

VITA

clinalgia

PORQUE UNA VIDA CON DOLOR NO ES VIDA



ACTUALIDAD

30 AÑOS APOSTANDO POR LA MEDICINA INTEGRATIVA

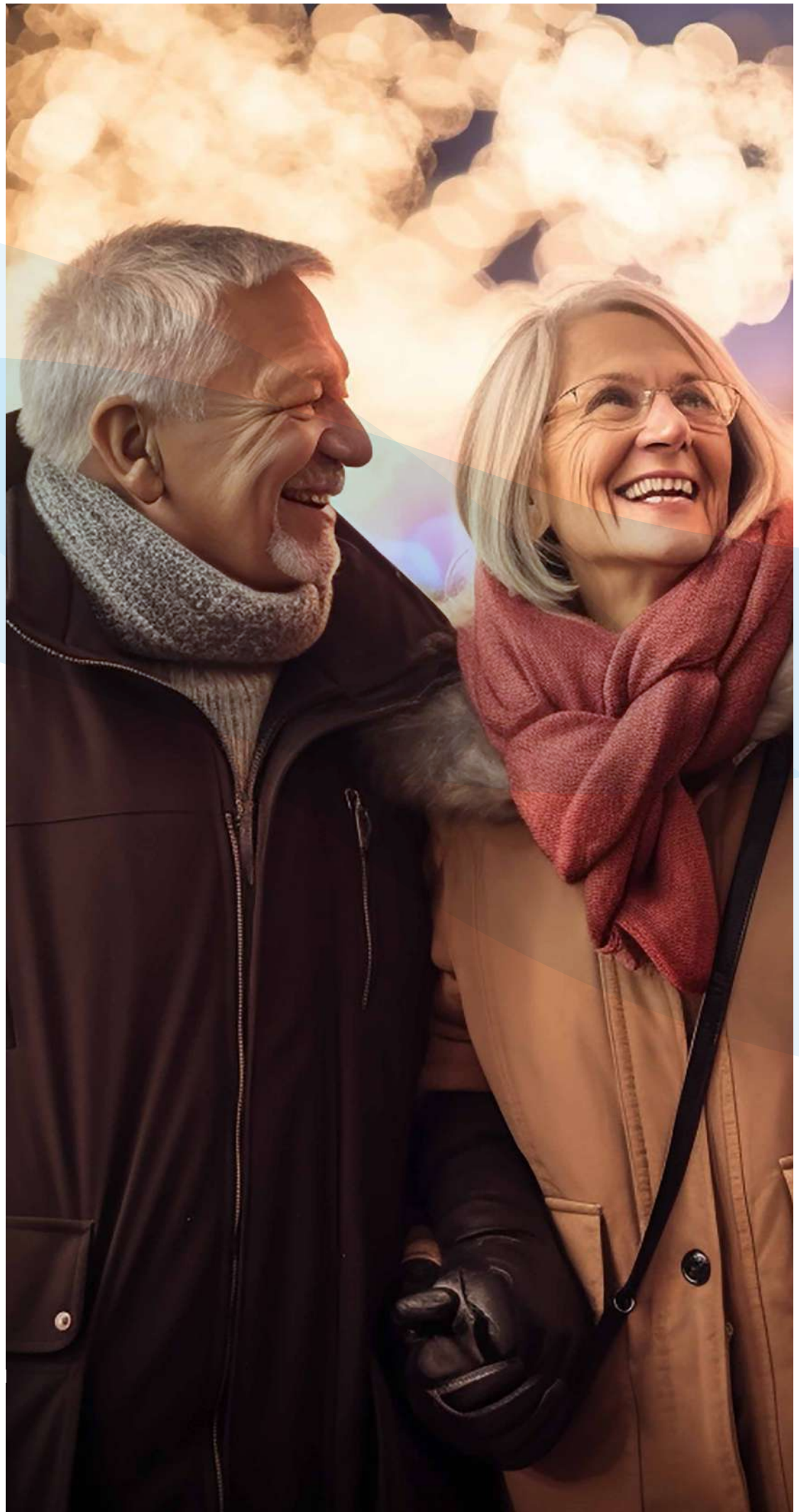
30 AÑOS APOSTANDO POR LA MEDICINA INTEGRATIVA

En Clinalgia seguimos evolucionando. Tras casi tres décadas dedicadas al tratamiento del dolor crónico, seguimos fieles a una idea: el paciente necesita un cuidado integral que atienda cuerpo y mente, ciencia y experiencia, tecnología y empatía.

Por eso, este año damos un paso más en nuestra apuesta por la **medicina integrativa**, un modelo que combina lo mejor de la medicina basada en la evidencia con terapias complementarias seguras y efectivas. Entre ellas, la **ozonoterapia**, que desde hace años es uno de los ejes fundamentales de nuestros tratamientos por su capacidad para reducir la inflamación, mejorar la oxigenación celular y potenciar los procesos naturales de reparación del organismo. Todo con un objetivo claro: **aliviar el dolor y mejorar la calidad de vida**.

Nuestro equipo crece con la incorporación de nuevos especialistas en nutrición, neurología y oncología integrativa, áreas que refuerzan nuestro compromiso con un enfoque multidisciplinar y personalizado. Cada nuevo profesional suma una mirada diferente para ayudar al paciente a recuperar el equilibrio, adaptarse mejor y vivir con menos dolor.

En Clinalgia seguimos avanzando, con la misma pasión y compromiso que nos ha guiado desde el principio: acompañar al paciente en cada paso de su camino hacia el bienestar.



