

► CONSULTA

# Un mal hábito llamado bruxismo

■ ■ ■ Este desorden temporomandibular produce disfunción del sueño afectando las fases de descanso y los estados en fase REM

DR. CARLOS PATIÑO



Una de las molestias por las cuales acuden los pacientes a la consulta odontológica es porque notan que se le están desgastando los dientes y desean evitar que esto continúe.

En estos casos después de un examen exhaustivo podemos orientar que estas molestias se refieren a desórdenes temporomandibulares, que son enfermedades que afectan a la articulación que conecta la mandíbula con el cráneo. Estos desórdenes lesionan a los músculos de la masticación, a dientes, a huesos que rodean a los dientes y a encías. ¿Cómo puede un paciente saber que tiene problema en la articulación de la mandíbula?

—Cuando tiene dificultad al hablar, masticar o sufre dolor al abrir la boca.

—Cuando tiene ruidos o chasquidos al abrir o cerrar la boca.

—Cuando se bloquea la mandíbula al bostezar o abrir mucho la boca.

**El bruxismo diurno suele estar relacionado casi siempre con el estrés**

—Cuando se desgastan las piezas dentarias hasta el punto de limar la superficie dental.

—Cuando sufre de dolores por delante del oído.

—Cuando al despertar tenemos cansados los músculos de la mandíbula y nos duelen los dientes.

—Cuando se observan cambios en la mordida o se nota sensibilidad en los dientes al contactar con su oponente.

En nuestras clínicas después de una historia completa, exploración, resonancia magnética y estudio de modelos en el articulador recomendamos el tratamiento para eliminar estas dolencias y corregir los malos hábitos como el de rechinar o apretar los dientes que es una de las causas más habituales de desórdenes cráneo mandibulares llamado comúnmente bruxismo.

Las causas más comunes por las cua-



**Daños.** Dentaduras que sufren el problema del bruxismo.

les se desarrolla el bruxismo son: estrés, mala posición dentaria, pérdida de dientes por extracciones y puntos prematuros (mala mordida).

Cuando este bruxismo es nocturno produce disfunción del sueño afectando las fases de descanso y los estados en fase REM. En el bruxismo diurno suele estar relacionado casi siempre con el estrés. Afecta frecuentemente al 20% de los niños cuando tienen dientes de leche y si los padres lo aprecian deben llevar al niño al odontólogo para minimizar sus efectos. Del mismo modo también afecta a más del 20% de la población adulta.

El bruxismo puede agravar los problemas de encías (piorrea) acelerando a gran velocidad la pérdida de los dientes. También puede ser el causante de fracturas dentarias o de desgastes tan grandes en los cuales quedan muy sensibles los dientes por haber sido eliminado por completo el esmalte. En muchos pacientes notamos

**Después de un buen diagnóstico, el tratamiento a seguir es efectivo**

también pérdida del pelo de la coronilla de la cabeza debido a la acumulación de ácido láctico que se produce cuando los músculos trabajan demasiado quemando el folículo piloso. Está totalmente contraindicado el comerse las uñas o sujetar objetos con los dientes, comer chicle o dormir boca abajo.

Después de un buen diagnóstico el tratamiento a seguir es efectivo y en la mayoría de los casos cuando no está demasiado afectada la articulación, se puede corregir después de eliminar los puntos prematuros, hacer correcciones ortodóncas, rehabilitaciones bucales, colocar placas de descarga y enseñar los hábitos correctos al paciente.

Es importante hacer notar que a los primeros síntomas que tenga una persona debe pedir evaluación por un especialista para evitar causar daños en la articulación que a veces son irreversibles cuando al inicio de este mal con una simple placa de descarga es posible corregir este problema. ■



**Clínica Dental**  
**Dr. Carlos Patiño**  
Centro de Especialidades Odontológicas

C/Muladies 2, piso 1' C (esq. Carlos Haya) 29010 Málaga  
Telf. 952 39 29 44 - [www.clinicadentalpatino.com](http://www.clinicadentalpatino.com)