



Universidad
Viña del Mar

Universidad Viña Del Mar 

 Viña Del Mar, Chile

Bruxismo en contexto de estrés y ansiedad: ¿Cómo detectarlo y cuáles son sus efectos?

¿Despiertas con dolor en los músculos faciales o dolor de cabeza?
¿Te han comentado que tus dientes rechinan al dormir? Estas son algunos de los síntomas que pueden advertir que padeces de bruxismo, hábito inconsciente y que puede traer graves consecuencias.

“El bruxismo provoca que los dientes duelan o se aflojen y lleguen literalmente a pulverizarse o desmoronarse, esto, además de destruir el hueso que soporta el diente y causar problemas de articulación, tal como el síndrome de la articulación temporomandibular (ATM)”, comentó el cirujano dentista y docente de la carrera de Odontología de la Universidad Viña del Mar, Javier Mier.

El odontólogo plantea la existencia de dos tipos de bruxismo: “bruxismo en vigilia” y “bruxismo del sueño”. El bruxismo en vigilia se caracteriza por el apriete involuntario de los dientes y esfuerzo de la mandíbula en reacción a ciertos estímulos. Generalmente no hay rechinar de dientes con bruxismo en vigilia. El bruxismo del sueño se caracteriza por el rechinar de los dientes con contracciones musculares rítmicas y sostenidas de la mandíbula.



Junto a esto, Mier los divide en bruxismo primario (que se produce sin ninguna condición médica previa) y bruxismo secundario, donde se conoce una condición médica o psiquiátrica. “El apriete de dientes observado durante la vigilia y el bruxismo secundario puede estar asociada con ciertos medicamentos como los antidepresivos o drogas recreativas como la cocaína o el éxtasis, trastornos como la enfermedad de Parkinson, la depresión y la ansiedad mayor”, agregó.

Lo anterior son factores que inciden notoriamente y provocan consecuencias dolorosas para las personas que lo padecen, entre las cuales se destaca el desgaste dentario, dolor e inflamación en diversas áreas de la mandíbula de uno o más componentes de la articulación temporomandibular (ATM), dolor de cabeza, oído y/o cuello, insomnio, sensibilidad en los dientes y encías retraídas. “Además, todas estas consecuencias pueden derivar en otros problemas más graves como trastornos alimenticios o problemas dentales graves”, aseveró Mier.

Pero ¿es reversible esta condición? Según el odontólogo, esto dependerá del grado de avance, “si el bruxismo se encuentra en una etapa inicial y/o establecida podríamos decir que es un proceso reversible, pero si esta patología está instaurada, será un proceso irreversible y será necesario un tratamiento integral, especializado y personal”.