FISIOTERAPIA EN INVIERNO: CUIDA TU CUERPO EN LA ESTACIÓN MÁS FRÍA

El invierno trae consigo una bajada de temperaturas que afecta directamente a nuestro cuerpo. El frío aumenta la rigidez muscular, favorece las contracturas y empeora molestias articulares, especialmente en personas con artrosis, dolor crónico o patologías reumáticas. También reduce nuestra actividad física, creando el escenario perfecto para que aparezcan dolores cervicales, lumbares y sensación de pesadez en piernas.

¿Por qué nos duele más todo en invierno?

Con el frío, los músculos se contraen para conservar calor, disminuye la circulación periférica y las articulaciones se vuelven menos móviles. Esto se traduce en:

- Mayor rigidez al despertar.
- Incremento de dolores de espalda y cuello.
- Más riesgo de tirones y lesiones.
- Peor recuperación en personas con patologías previas.

El papel de la fisioterapia

La fisioterapia es clave en esta época porque:

- Reduce la tensión muscular y alivia contracturas.

- Mejora la movilidad articular y disminuye la rigidez.
- Activa la circulación y acelera la recuperación.
- Fortalece la musculatura para prevenir lesiones.
- Ayuda a mejorar la postura, muy afectada en invierno por el sedentarismo.
- En pacientes respiratorios, facilita la ventilación y la eliminación de secreciones.

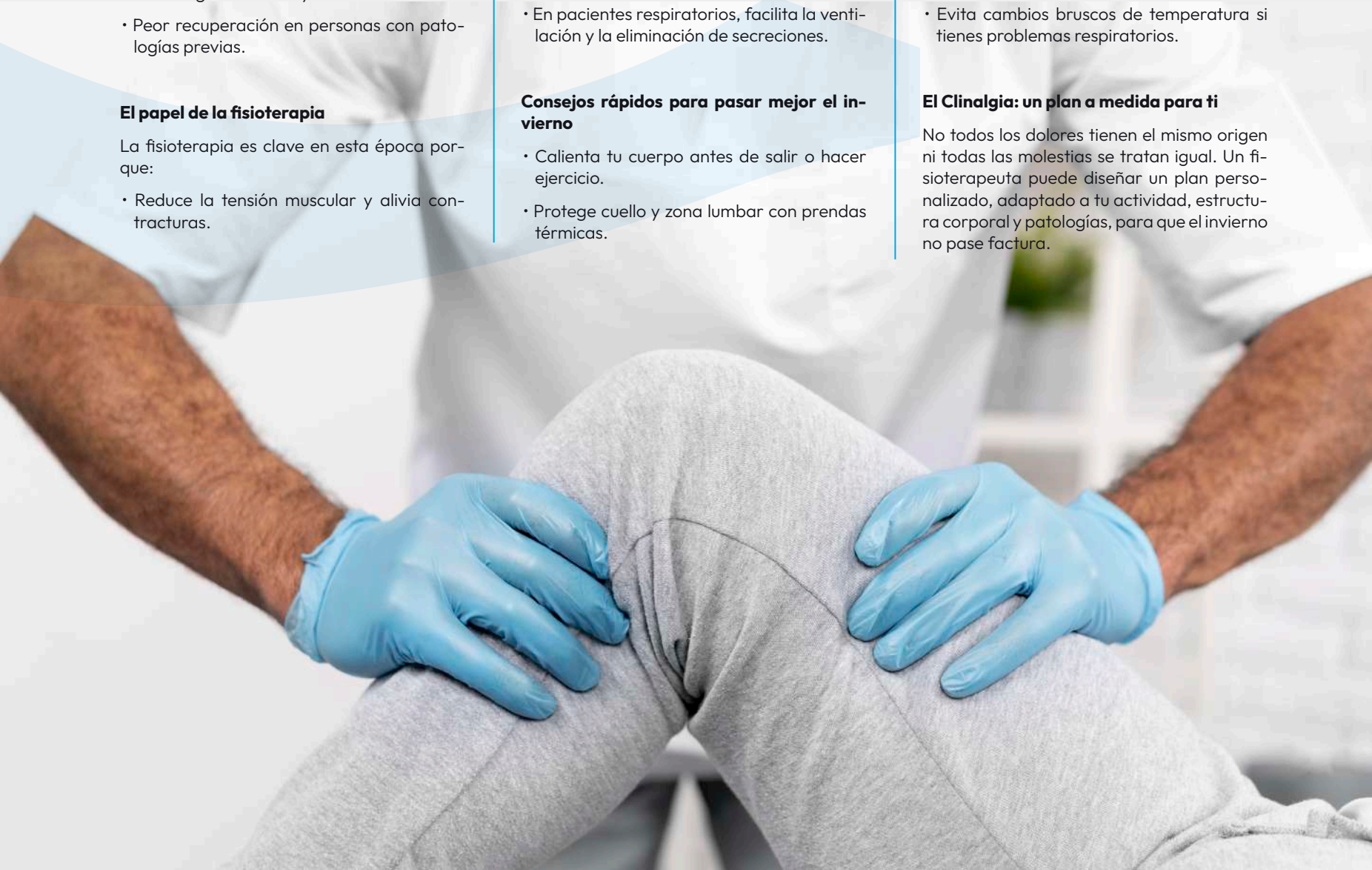
Consejos rápidos para pasar mejor el invierno

- Calienta tu cuerpo antes de salir o hacer ejercicio.
- Protege cuello y zona lumbar con prendas térmicas.

