

El diagnóstico precoz del bruxismo por un dentista es fundamental para garantizar la salud bucal

- **El bruxismo es un fenómeno común con una alta prevalencia entre la población. Es importante diferenciar entre bruxismo del sueño y el bruxismo de vigilia, cada uno origina unos problemas diferentes.**
- **El COEM recomienda acudir a un odontólogo/estomatólogo ante cualquier indicio o molestia.**
- **El autodiagnóstico y las soluciones encontradas por Internet son peligrosos y pueden generar notables daños al paciente.**

Madrid, 6 noviembre 2017. El bruxismo fue definido en 2013 por un grupo de expertos en el tema como la actividad muscular masticatoria repetitiva que incluye el apretamiento, rechinar de los dientes y/o el apretamiento de los músculos masticatorios sin contacto dentario.

Puede provocar desgaste, fisuras y rotura de las piezas dentales, hipersensibilidad y dolor dentario, sobrecarga muscular, así como asociarse a ciertos dolores de cabeza y cervicales.

El paciente debe acudir a su dentista para el diagnóstico y tratamiento del bruxismo.

Con objeto de evitar el riesgo de lesión dentaria y su posible afección muscular, se recomienda su tratamiento. Las férulas u ortosis interoclusales representan el tratamiento más extendido para el control de la sobrecarga del sistema masticatorio provocado por el bruxismo. Estas férulas requieren un diseño adecuado y personalizado, así como revisiones y ajustes periódicos por parte del profesional para su correcto funcionamiento. Deben ser de resina rígida y deben evitarse las férulas blandas de silicona por no poder personalizarse ni ajustarse periódicamente.

Es importante que el dentista realice un correcto diagnóstico diferencial con otro tipo de desgastes provocados por erosión (químico) o, por ejemplo, por abrasión (mecánico), así como que tenga en cuenta las características personales de cada paciente, realizando siempre un seguimiento del tratamiento. Es decir, a la hora de colocar una férula de descarga, es importante tener en cuenta la salud general de la boca del paciente, por lo que es imprescindible acudir a nuestro dentista. En el manejo del bruxismo no

siempre son necesarias las férulas y existen pacientes que no pueden tolerarlas por lo que es importante una valoración previa por parte de un profesional.

Recientemente el COEM ha tenido conocimiento de la existencia de diferentes empresas dedicadas a la distribución en España férulas para el bruxismo, que se personalizan en casa por el propio paciente, sin ningún tipo de revisión al mismo, diagnóstico previo o control por Odontólogo habilitado para actuar en España. Esta práctica supone un elevado riesgo para la salud de muchos de los pacientes que podrían contratar ese tratamiento. Ante síntomas de bruxismo, debe evitarse el autodiagnóstico y los tratamientos que se comercializan por internet sin ningún control de profesional sanitario.

El COEM recuerda unas sencillas **recomendaciones** en caso de padecer bruxismo:

- Si notas que los dientes se van haciendo más cortos, se astillan o aparecen pequeñas fracturas dentarias, valora la posibilidad de tener bruxismo. Cuanto antes lo detectes menores serán las consecuencias.
- Ciertos dolores de cabeza, dolores en la mandíbula o en la zona de los oídos, chasquidos o ruidos en la articulaciones al abrir o comer, pueden ser síntomas de desórdenes craneomandibulares y el bruxismo puede ser uno de los factores implicados. Cuéntale a tu dentista si tienes alguno de los síntomas anteriores para que él pueda ayudarte.
- El dentista es el especialista que puede tratar el bruxismo teniendo en cuenta la salud integral de tu boca. Existen varias modalidades de manejo de este hábito. Tu dentista te ayudará a manejarlo, ya sea con la colocación de una férula, farmacología, fisioterapia, psicoterapia, juntos elegiréis el mejor tratamiento de forma individualizada.
- Si padeces bruxismo, una férula de descarga puede ayudarte, siempre y cuando esté bien realizada y ajustada, si no puede ser incluso contraproducente. Asegúrate de que su realización, uso y adaptación esté siempre supervisada por un dentista y acude a revisarla cada seis meses. Si no está bien ajustada, puede ser perjudicial
- Desconfía de los precios excesivamente bajos porque pueden esconder baja calidad en los materiales empleados o en la asistencia recibida.
- Visita a tu dentista cada seis meses, el diagnóstico precoz es fundamental para evitar problemas más graves como el desgaste irreversible, tanto de los dientes como de la musculatura o la articulación.

Sobre COEM

El Colegio de Odontólogos y Estomatólogos de la 1ª Región (COEM), fundado en el año 1930, es una Corporación de Derecho Público con personalidad jurídica propia y plena capacidad para el cumplimiento de sus fines, que se rige por la Ley de Colegios Profesionales y por sus propios Estatutos. El ámbito territorial del Colegio comprende la Comunidad de Madrid y las provincias de Ávila, Ciudad Real, Cuenca, Guadalajara, Toledo. Desde 2015 tiene su sede social en el número 38 de la calle Mauricio Legendre, en Madrid. Actualmente cuenta con más de 8.800 colegiados.



Más información:

Cariotipo MH5

914 111 347

Marina Díez - mdiez@cariotipomh5.com

Renny Núñez - rnunez@cariotipomh5.com

COEM

Nuria Velasco Sanz

Tel.: 91 561 29 05

e-mail: nuria.velasco@coem.org.es