

En el marco de la campaña "Tu boca no está de oferta" del Colegio Oficial de Odontólogos y Estomatólogos de la Primera Región (COEM)

El COEM asegura que un diagnóstico precoz del bruxismo garantiza calidad de vida

- **El estrés y la tensión son algunos de los factores que desencadenan el bruxismo diurno y el nocturno, por eso la vuelta al trabajo después de las vacaciones puede ser causa de bruxismo en algunas personas**
- **Actualmente, se estima que el 70 % de la población adulta padece bruxismo, pero muchos de los afectados no son conscientes**
- **Desgaste, fisura, rotura de las piezas dentales, gingivitis o traumatismos de las encías son algunas de las consecuencias, además de dolores de cabeza y cervicales**

Madrid, septiembre de 2014.- El Colegio Oficial de Odontólogos y Estomatólogos de la Primera Región (COEM), asegura que un diagnóstico precoz de bruxismo, realizado por el dentista, garantiza calidad de vida y puede evitar que se desarrollen otros problemas periodontales. Esta es una de las recomendaciones recogidas en la campaña "Tu boca no está de oferta" para defender los derechos de los pacientes, que ha puesto en marcha el COEM y que se puede consultar en www.coem.org.es

Para el Dr. Ramón Soto-Yarritu, presidente del COEM, *"en ocasiones el estrés o una mala oclusión pueden provocar que apretemos o rechinemos los dientes, tanto por el día como mientras dormimos, lo que se conoce como bruxismo. Con la vuelta al trabajo después de las vacaciones aumenta el nivel de estrés, lo que puede ser una causa de bruxismo en muchas personas"*.

"Es importante valorar cada caso para darle la mejor solución teniendo en cuenta la salud integral de la boca del paciente. Si no se soluciona a tiempo, el bruxismo puede provocar destrucción y desgaste de las piezas dentales, caries, gingivitis y traumatismos de las encías, además de dolores de cabeza y cervicales", añade el Dr. Soto-Yarritu.

Bruxismo, síntomas y consecuencias

El bruxismo se define como un movimiento mandibular no funcional, de carácter voluntario o involuntario que puede ocurrir tanto durante el día como durante la noche o en ambos, y que se manifiesta habitualmente mediante apretamiento, frotamiento o golpeamiento de los dientesⁱ. No hay que confundir el bruxismo con la costumbre temporal de apretar los dientes cuando se está haciendo un esfuerzo físico o para reprimir el llantoⁱⁱ.

Existen algunos estudios epidemiológicos sobre el bruxismo, pero no se conoce exactamente su incidencia y prevalencia. Algunos datos señalan que el bruxismo diurno es más frecuente en hombres y el nocturno en mujeresⁱⁱⁱ. En relación con la edad, diferentes autores^{iv} ponen de manifiesto la existencia de un pico de máxima incidencia hacia los 35-40 años.

Las características clínicas de la enfermedad son muy distintas en las fases incipientes que en sus estadios más avanzados, de ahí la importancia de un diagnóstico precoz y del reconocimiento de las características clínicas bruxistas en sus distintas etapas.

La solución al problema del bruxismo es una férula de descarga, un molde de plástico para la dentadura que permite, aunque el paciente apriete los dientes, amortiguar la fuerza para que los dientes no choquen entre sí, lo que hace que la musculatura se relaje.

“Las férulas de descarga no tratan el origen del problema pero sí frenan la progresión de los síntomas que produce el bruxismo. 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. Una férula mal realizada o no adecuada para el paciente puede ocasionar problemas en la articulación, musculares, una mala oclusión e incluso agravar los síntomas del paciente. Es muy importante que tanto el material utilizado como el ajuste de la misma sea el adecuado”, señala el Dr. Soto-Yarritu.

El COEM ofrece unas sencillas recomendaciones en caso bruxismo:

- Si notas dolor de cabeza al despertar, dolores en la mandíbula y en los oídos, pregunta a tu dentista, puedes padecer bruxismo.
- El dentista es el especialista que puede tratar el bruxismo teniendo en cuenta la salud integral de tu boca.
- Si padeces bruxismo, una férula de descarga puede ayudarte. Asegúrate de que su realización, uso y adaptación esté siempre supervisada por un dentista.
- 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.

Tu boca no está de oferta

La campaña “Tu boca no está de oferta” ha sido lanzada por el Colegio Oficial de Odontólogos y Estomatólogos de la Primera Región (COEM) con el objetivo de luchar contra determinadas prácticas que pueden suponer un perjuicio para los pacientes e incluso un riesgo para la salud. Esta iniciativa engloba diferentes acciones para fomentar una Odontología de calidad que se pueden ver en la web www.coem.org.es, que cuenta incluso con un apartado para denunciar casos o para que los pacientes puedan alertar de malas prácticas.

Sobre el COEM

El Colegio de Odontólogos y Estomatólogos de la 1ª Región (COEM) es el colegio profesional que reúne a todos los dentistas de la Comunidad de Madrid y las provincias de Ávila, Ciudad Real, Cuenca, Guadalajara y Toledo. Actualmente cuenta con más de 8.000 colegiados.

El COEM es el encargado de la ordenación de la profesión de dentista y su representación institucional, y además se ocupa de defender los intereses profesionales de los colegiados, proteger los derechos de los consumidores y usuarios y realiza una importante labor social, con el objetivo final de mejorar la salud bucodental de la población.

Más información en <http://www.coem.org.es/>

Para más información:

COEM

Nuria Velasco Sanz

Tel.: 91 561 29 05

e-mail: revista@coem.org.es

Agencia de comunicación **Ketchum:**

Carolina Rodríguez-Solano / Beatriz Granados

Tel. 91 788 32 00

e-mail: carolina.rodriguez@ketchum.com

beatriz.granados@ketchum.com

ⁱ García Vallejo P, Magdaleno F, Ginestal E. Etiología del bruxismo. Situación actual. Avances en Odontoestomatología. 1993; 9 (7): 485-490.

ⁱⁱ Dolor orofacial y trastornos relacionados. Clínicas odontológicas de Norteamérica. Vol. 2. 1997. Ramfjord SP, Ash MM. Oclusión. Saunders Company. Philadelphia. 1983.

ⁱⁱⁱ 20. Glaros AG. Incidence of nocturnal and diurnal bruxism. J Prosthet Dent. 1981; 45 (5): 545-9.

^{iv} Ramfjord SP, Ash MM. Oclusión. Saunders Company. Philadelphia. 1983. Sabán L, Miegimolle C. Patología de la oclusión I- Bruxismo. Revista Europea de Odontoestomatología. 1993; 5 (1): 15-22.