- Muévete cada día, aunque sea con paseos cortos o estiramientos.
- Incluye ejercicios de fuerza dos o tres veces por semana.
- Estira 5 minutos por la noche para evitar rigidez matinal.
- Bebe agua, aunque no tengas sed: la hidratación evita sobrecargas.
- Evita cambios bruscos de temperatura si tienes problemas respiratorios.

El Clinalgia: un plan a medida para ti

No todos los dolores tienen el mismo origen ni todas las molestias se tratan igual. Un fisioterapeuta puede diseñar un plan personalizado, adaptado a tu actividad, estructura corporal y patologías, para que el invierno no pase factura.



CLINALGIA LIDERA LA INVESTIGACIÓN EN OZONOTERAPIA PARA EL COVID PERSISTENTE

El COVID persistente sigue siendo uno de los mayores desafíos sanitarios tras la pandemia. Afecta aproximadamente al 10-20% de las personas que han pasado la infección, generando síntomas que pueden prolongarse durante meses: fatiga crónica, "niebla mental", dolor muscular, disnea, ansiedad, alteraciones del sueño y un profundo impacto físico y emocional.

Esta condición presenta similitudes con patologías de sensibilización central como la fibromialgia o el síndrome de fatiga crónica, lo que complica su diagnóstico y tratamiento.

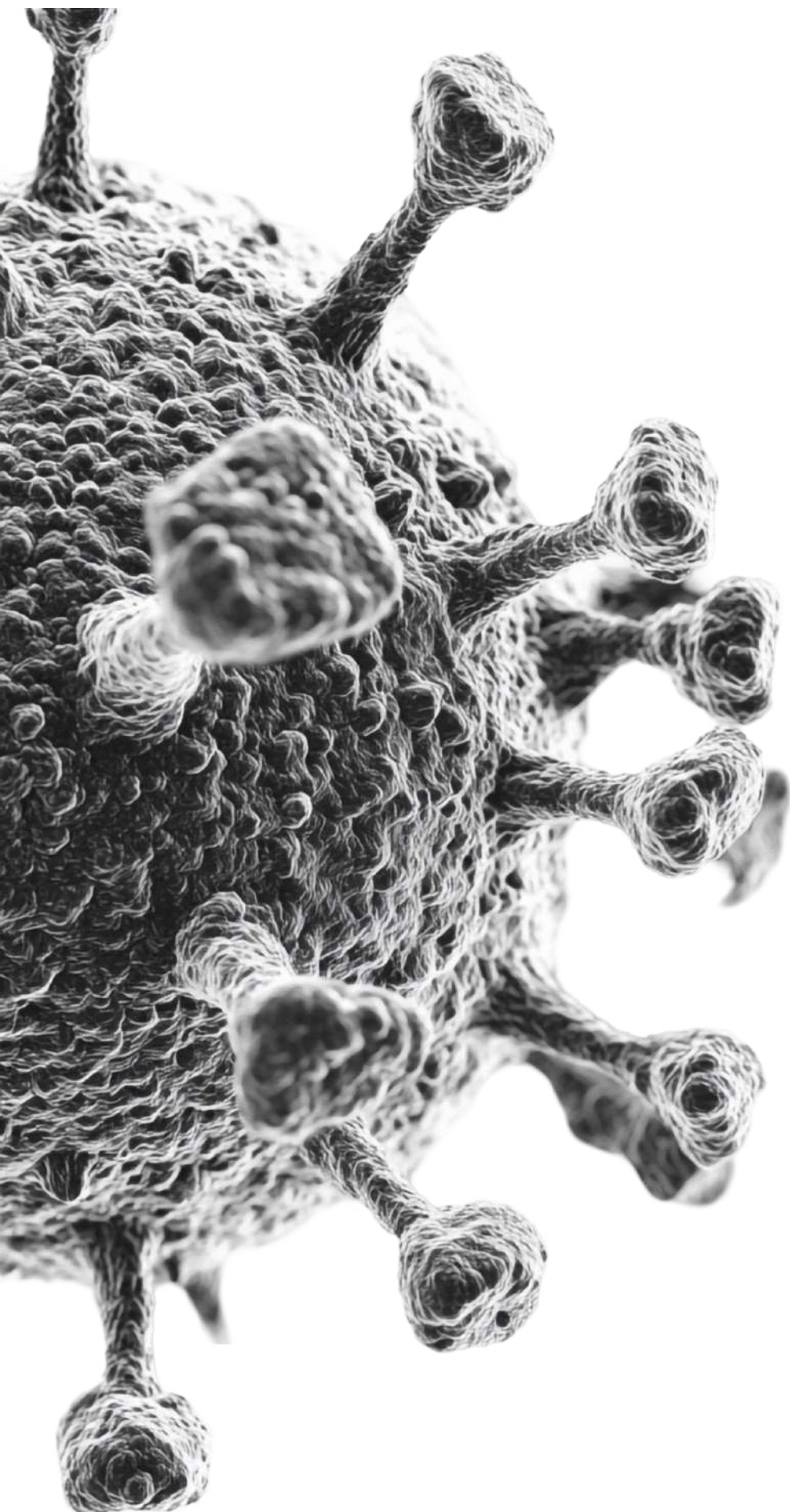
Por qué la ozonoterapia médica es relevante

La ozonoterapia médica ha mostrado efectos beneficiosos en procesos donde existe inflamación persistente, estrés oxidativo o disfunción inmunológica, tres pilares que también están presentes en el COVID persistente. Sus mecanismos de acción más estudiados incluyen:

- Efecto antiinflamatorio, que puede reducir la activación inmunitaria crónica.
- Modulación del estrés oxidativo, favoreciendo un mejor equilibrio celular.
- Mejora de la microcirculación y oxigenación tisular, esencial en tejidos afectados tras la infección.
- Estimulación del metabolismo mitocondrial, clave para recuperar energía y reducir la fatiga.
- Regulación del sistema inmune, ayudando a normalizar respuestas desajustadas post-infección.

