

## 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 (diets riques en sucres i carbohidrats que augmenten l'ansietat), consum de substàncies com la nicotina, etc. Existeixen dues tipologies de bruxisme depenent si es dóna 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'Odontologia del Centre Mèdic Quirónsalud Rubí es recomana visitar a l'especialista si es dóna alguna de les següents situacions per a evitar que es continuïn 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 Quirónsalud

Quirónsalud és el grup hospitalari líder a Espanya i, juntament amb la seva matriu Fresenius-Helios, també a Europa. Compta amb més de 40.000 professionals en més de 125 centres sanitaris, entre els quals es troben 50 hospitals que ofereixen prop de 7.000 llits hospitalaris. Disposa de la tecnologia més avançada i d'un gran equip de professionals altament especialitzats i de prestigi internacional. Entre els seus centres, es troben a l'Hospital Universitari Fundació Jiménez Díaz, Centre Mèdic Teknon, Ruber Internacional, Hospital Universitari Quirónsalud Madrid, Hospital Quirónsalud Barcelona, Hospital Universitari Dexeus, Policlínica de Guipúscoa, Hospital Universitari General de Catalunya, Hospital Quirónsalud Sagrat Cor, etc.

El Grup treballa en la promoció de la docència (vuit dels seus hospitals són universitaris) i la investigació mèdic-científica (compta amb l'Institut d'Investigació Sanitària de la FJD, acreditat per la Secretaria d'Estat d'Investigació, Desenvolupament i Innovació).

Així mateix, el seu servei assistencial està organitzat en unitats i xarxes transversals que permeten optimitzar l'experiència acumulada en els diferents centres i la translació clínica de les seves investigacions. Actualment, Quirónsalud està desenvolupant multitud de projectes d'investigació a tot Espanya i molts dels seus centres realitzen en aquest àmbit una feina puntera, sent pioners en diferents especialitats com oncologia, cardiologia, endocrinologia, ginecologia i neurologia, entre d'altres.