Aggiornato 03/09/2026

Il potenziale dell'ozonoterapia nel trattamento della fibromialgia: uno sguardo alle più recenti evidenze scientifiche

La fibromialgia è una malattia cronica caratterizzata da una sintomatologia complessa e spesso debilitante. Sebbene il dolore generalizzato sia considerato il sintomo cardinale, altri disturbi come il sonno non ristoratore, l'affaticamento cronico, l'ansia e i sintomi depressivi contribuiscono in modo significativo alla disabilità dei pazienti.

La patogenesi della fibromialgia è altrettanto complessa e coinvolge fattori genetici e ambientali. Numerose ricerche hanno evidenziato un aumento dello stress ossidativo in questi pazienti, con concentrazioni elevate di malondialdeide e livelli ridotti di enzimi antiossidanti come catalasi, glutatione perossidasi e superossido dismutasi. Sebbene non sia ancora chiaro se questo squilibrio sia una causa o una conseguenza della malattia, rappresenta un importante bersaglio terapeutico.

In questo contesto, l'ozonoterapia sta emergendo come una promettente opzione complementare. Questa terapia, che prevede la somministrazione di una miscela di ossigeno e ozono, agisce come un "modulatore dello stress ossidativo": uno stress lieve, transitorio e controllato che stimola il sistema antiossidante endogeno e modula la risposta immunitaria.

Le recenti evidenze scientifiche supportano sempre più questo potenziale. Una revisione della letteratura pubblicata nel 2024 ha analizzato sette studi clinici, rilevando un miglioramento costante dei sintomi, tra cui la riduzione del dolore, il miglioramento del sonno e della chiarezza mentale, in pazienti con fibromialgia trattati con ozonoterapia. Tuttavia, gli stessi autori sottolineano la necessità di studi più ampi e controllati per confermare questi risultati.

Proprio in questa direzione si stanno muovendo le ricerche più recenti. Uno studio randomizzato in doppio cieco del 2023 ha dimostrato che l'autoemoterapia con ozono, come trattamento aggiuntivo, migliora significativamente la qualità del sonno e riduce l'affaticamento rispetto al placebo.

Un'altra frontiera interessante è rappresentata dall'uso del clistere di acqua ozonizzata. Uno studio clinico del 2025 ha evidenziato che questa metodica non solo allevia il dolore e i disturbi d'ansia, ma agisce anche positivamente sul microbioma intestinale, suggerendo un possibile legame tra la disbiosi e i sintomi della fibromialgia.

Uno studio retrospettivo pubblicato sempre nel 2025 ha confermato l'efficacia dell'autoemoterapia, suggerendo però che per mantenere i benefici nel medio periodo (oltre i 6 mesi) potrebbero essere necessarie sessioni di richiamo o protocolli di mantenimento personalizzati.

Inoltre, un nuovo studio clinico, in fase di reclutamento e i cui risultati sono attesi per il 2027, si propone di valutare l'effetto dell'autoemoterapia con ozono sui parametri clinici e sulla sarcopenia (una condizione di perdita di massa e forza muscolare spesso associata alla fibromialgia), fornendo dati ancora più completi e oggettivi.

In conclusione, i dati clinici e scientifici a disposizione, supportati da una rete di terapeuti esperti in tutta Italia, aprono alla possibilità di utilizzare l'ozonoterapia come terapia

complementare in un percorso multidisciplinare. Siamo certi che questa pratica, seguendo protocolli clinici definiti, potrà rappresentare un aiuto concreto per i pazienti affetti da patologie complesse e ancora orfane di un adeguato trattamento medico.

Dr. Gregorio Martínez-Sanchez, Ph.D.
Membro Comitato Scientifico AFI OdV

Riferimenti bibliografici.

Balestrero, Rossella, Marianno Franzini, and Luigi Valdenassi. 'Use of Oxygen-Ozone Therapy in the Treatment of Fibromyalgia'. Ozone Therapy 2, no. 1 (30 May 2017). https://doi.org/10.4081/ozone.2017.6744.

Barcelo Cortes, Rosa Maria, and Azucen García Palacios. 'Efficiency of Ozonotherapy in Psychological Variables in the Fibromyalgia Treatment: A Pilot Study'. In Revista Española de Ozonoterapia, 2:27–30. 2. Complutense University of Madrid, Spain: AEPROMO, 2012.

Borrelli, E., and V. Bocci. 'A Novel Therapeutic Option for Chronic Fatigue Syndrome and Fibromyalgia'. Rivista Italiana Di Ossigeno-Ozonoterapia 1, no. 2 (2002): 149–153.

Elgawish, Mohammad H, Nillie Ezzeldin, Dina Said, Mohamed Mortada, and Amira M Youssef. 'Ozone as Adjuvan Therapy in Treatment of Fibromyalgia Syndrome'. International Journal of Advanced Research 3, no. 6 (2015): 455–61.

Fahmy, Z. 'Controlled Study of the Efficacy Ozone Therapy in Fibromyalgia, System Review of a Randomised Controlled Trial'. 19th World Congress and Exhibition of the International Ozone Association, 2009. http://search.proquest.com/docview/41944663/abstract/embedded/HWMERLTOLMRSL6EL?source=fedsrch.

Fioravanti, Bruno. 'Observational Study of a Case of Fibromyalgia Treated with Ozone Therapy: Local and Systemic Effects Documented with Metatron Hunter'. Ozone Therapy1, no. 2 (20 September 2016): 36–39.

Hidalgo-Tallón, Javier, Silvia Menéndez-Cepero, Juan S. Vilchez, Carmen M. Rodríguez-López, and Elena P. Calandre. 'Ozone Therapy as Add-on Treatment in Fibromyalgia Management by Rectal Insufflation: An Open-Label Pilot Study'. Journal of Alternative and Complementary Medicine (New York, N.Y.) 19, no. 3 (March 2013): 238–42. https://doi.org/10.1089/acm.2011.0739.

Moreno-Fernández, Ana, Laura Macías-García, Rocío Valverde-Moreno, Tamara Ortiz, Ana Fernández-Rodríguez, Angel Moliní-Estrada, and Manuel De-Miguel. 'Autohemotherapy with Ozone as a Possible Effective Treatment for Fibromyalgia'. Acta Reumatologica Portuguesa, 29 September 2019.

Tirelli, U., C. Cirrito, M. Pavanello, C. Piasentin, A. Lleshi, and R. Taibi. 'Ozone Therapy in 65 Patients with Fibromyalgia: An Effective Therapy'. European Review for Medical and Pharmacological Sciences 23, no. 4 (February 2019): 1786–88. https://doi.org/10.26355/eurrev_201902_17141.

Vélez, Brenda P. Longas. 'Ozone Therapy, a Supplement for Patients with Fibromyalgia'. Revista Española de Ozonoterapia 4, no. 1 (2014): 39–49.