Estos efectos combinados hacen que el ozono médico sea especialmente interesante en pacientes que sufren síntomas prolongados y debilitantes.





El primer estudio español desde Clinalgia

En Clinalgia hemos publicado el primer artículo científico que analiza la aplicación de ozono médico en pacientes con COVID persistente. Se trata de un paso importante para aportar evidencia clínica en un ámbito donde aún existe mucha incertidumbre.

Los resultados preliminares del estudio muestran:

- **Mejoría significativa de la fatiga, uno de los síntomas más incapacitantes.**
- **Reducción de la niebla mental y mayor claridad cognitiva.**
- **Disminución de la disnea y mejor tolerancia al esfuerzo.**
- **Mejoras en la calidad del sueño y en el bienestar emocional.**

Estos avances están en línea con lo observado en otras investigaciones internacionales donde la ozonoterapia ha mostrado efectos similares en procesos inflamatorios, cardiológicos o inmunológicos.

Un enfoque multidisciplinar para un reto complejo

En Clinalgia entendemos que el COVID persistente no se aborda con una única herramienta. Nuestro enfoque combina:

- Medicina del dolor
- Ozonoterapia médica
- Neurociencia clínica
- Fisioterapia respiratoria
- Rehabilitación física y cognitiva

La integración de un neurólogo especializado, como el Dr. Sebastián Martín Balbuena, refuerza esta visión global, especialmente en síntomas neurológicos como cefaleas, disautonomía o alteraciones cognitivas.



Lee el estudio
completo aquí

CLINALGIA INCORPORA UN ESPECIALISTA EN NEUROLOGÍA PARA TRATAR EL DOLOR CRÓNICO, LAS CEFALEAS Y LAS NEURALGIAS

Descubre cómo la neurología aporta nuevas soluciones al dolor crónico. En esta entrevista con el **Doctor Sebastián Martín Balbuena** hablamos de cefaleas, neuralgias o enfermedades neurológicas degenerativas y de sus tratamientos.

Clinalgia: Háblanos de la neurología, ¿cuál es su relación con el dolor crónico?

Sebastián Martín: La neurología estudia, diagnostica y trata muchas de las causas del dolor crónico, como migrañas, cefaleas, neuralgias y neuropatías. Su papel es fundamental para identificar el origen neurológico del dolor y aplicar tratamientos específicos que mejoren la vida del paciente.

El trabajo de un neurólogo en un centro de estas características es el de aportar los nuevos y últimos conocimientos para el diagnóstico y tratamiento personalizado de pacientes, sobre todo con cefalea y neuralgias.

¿Qué patologías más frecuentes se derivan a tu consulta?

Principalmente migraña y otras cefaleas, así como neuralgias, neuropatías y dolor crónico que pueda tener un origen neurológico. La neurología también aborda otras muchas enfermedades como la enfermedad de Parkinson, las demencias, ictus, epilepsia y un largo etcétera pero en el ámbito del dolor destacan la migraña y otras cefaleas y la neuralgia del trigémino, considerados algunos de los dolores más intensos e invalidantes que existen.

Desde la neurología, ¿qué se puede ofrecer a un paciente con dolor crónico que no encuentra solución?

Ofrecemos un diagnóstico especializado y tratamiento médico personalizado. Entre los tratamientos más habituales para migraña crónica que no responde a fármacos están la toxina botulínica, que ayuda a reducir la frecuencia e intensidad de los ataques, y los nuevos anticuerpos monoclonales y gepantes, que bloquean proteínas implicadas en la génesis del dolor de la migraña. Además, se utilizan terapias farmacológicas tradicionales y técnicas de neuromodulación, como la estimulación eléctrica o magnética transcraneal, para controlar el dolor cuando otros tratamientos no son suficientes.

Precisamente, en Clinalgia ofrecen un tratamiento por estimulación transcraneal por corriente directa (tDCS) combinado con ozonoterapia. ¿Qué opinión tienes de esta técnica?

En determinados pacientes que han ensayado los métodos más tradicionales para el tratamiento de las cefaleas y no ha surgido el efecto deseado, la utilización de nuevas terapias y técnicas en centros con experiencia y buenos resultados pueden resultar en un alivio y mejora de la patología del paciente. Son técnicas que sólo unos pocos centros con experiencia saben aplicar y que cada vez más centros están añadiendo a su cartel de servicios. Son técnicas muy utilizadas en el control del dolor crónico de muy diversa causa y, concretamente para las cefaleas que es de lo que yo puedo hablarle, se trata de un campo muy prometedor para casos concretos.

Por último, ¿qué te motiva a formar parte del equipo de Clinalgia y cómo crees que tu trabajo contribuye a mejorar la vida de los pacientes de esta unidad del dolor?

