

## L'hàbit involuntari del Bruxisme

El confinament i els mesos d'incertesa han provocat un estat de tensió, estrès i ansietat en una gran part de la població que a l'hora ha agreujat les disfuncions de l'articulació mandibular. Aquesta patologia rep el nom de Bruxisme i consisteix en fer grinyolar inconscientment les dents, provocant molèsties cervicals i desgastant la dentadura.

El bruxisme és una patologia en la qual els músculs mossegadors es mouen involuntàriament (grinyolant, cruixint o estrenyent les dents), produint erosió en les dents i danys en l'articulació i els músculs. A causa de la situació sanitària actual i les conseqüències que aquesta ha generat (pèrdua d'ocupació, por al virus, estrès propi del tancament, etc.) s'ha detectat un increment en el nombre de persones que el pateixen. Encara que els símptomes (maldecaps i malestar al voltant de la mandíbula) poden semblar molt evidents, a vegades la persona afectada no és conscient d'aquests.

Generalment, aquest trastorn és producte de l'estrès, de maloclusions dentals o de la falta de descàrrega d'energia. Existeixen molts altres factors que poden influir a l'hora de desenvolupar aquesta patologia, per exemple, la personalitat (ansietat, por, solitud...), el tipus de dieta (diètes riques en sucres i carbohidrats que augmenten l'ansietat), consum de substàncies com la nicotina, etc. Existeixen dues tipologies de bruxisme depenent si es dona de dia (bruxisme diürn), o de nit (bruxisme nocturn). En tots dos casos no es donen complicacions greus, no obstant això, si no es tracta pot causar afectacions en l'articulació temporomandibular (ATM).

### Com es detecta el Bruxisme?

No existeix un perfil únic de pacient que pugui sofrir bruxisme i en molts casos, no és necessari realitzar un tractament. Alguns nens superen el bruxisme sense cap tractament, i molts adults no grinyolen ni estrenyen les dents de manera tan intensa com per a necessitar un tractament. No obstant això, des del servei d'Odontoestomatologia de l'Hospital Universitari Sagrat Cor es recomana visitar a l'especialista si es dona alguna de les següents situacions per a evitar que es continuï danyant les dents i alleujar el dolor o malestar mandibular i evitar una possible disfunció de l'ATM:

- En obrir la boca es produeixen espetecs
- Contractures en la zona del coll i en el lateral del rostre i del cap
- Bloquejos en la mandíbula, problemes per a obrir o tancar la boca correctament
- Dolor agut al capdavant i de coll en aixecar-se
- Anomalies dentals evidents, com a dents trencades o que manca
- Dolor en galtes o oïdes en aixecar-se

## L'hàbit involuntari del Bruxisme

### **Sobre Sagrat Cor-Hospital Universitari**

Sagrat Cor-Hospital Universitari pertany a la Xarxa Hospitalària d'Utilització Pública (XHUP) des del 15 de juliol de 1985, any de la creació d'aquesta important xarxa sanitària catalana. Fundat entre les dècades dels 60/70 ofereix totes les especialitats medicoquirúrgiques, de les que destaquen cirurgia toràcica, cirurgia cardíaca, neurocirurgia i oncologia, entre d'altres. Desenvolupa activitats assistencials, docents i de recerca. El Sagrat Cor està acreditat com a hospital docent per la Facultat de Medicina de la Universitat de Barcelona i, per a la preparació de metges especialistes (MIR), pel Ministeri de Sanitat. També disposa d'acords amb altres universitats nacionals i internacionals per a formació de pregrau i postgrau.

Per més informació:

Comunicació

Pilar Rosas

93 587 93 93

65 681 16 45