atópica / Neurodermatitis.....	21
3. ENFERMEDADES DEL SISTEMA MÚSCULO ESQUELÉTICO.....	23
3.1. Artrosis.....	23
3.2. Síndrome de la columna vertebral.....	28
3.3. Tendinopatías.....	30
4. ENFERMEDADES DEL SISTEMA NERVIOSO.....	31
4.1. Dolor crónico.....	31
4.2. Trastornos del sueño.....	32
4.2.1. Insomnio primario.....	34
4.2.2. Insomnio secundario.....	35
4.3. Desórdenes Mentales: Depresión y Ansiedad.....	36
4.4. Equilibrio y coordinación del movimiento.....	37
Bibliografía.....	39

Introducción

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 ocasionando variaciones a nivel de la temperatura interior 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.

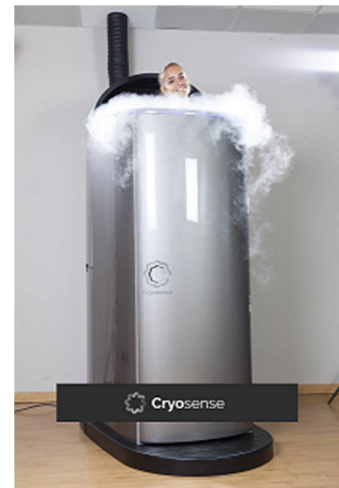
La Crioterapia de Cuerpo Entero se fundamenta en la activación de procesos neuroreflejos inducida por el intenso y breve efecto del frío extremo sobre la superficie corporal. Esto explica cómo es posible que sus consecuencias terapéuticas no sólo beneficien las zonas sobre las que se aplica, sino también 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 antiinflamatorios, que pueden resumirse en los siguientes:

- Alivio del dolor
- Inhibición de la inflamación e Inmunomodulación.
- Restablecimiento 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 y experiencia adquirida en este campo, la lista de indicaciones para la Crioterapia de Cuerpo Entero ha ido adquiriendo un mayor fundamento, lo que ha favorecido que continúe ampliándose de forma muy alentadora.

La mayor parte de las enfermedades relacionadas en este documento presentan sintomatología relacionada con el dolor y la inflamación, respondiendo bastante bien



a esta terapia. Destacamos en este contexto las enfermedades que se caracterizan por manifestarse a través del dolor crónico y las inflamatorias de origen reumático.

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.

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 para cada una de estas enfermedades 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 y el número de ciclos por año, adaptados a cada una de las patologías indicadas.

INDICACIONES	SESIONES/ SEMANA	DURACIÓN CICLO	PERIODICIDAD	PROGRAMA
Psoriasis	3*	4-6 semanas	**	**
Dermatitis atópica	**	**	**	**
Espondilitis anquilosante	**	**	**	**
Artrosis	**	**	**	**
Dolor Espalda	**	**	**	**
Tendinopatías	**	**	**	**
Dolor Crónico	**	**	**	**
Insomnio	**	**	**	**
Depresión / Ansiedad	**	**	**	**
Fibromialgia	**	**	**	**
Artritis reumatoide	**	**	**	**
Esclerosis múltiple	**	**	**	**

Cuadro 1. Indicaciones de la Crioterapia de Cuerpo Entero

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

**Dato disponibles en el documento completo

PATOLOGÍAS

1. ENFERMEDADES AUTOINMUNES

1.1. Fibromialgia

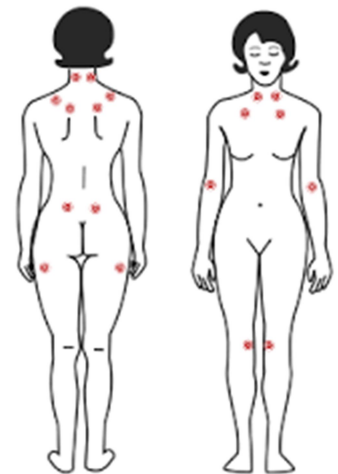
A menudo, los enfermos de fibromialgia se encuentran con que el enfoque terapéutico en cada caso, depende en gran medida de la opinión de su médico acerca de la causa del trastorno, de hecho, todavía no se conoce lo suficiente el motivo de la aparición de la fibromialgia, y los intentos existentes de explicar sus causas patogénicas son aún demasiado inconsistentes para tratar a los pacientes de manera uniforme y con fundamento de causa. Por desgracia, este hecho conduce a cambiar de médico con frecuencia, algo muy perjudicial para que la terapia tenga éxito, además los pacientes no siempre creen que gran parte del potencial terapéutico requerido esté en sus propias manos.

Para evaluar la relevancia terapéutica del frío, se parte de la base de que la fibromialgia está principalmente relacionada con un trastorno de la gestión del estrés y del dolor que se caracteriza por:

- Un desarrollo crónico
- Dolores de intensidad variables distribuidos por todo el cuerpo.
- La posibilidad de una variedad de trastornos vegetativos, funcionales y mentales.

Síntomas principales de la Fibromialgia

- Dolor musculoesquelético espontáneo, con duración de al menos tres meses, próximo a la columna vertebral, en los músculos que rodean a las articulaciones, con un umbral de dolor reducido.
- Aumento general de la sensibilidad al tacto o a la movilización de las zonas doloridas.
- Alteraciones de la memoria.
- Fatiga y astenia.
- Trastornos del sueño.
- Rigidez matutina articular.



- Dolor de cabeza y migraña.
- Estados de ánimo depresivo y estados de ansiedad ocasionales.
- Reducción de la tolerancia al estrés.

SÍNTOMAS FRECUENTES EN FIBROMIALGIA	
Dolor crónico generalizado	Ansiedad
Fatiga intensa	Depresión
Rigidez articular	Dolores de cabeza
Trastornos del sueño	Problemas gastrointestinales y genitourinarios
Problemas de atención, memoria y funciones ejecutivas	Parestesias

El tratamiento de la fibromialgia persigue siempre un enfoque multimodal, con una serie de componentes que no deben olvidarse en la aplicación de la Crioterapia de Cuerpo Entero, entre otros:

- Valoración de posibles causas de tipo somático o psicosocial.
- Terapia física.
- Actividad moderada.
- Terapias de relajación.
- Terapias de superación del dolor y el estrés.
- Tratamiento farmacológico.



La Crioterapia de Cuerpo Entero se ha estado utilizando con éxito desde hace algún tiempo en el tratamiento de la fibromialgia, pero únicamente debe aplicarse si el paciente la tolera y su estado general no se resiente. Sin embargo, a menudo hay prejuicios subjetivos frente al frío terapéutico, los cuales se explican por tratamientos de calor anteriores. No obstante, suele cambiarse de opinión tras una sesión de prueba.

Puede demostrarse objetivamente la clara superioridad de la Crioterapia de Cuerpo Entero frente a los tratamientos de calor, mediante métodos como la medición del dolor, con respecto al síntoma principal de la fibromialgia: el dolor crónico.

Para acceder al documento completo, solicítelo a:

info@cryosense.com