Trabajar para un centro y equipo como Cli-

Para migraña crónica que no responde a fármacos están la toxina botulínica, que ayuda a reducir la frecuencia e intensidad de los ataques, y los nuevos anticuerpos monoclonales y gepantes, que bloquean proteínas implicadas en la génesis del dolor de la migraña.

nalgia debería ser todo un orgullo dada la trayectoria que sus datos avalan y por otro lado es un reto dado que se trata de un centro con mucho prestigio, multidisciplinar y a la vanguardia de tratamientos novedosos y punteros para el dolor crónico. En sus centros se trata a paciente de forma conjunta, multidisciplinar con unos protocolos establecidos, conocidos y de demostrada eficacia. El trabajo de un neurólogo en un centro de estas características es el de aportar los nuevos y últimos conocimientos para el diagnóstico y tratamiento personalizado de pacientes, sobre todo con cefalea y neuralgias y formar parte del protocolo de actuación ante un paciente con dolor crónico aportando no sólo conocimiento teórico sino además conocimiento práctico con el uso de toxina botulínica con el protocolo específico de migraña (PREEMPT), bloqueos anestésico de zonas gatillo de ramas terminales del trigémino y consejo sobre el uso de las recientes terapias en migraña (anticuerpos monoclonales, gepantes, ditanes, etc...).



Sebastián Martín Balbuena

(Almería, 1977) es neurólogo, formado en Granada y especializado en el Hospital Universitario La Paz (Madrid). Doctor en Medicina por la Universidad de Murcia, ha compaginado la práctica clínica con docencia e investigación en áreas como envejecimiento y neurociencia, colaborando con instituciones como la UCAM, la Universidad de Murcia y el IMIB. Recientemente se ha incorporado a Clinalgia, donde aporta su experiencia en cefaleas, dolor neuropático y abordaje neurológico del dolor crónico, integrando también el uso de ozono médico como parte de un enfoque multidisciplinar.



“Carla es una diosa”

Antonio Sales Almagro, paciente oncológico y amigo de Clinalgia, ha querido compartir su experiencia con la ozonoterapia. Tras ser diagnosticado de cáncer de pulmón hace dos años y someterse a quimioterapia (actualmente continúa con radioterapia), se sentía agotado y sin fuerzas. Llegó a Clinalgia recomendado por una vecina de su localidad y, desde el primer día, se sintió acompañado y cuidado por todo el equipo profesional, especialmente por Carla, la enfermera que le acompaña en cada sesión de ozonoterapia. “Esta chica es una diosa, bueno, todo el equipo de Clinalgia es maravilloso, afirma Antonio con total convicción, destacando la calidad humana y profesionalidad de los profesionales médicos. Lo mejor de todo: poco a poco empezó a recobrar fuerzas y ánimo. Ésta es su experiencia en Clinalgia. Seis meses de ozonoterapia han marcado la diferencia: sesiones de autohemoterapia dos veces por semana le ayudaron a recuperar energía, ánimo, fuerza e ilusión. “En un mes ya noté el cambio: más alegre, con más energía, pronto empecé a sentirme mucho mejor. Mi familia no se lo podía creer. No pienso dejar el tratamiento porque me siento bastante bien, por eso a todo el mundo que conozco le aconsejo la ozonoterapia”, comparte Antonio.

Medicina integrativa y humanización

El valor de Clinalgia está en combinar medicina integrativa y humanización: el acompañamiento cercano de enfermería, la experiencia de los médicos y la incorporación de especialistas como el Dr. Santiago, oncólogo integrativo, permiten ofrecer un enfoque completo que mejora la vida de los pacientes.

“Antes me mareaba, no tenía fuerza... ahora puedo andar mejor, mi ánimo ha cambiado, y mi apetito ha mejorado. Todo gracias al equipo de Clinalgia”, concluye Antonio.



“En un mes ya noté el cambio: más alegre, con más energía, pronto empecé a sentirme mucho mejor”

Antonio junto a nuestra compañera Carla. Su testimonio es un claro ejemplo de cómo la medicina integrativa y el cuidado cercano transforman la experiencia del paciente.

REGENERA EL METABOLISMO CELULAR DE TU CUERPO

clinalgia
MEDICINA DEL DOLOR CRÓNICO
Ozonoterapia
AUTOHEMOTERAPIA

ENTREVISTAMOS A... **SANTIAGO J. VILAR GONZÁLEZ,**
ONCÓLOGO INTEGRATIVO EN CLINALGIA

“La investigación en medicina integrativa no es sólo una oportunidad, sino una necesidad para avanzar hacia un cuidado más humano del paciente”

Clinalgia - ¿En qué consiste la oncología integrativa?

Dr. Santiago J. Vilar: La oncología integrativa combina los tratamientos oncológicos convencionales con terapias complementarias seguras y basadas en evidencia científica. Su propósito es recuperar los principios esenciales de la medicina: aliviar, consolar y no dañar, integrándolos con los avances científicos actuales. Esta visión potencia las capacidades naturales del organismo para sanar, apoyando el sistema antioxidante, inmunológico y energético, así como la salud intestinal y la microbiota. En oncología, donde los pacientes suelen sufrir dolor, fatiga, depresión o infecciones, esta visión contribuye a mejorar la calidad de vida sin sustituir los tratamientos médicos esenciales. Todo se realiza con máxima seguridad, priorizando intervenciones que complementen

los tratamientos convencionales y fortalezcan el bienestar del paciente durante todo el proceso oncológico.

Clinalgia - Y dentro de la oncología integrativa, ¿qué terapias utilizas para tratar a tus pacientes?

