

¿QUÉ ES LA DISFUNCIÓN TEMPOROMANDIBULAR?

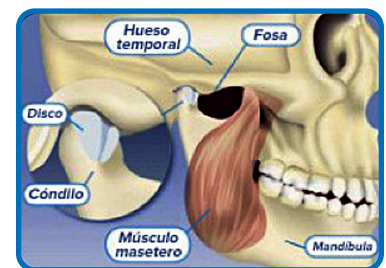
El dolor de dientes puede tener su origen en un problema dental, como una caries o una enfermedad periodontal, o en un problema de otra índole como una infección de los senos paranasales. El estrés también puede causar dolor de dientes, si está tan estresado que aprieta la mandíbula y rechina los dientes puede llegar a padecer un dolor relacionado con la articulación temporomandibular (ATM). La ATM es la articulación que une la mandíbula con la base del cráneo y le permite abrir y cerrar la boca.

La disfunción temporomandibular (DTM) es un conjunto de alteraciones que provocan dolor alrededor de la ATM y los músculos circundantes. Al contraer la mandíbula y rechinar los dientes se añade más presión a los músculos de la mandíbula, y estos se inflaman. La DTM puede afectar a la capacidad de hablar, comer, masticar, tragar, realizar expresiones faciales e incluso respirar.

¿CUÁLES SON LOS SÍNTOMAS DE LA DTM?

El dolor es uno de los síntomas más frecuentes de la DTM. El dolor provocado por la DTM suele describirse como un dolor poco intenso en la articulación temporomandibular y las zonas circundantes, incluido el oído. Algunos pacientes no presentan dolor pero sí disfunción de la mandíbula. Otros síntomas son:

- Dolor de cuello y hombros
- Migraña o dolor de cabeza crónico
- Rigidez de los músculos de la mandíbula
- Movimientos limitados o bloqueo de la mandíbula
- Chasquido, crujido o chirrido de la articulación temporomandibular al abrir o cerrar la boca
- Una mordida incorrecta
- Dolor de oído, presión o zumbido de oídos
- Disminución de la capacidad auditiva
- Mareos y problemas de visión
- Sensibilidad dental



Tenga en cuenta que es habitual tener molestias ocasionales en la articulación temporomandibular o los músculos de la masticación y no debe preocuparse. Mucha gente con DTM mejora sin tratamiento. A menudo, el problema desaparece por sí solo tras varias semanas o meses.

¿QUÉ PROVOCA LA DTM?

Además del estrés, otras posibles causas son lesiones en la zona de la mandíbula, varias formas de artritis, algunos tratamientos odontológicos, causas genéticas u hormonales, infecciones y enfermedades autoinmunitarias.

CÓMO TRATAR LA DTM

Puesto que muchos de los problemas de la articulación temporomandibular y los músculos de la mandíbula son temporales y duran solo unas semanas o meses, un cuidado sencillo, como aplicar compresas calientes o frías y tomar medicamentos de venta sin receta, suele ser suficiente para aliviar las molestias. Deben evitarse los tratamientos que puedan causar cambios permanentes en la mordida o en la mandíbula.

Los tratamientos para la DTM deben ser reversibles siempre que sea posible. Es decir, que el tratamiento no debe causar cambios permanentes en la mandíbula o los dientes. Algunos ejemplos de tratamientos reversibles son:

- Medicamentos analgésicos de venta sin receta
- Medicamentos de venta con receta
- Ejercicios suaves de estiramiento y relajación de la mandíbula
- Las férulas de estabilización (placas de mordida o férulas nocturnas) son los tratamientos más utilizados para el tratamiento de la DTM. Sin embargo, los estudios sobre la efectividad de estos tratamientos para el alivio del dolor no han ofrecido pruebas concluyentes.

—continúa en la página siguiente



No se ha demostrado que los tratamientos irreversibles sean eficaces y es posible que incluso empeoren el problema. Algunos ejemplos de tratamientos irreversibles son:

- Ajuste de la mordida limando los dientes
- Tratamiento dental complejo
- Férula de reposicionamiento mandibular (cambio de la mordida y la posición de la mandíbula)
- Ortodoncia
- Intervenciones quirúrgicas consistentes en la sustitución de partes de la articulación temporomandibular o de la articulación completa

Los casos más complejos conllevan dolor intenso y crónico y disfunción temporomandibular. En estos casos, es preferible que el paciente reciba tratamiento conjunto por parte de un equipo de especialistas en campos como neurología, reumatología y algiatría a fin de recibir un programa de cuidado integrado.¹

INVESTIGACIONES FUTURAS

En los últimos años, la TMJ Association Ltd., una organización nacional estadounidense sin ánimo de lucro para la defensa del paciente, ha cofinanciado cinco reuniones científicas internacionales con los Institutos Nacionales de la Salud (National Institutes of Health, NIH) a fin de abordar la DTM. Para más información acerca de estas reuniones y más detalles sobre la DTM consulte el sitio web de la TMJ Association: www.tmj.org.



REFERENCIAS

1. U.S. Department of Health and Human Services: National Institutes of Health. (Revised March 2010). TMJ Disorders. (NIH No. 10-3487). Washington, D.C.:Government Printing Office, 14.

Le recomendamos que pruebe estos productos:

☐ Cepillo de dientes eléctrico recargable Oral-B

☐ Hilo Oral-B

☐ Cepillo de dientes manual Oral-B

☐ Enjuague bucal Crest y Oral-B

☐ Pasta de dientes Crest

