

# BRUXISMO

El bruxismo es un problema muy frecuente que tiene diversas causas y requiere un tratamiento que va más allá del solo plano de relajación indicado por el Odontólogo. Un enfoque integrativo ha resultado muy exitoso en la mayoría de los pacientes que lo han tratado de esta manera. En este enfoque es fundamental la participación de un kinesiólogo especialista en este tipo de patología, para que aborde las causas y consecuencias mecánicas y funcionales del problema. Si a usted se le ha indicado ya un plano de relajación y percibe que este es insuficiente para resolver su problema de Bruxismo, podemos ayudarle, uno de los Kinesiólogos de nuestro equipo se ha especializado en este tipo de problemas. Contáctenos.

Un enfoque de tratamiento integrativo sobre los síntomas y sus causas.

El bruxismo es la acción de hacer rechinar o apretar los dientes. El término apretar significa juntar fuertemente los dientes superiores y los inferiores. Esta acción ejerce presión sobre los músculos masticatorios, oro faciales, los tejidos blandos y otras estructuras que rodean la mandíbula, incluyendo el tejido óseo como lo son el Cráneo, la columna cervical y dorsal, presentándose dolor e inflamación de la articulación temporomandibular, dolores de cabeza, dolores de oído, daño en los dientes, etc.

El bruxismo como tal puede presentarse en la noche (mientras dormimos) o durante el día, siendo de mayor incidencia el nocturno, muchas personas presentan bruxismo, en algunas personas se asocia a dolores de articulación temporomandibular, en otras se asocia con dolor de cabeza (cefaleas) y con alteraciones dentarias.

## Síntomas

Existe una gran cantidad de síntomas asociados al bruxismo:

-

## Cefalea

-

Dolor en articulación temporomandibular

-

Dolor muscular

-

Trastornos del sueño

-

Alteraciones dentarias

-

Alteración de la fonación ( voz)

-

Alteración de la deglución

-

Alteraciones posturales

-

Dolor de oído

-

Alteraciones estructurales óseas

-

etc

---

Lamentablemente tomamos conciencia de la importancia de esta acción inconsciente cuando se presentan los síntomas mencionados anteriormente, produciéndose una consulta tardía al especialista, agravándose el cuadro y sumando

mayor sintomatología y daño de las estructuras ya mencionadas.

Si el bruxismo es interceptado con eficiencia y eficacia podemos evitar que se produzca un daño posterior en las estructuras vecinas y la disminución frecuencia e intensidad de la sintomatología. Ej (dolor).

Evaluación del paciente desde el punto de vista Kinesiológico integral.

Antes de cualquier tratamiento del Bruxismo es imprescindible contar con la mayor cantidad de información respecto a las posibles disfunciones y cambios posturales asociados al bruxismo, ya sea como causas o consecuencias de éste. Todas estas alteraciones, dentro de lo posible deben ser corregidas si se desea resolver el problema de manera integral. Para hacer las correcciones necesarias primero hay que conocer los problemas que hay, y para eso el tratamiento debe comenzar con una completa evaluación kinesiológica, que consiste en:

Evaluación Postural Global:

Evaluación realizada por el kinesiólogo especialista en el área Cráneo-Cervico-Mandibular, donde se pueden apreciar las asimetrías del cuerpo, las cuales entregaran datos específicos sobre el desbalance muscular y de tejido blando a nivel cráneo cervical y cráneo mandibular.

Evaluación Muscular:

Evaluación de tonicidad, acortamiento, contracturas y estado en general y específico de la musculatura cráneo-cervical, para definir el estado muscular y la pérdida del control motor que pudieran estar provocando contracturas a nivel mandibular o un juego muscular alterado en el complejo cráneo cervico mandibular.

Evaluación oro facial:

Se realiza una detallada evaluación del complejo oro facial:

-

La musculatura fina y gruesa facial.

-

Musculatura intra oral.

-

Funcionamiento lingual.

-

Deglución.

-

Tipo de respiración,

-

Estado fisiológico de articulación temporo-mandibular,

-

Estado de la movilidad articular( rangos articulares)

-

Compromiso de tejidos blandos.

-

etc.

Una vez terminada la evaluación y análisis de las posibles causas y agentes que están perpetuando el bruxismo, se procede al tratamiento kinesico:

## Tratamiento

En la actualidad existen dos tratamientos para el bruxismo, que en lo posible deben hacerse de manera conjunta, ya que ambos, juntos, abarcan el problema en su totalidad:

Tratamiento odontológico, el cual se basa en el uso de planos de relajación con lo que se logra una disminución de la intensidad y frecuencia del bruxismo.

Tratamiento kinesico especifico guiado por un kinesiólogo especialista en disfunciones craneo-Cervico &ndash;mandibulares, este tratamiento consiste en la evaluacion de la persona que sufre de bruxismo desde una visión global a una especifica, es decir, una evaluación postural global y una evaluación cráneo Cervico mandibular, llevando a cabo un examen de cada una de las estructuras ( óseas, musculares, tejido blando y nervioso), con el fin ultimo de lograr el buen funcionamiento de estas estructuras, evitando así que una problema de origen local como el bruxismo se perpetué en el tiempo y se produzcan daños en las estructuras vecinas, agravando el cuadro y llevando así a un deterioro de la calidad de vida y gastos innecesarios a futuro por parte del paciente.

Estas dos visiones de tratamiento deben estar íntimamente ligadas ya que en forma separada solo estarán destinadas al alivio momentáneo de la sintomatología y a secuelas en un futuro cercano de otras estructuras, es decir, se debe enfocar el tratamiento del bruxismo en conjunto y no en forma unilateral.

El tratamiento kinesico del bruxismo abarca múltiples técnicas como por ejemplo:

- 
- Terapia manual (Manipulación vertebral)
- 
- Movilización articular
- 
- Tracción de tejido blando (músculos, ligamentos, cápsulas articulares, etc.)
- 
- Tracción de estructuras óseas ( columna cervical, articulaciones)
- 
- Relajación de tejido blando
- 
- Re-educación del complejo músculo-óseo &ndash;tendinoso
-

## Estabilización Craneo Cervico Mandibular

-

Fortalecimiento muscular

-

Estimulación propioceptiva

-

Fisioterapia

-

Re educación postural global.

-

Derivación para tratamiento en conjunto (odontólogo especialista, medico especialista, fonoaudiologo, etc.)

-

Auto cuidado.

-

Etc.

Clínica Bersant cuenta en su equipo de profesionales, con uno de los pocos Kinesiólogos especialistas que hay en el país, en la rehabilitación y tratamiento de esta patología .

El tratamiento kinesico para el bruxismo está orientado a pesquisar la patología, tratar la causa y no solo el alivio de los síntomas, solucionando el motivo de consulta primario y evitando la aparición de problema secundarios, mejorando la calida de vida del paciente y entregando las herramientas necesarias para que el paciente mantenga esta calidad de vida y perpetúe así los logros y éxitos alcanzados en el tratamiento.

Si su odontólogo o su médico le han indicado ya un tratamiento para su bruxismo, o si desea complementar su tratamiento o no se ha tratado y simplemente quiere tener una opinión y un enfoque de tratameinto diferente, contáctenos, nuestro Kinesiólogo Javier Gary Bufadel, Magister (c) en patología craneo-cervical, estará encantado de

atenderle y hacer una completa evaluación desde el punto de vista postural, articular, biomecánico y muscular.