Dr. Santiago J. Vilar: Tras analizar el caso del paciente, mi tratamiento se basa en cinco pila-





El **Dr. Santiago J. Vilar González** es especialista en Oncología Radioterápica en España y ha ejercido como oncólogo clínico en Reino Unido, formándose y trabajando en centros de prestigio internacional. Tras 36 años dedicados a la medicina, ha orientado su trayectoria hacia la Oncología Integrativa basada en la evidencia, combinando múltiples terapias complementarias seguras y personalizadas. Ahora se incorpora al equipo multidisciplinar de Clinalgia, aplicando este enfoque para acompañar a los pacientes oncológicos desde un prisma más humano.

La medicina integrativa puede complementar a la convencional, ayudando a prevenir enfermedades y mejorar la salud.

res fundamentales. El primero son los suplementos personalizados, que incluyen fitoterápicos como muérdago o cúrcuma, medicina ortomolecular y nutracéuticos, siempre seleccionados por su seguridad y capacidad de apoyo al organismo. A esto se suma la ozonoterapia, un tratamiento que considero fundamental por su efecto modulador, antioxidante y antiinflamatorio. El siguiente pilar es la nutrición, adaptada a cada paciente para favorecer la recuperación, reducir la inflamación y mejorar energía y defensas. También recomiendo la actividad física, ajustada a la situación de cada persona, porque el movimiento es vida y resulta esencial para mantener fuerza, ánimo y función inmune. Por último, la salud emocional, que considero clave, incluye técnicas de relajación, gestión de emociones y apoyo psicológico, porque lo que no se expresa termina afectando al cuerpo. Todo esto forma un enfoque integrativo que acompaña al paciente de manera más humana y respetuosa.

Clinalgia - ¿Qué te llevó a convertirte en médico integrativo?

Dr. Santiago J. Vilar: La curiosidad. Muchos pacientes me preguntaban sobre compuestos como cúrcuma, té verde, omega-3 o incluso la ozonoterapia. Investigando descubrí numerosos estudios publicados en bibliotecas científicas de prestigio, como PubMed, que mostraban hallazgos relevantes sobre el papel de nutrientes y terapias complementarias en la salud humana. Así entendí que la medicina integrativa basada en evidencia puede complementar a la convencional, ayudando a prevenir enfermedades, mejorar la salud y acompañar a pacientes oncológicos, con un impacto positivo en su calidad de vida.

Clinalgia - Háblanos un poco más de la ozonoterapia y su aplicación en pacientes oncológicos

Dr. Santiago J. Vilar: Descubrí la ozonoterapia a finales de 2021 y desde entonces la incluyo en el tratamiento de mis pacientes. Aunque el ozono es un agente oxidante, cuando se utiliza en procedimientos médicos controlados, como los que realizamos en Clinalgia, estimula el sistema antioxidante del organismo y activa sus mecanismos de defensa; a esto se le llama la "paradoja del ozono": un oxidante que aplicado correctamente, como hacemos en Clinalgia, produce un efecto regulador y protector. En pacientes oncológicos, especialmente durante quimioterapia y radioterapia, ayuda a reducir efectos secundarios, mejorar la energía y fortalecer la respuesta del organismo frente al estrés de estos tratamientos.

La oncología integrativa potencia las capacidades naturales del organismo para sanar, apoyando el sistema antioxidante, inmunológico y energético, así como la salud intestinal y la microbiota.

Clinalgia - ¿Cuál es el protocolo que aplicas a cada paciente, desde la primera visita hasta el seguimiento posterior? ¿En qué consiste?

Dr. Santiago J. Vilar: Comienzo analizando cada caso de manera exhaustiva, revisando informes médicos y antecedentes. Durante la primera visita explico los principios de la medicina integrativa y cómo pueden beneficiar al paciente, abordando nutrición, actividad física y equilibrio emocional. Posteriormente, solicito una analítica básica y una biorresonancia para evaluar el estado funcional del organismo y detectar necesidades específicas. Con esos datos diseño un plan personalizado que puede incluir ozonoterapia, sueros intravenosos y suplementación con vitaminas, minerales y fitoterápicos, ajustando frecuencia e intensidad según cada paciente. El seguimiento es continuo, garantizando que el paciente reciba el apoyo necesario para reforzar su sistema



inmunológico, mejorar su estado físico y emocional, y complementar de manera segura los tratamientos convencionales.

Clinalgia – Desde los últimos años, la comunidad médica ha puesto el foco en la relación entre microbiota y salud. ¿Qué papel juega ésta en pacientes oncológicos?

Dr. Santiago J. Vilar: La microbiota intestinal, conocida como “el segundo cerebro”, es fundamental para la salud general y la respuesta inmunológica. Su alteración puede afectar el sistema inmune, el estado de ánimo y la función de órganos, e incluso influir en la progresión de ciertos tipos de cáncer. Mantener una microbiota sana refuerza la inmunidad, optimiza la eficacia de los tratamientos oncológicos y mejora la calidad de vida, como avalan numerosos estudios científicos.

Clinalgia - Hablemos ahora de la actividad física. ¿Qué importancia tiene para

Mantener una microbiota sana refuerza la inmunidad, optimiza la eficacia de los tratamientos oncológicos y mejora la calidad de vida.

el paciente de cáncer?

Dr. Santiago J. Vilar: El movimiento es vida, y en pacientes oncológicos su importancia es aún mayor. Mantenerse activo durante los tratamientos mejora el bienestar general y hace los tratamientos más eficaces y menos tóxicos. La actividad física ayuda a dormir mejor, reduce estreñimiento provocado por fármacos, disminuye el dolor gracias a la liberación de endorfinas y previene la pérdida de masa muscular, especialmente en músculos clave para la autonomía, como el cuádriceps, al que llamo “el músculo de la dignidad”. Con supervisión, incluso es posible combinar ejercicio aeróbico y anaeróbico de alta intensidad, adaptado a cada paciente.

Clinalgia – Cuando hablas de medicina integrativa haces hincapié en la “evidencia”. ¿Qué quieres decir con esto? ¿Cuál es el futuro de esta manera de entender la medicina?

Dr. Santiago J. Vilar: El leitmotiv de mi carrera ha sido siempre la medicina basada en la evidencia. A lo largo de mis 36 años de experiencia, he publicado numerosos artículos y revisiones científicas que respaldan esta visión. De hecho, nunca paro de estudiar. En oncología integrativa, aplicamos terapias complementarias que cuentan con un sólido respaldo científico. Por ejemplo, los nutraceuticos derivados de setas, como el PSK de la seta cola de pavo, se utilizan en China y Japón desde hace décadas y hoy disponemos de ensayos clínicos y metaanálisis que avalan su seguridad y eficacia. Lo mismo ocurre con otros compuestos como la vitamina C intravenosa, el ozono médico, la cúrcuma o el

muérdago que se usan como apoyo seguro a los tratamientos convencionales.

Mirando al futuro, me preocupa que la medicina integrativa todavía no reciba la inversión en investigación que merece, pese a su enorme potencial, especialmente en prevención. Con estrategias como la nutrición integrativa o intervenciones tempranas podríamos reducir la incidencia de enfermedades muy prevalentes, como cáncer de mama, colon o próstata. Invertir en investigación en medicina integrativa no es sólo una oportunidad, sino una necesidad para avanzar hacia un cuidado más humano del paciente.

En pacientes oncológicos, especialmente durante quimioterapia y radioterapia, ayuda a reducir efectos secundarios, mejorar la energía y fortalecer la respuesta del organismo frente al estrés de estos tratamientos.



NUTRICIÓN INTEGRATIVA

Nuestra dieta baja en carbohidratos, rica en grasas saludables y moderada en proteínas, ayuda a manejar condiciones como la fibromialgia, síndromes de sensibilización central y puede ser útil en contextos oncológicos.

Cada persona experimenta el dolor crónico de manera única. Por ello, en Clinalgia contamos con un equipo de dietistas expertos. La combinación de dieta antiinflamatoria, ozonoterapia, ejercicio y fisioterapia permite adaptar el tratamiento a tus necesidades para aliviar el dolor y mejorar tu calidad de vida.

IMPORTANTE: Seguir esta dieta bajo supervisión médica. En Clinalgia elaboramos planes personalizados según edad, sexo, actividad física y condiciones de salud.

Beneficios principales

- Reduce la inflamación crónica.
- Mejora la sensibilidad al dolor.
- Aumenta neurotransmisores relacionados con estado de ánimo y percepción del dolor.
- Facilita la pérdida de peso, aliviando articulaciones.
- Ayuda a estabilizar el azúcar en sangre.

IMPORTANTE: Basar la dieta en verduras y grasas saludables, complementando con proteína animal.



¿Quieres tu plan de nutrición personalizado?

Contacta con nuestra experta y empieza a mejorar tu salud hoy mismo.

Conchi Frías, Especialista en Nutrición Integrativa

CÓMO INTEGRAR LA DIETA ANTIINFLAMATORIA

ALIMENTOS PROHIBIDOS

- **Almidón:** pan, pasta, cereales, arroz, maíz, patatas, legumbres, rebozados
- **Azúcares y dulces:** bollería, chocolate, helados, zumos, refrescos
- Leche animal, fruta dulce, alcohol (excepto vino tinto ocasional), margarinas y aceites refinados

ALIMENTOS AUTORIZADOS

- **Verduras:** hoja verde sin límite (brócoli, calabacín, espinacas...)
- **Proteínas:** carne, pescado y marisco, huevos
- **Lácteos:** mantequilla, queso, yogur natural entero, kéfir
- **Grasas saludables:** aceite de oliva, aceite y harina de coco, salsas bajas en hidratos
- **Otros:** aguacate, aceitunas
- **Bebidas:** café, té... infusiones, estevia

PEQUEÑAS CANTIDADES

- **Frutos secos** (nueces, macadamia, almendras, avellanas)
- **Bayas** (fresas, frambuesas, moras, arándanos, coco)

EJEMPLO DE INTEGRACIÓN DIARIA

Desayuno

- Café o té
- Revuelto con jamón, verduras o queso
- Huevos fritos con espinacas
- Yogur natural con nueces y bayas

Media mañana / merienda

- 1 puñado de frutos secos o bayas
- Palitos de pepino, apio o pimiento con queso crema o mayonesa
- Queso con nueces

Comida / cena

- Verduras + grasas saludables + proteína animal (carne o pescado)

MÁSTER

Nueva Masterclass Internacional: El Dr. Javier Hidalgo comparte su experiencia en ozonoterapia en Brescia

El pasado mes de septiembre, el Dr. Francisco Javier Hidalgo Tallón, Director Médico de Clinalgia y Director de la Cátedra de Ozonoterapia y Dolor Crónico de la UCAM, participó en el prestigioso Master in Ossigeno Ozono Terapia en Brescia (Italia), reafirmando su liderazgo internacional en terapias regenerativas y manejo del dolor crónico.

Durante esta jornada del máster, avalado por la World Federation of Oxygen Ozone Therapy (WFOT), el Dr. Hidalgo presentó su experiencia en la aplicación del ozono médico en el tratamiento de dolor complejo, compartiendo casos clínicos, protocolos y avances de investigación con los asistentes.

La participación del Dr. Hidalgo refuerza el compromiso de Clinalgia con la formación avanzada, la investigación científica y la colaboración internacional, destacando su enfoque multidisciplinar y su apuesta por terapias seguras y efectivas que mejoran la calidad de vida de los pacientes con dolor crónico.



SEMINARIO

El Dr. Javier Hidalgo, ponente destacado en SEMDolor Barcelona con un seminario sobre ozonoterapia aplicada al dolor complejo

Barcelona se convirtió el pasado mes de octubre en el punto de encuentro para los profesionales dedicados al abordaje del dolor crónico, con una nueva edición de SEMDolor, uno de los congresos más relevantes en el ámbito de la medicina del dolor y la atención multidisciplinar.

En esta ocasión, el Dr. Javier Hidalgo tuvo una participación destacada dentro del programa científico del evento. El Dr. Hidalgo impartió un seminario teórico-práctico centrado en las aplicaciones del ozono médico en el tratamiento del dolor complejo, área en la que cuenta con una amplia experiencia clínica e investigadora.

Durante la sesión, abordó los fundamentos fisiológicos del ozono, sus mecanismos de acción y su utilidad en casos donde otras terapias no resultan efectivas. El seminario combinó contenidos conceptuales con demostraciones prácticas, lo que permitió a los asistentes conocer de forma directa las posibilidades reales de la ozonoterapia.

La presencia del Dr. Hidalgo en SEMDolor reafirmó nuestro compromiso con la formación continua, la investigación y la innovación en el tratamiento del dolor crónico.



CONGRESO

Clinalgia comparte sus avances en terapias regenerativas y COVID persistente en el Congreso de la Asociación Andaluza del Dolor

El pasado 21 de noviembre, desde la Cátedra Clinalgia UCAM de Ozonoterapia y Dolor Crónico de la Universidad Católica San Antonio de Murcia, nuestro Director Médico, el Dr. Javier Hidalgo, participó en la mesa redonda sobre terapias regenerativas en el tratamiento del dolor dentro del XXXIV Congreso de la Asociación Andaluza del Dolor.

Fue un momento muy especial para nosotros, porque pudimos compartir nuestro último estudio sobre COVID persistente, mostrando cómo en Clinalgia combinamos ciencia, innovación y experiencia clínica para ofrecer soluciones reales a quienes conviven con el dolor crónico y las secuelas post-virales.

Durante la mesa redonda, el Dr. Hidalgo presentó los resultados de nuestra investigación, en la que hemos demostrado la eficacia y buena tolerabilidad de la ozonoterapia en pacientes con COVID persistente, un avance que abre nuevas vías para mejorar el tratamiento del dolor y sus secuelas post-virales.

Este congreso reúne a profesionales y especialistas en dolor de toda España, y nuestra participación refleja el compromiso continuo de Clinalgia por ofrecer una atención centrada en el paciente, basada en un enfoque multidisciplinar, integrando ciencia, innovación y experiencia clínica.



CONGRESO INTERNACIONAL

La ozonoterapia de Clinalgia, protagonista en un congreso internacional de referencia en dolor craneofacial

La ozonoterapia aplicada a los trastornos temporomandibulares (TTM) y al dolor craneofacial centró el debate científico en uno de los congresos más importantes del mundo en esta especialidad, donde Clinalgia tuvo un papel destacado.

El Dr. Javier Hidalgo, Director Médico de Clinalgia y de la Cátedra de Ozonoterapia y Dolor Crónico de la UCAM, participó el pasado 28 de noviembre en uno de los eventos más importantes del año: el 3rd International Dental Sleep Medicine Congress and el 1st International Congress on Regenerative and Minimally Invasive Medicine in TMD, organizados por la Universidad de La Frontera (UFRO) en Chile.

Durante su ponencia, titulada “Rol de la Ozonoterapia en Medicina Regenerativa aplicada a los Trastornos Temporomandibulares”, el Dr. Hidalgo expuso los avances clínicos y las aplicaciones de esta terapia en casos complejos de dolor craneofacial y DTM (Disfunción Temporomandibular), especialmente en pacientes que no responden adecuadamente a los tratamientos convencionales.

Según recordó el especialista, hasta el 50% de las migrañas que no mejoran tienen un factor mandibular asociado, ya sea muscular o articular. Esto subraya la importancia de un abordaje interdisciplinario como el que Clinalgia desarrolla, integrando Neurología, Psicología, Odontología y Medicina del Dolor.



Un congreso de primer nivel internacional

El evento, considerado un encuentro de referencia en dolor orofacial, medicina del sueño, TTM y terapias mínimamente invasivas, reunió a expertos de diferentes países para debatir los últimos avances científico-clínicos.

La participación de Clinalgia supone un reconocimiento al trabajo realizado desde la clínica y desde la Cátedra UCAM, que en los últimos años ha impulsado proyectos de investigación y aplicaciones de ozonoterapia en diversas áreas del dolor crónico.



ESTA NAVIDAD
SOLAMENTE
DESEAMOS UNA COSA

SALUD

clinalgia
MEDICINA DEL DOLOR CRÓNICO
Ozonoterapia

MÁS DE 25 AÑOS
REVOLUCIONANDO
EL CUIDADO DE LA SALUD

Avenida Libertad 3
30009 Murcia (España)
968 281 625
administracion@clinalgia.com
www.clinalgia.com