



Palavra do especialista

Quais os principais sintomas que precisamos ficar atentos para identificar o bruxismo?

Os principais sintomas são dores de cabeça, dores na nuca, na articulação mais próxima ao ouvido e também na musculatura facial, porque ocorre uma tensão muito forte. Então, ao abrir e fechar a boca, o paciente sente essas dores acentuadas no rosto.

Acho que tenho bruxismo. O que devo fazer?

Marcar uma consulta com um dentista. Quando se identifica um possível caso de bruxismo, o primeiro passo é realizar exames avaliativos para ter o diagnóstico correto. Nessa avaliação, são feitas radiografias ou tomografias para indicar o melhor tratamento.

Se o bruxismo não for tratado, quais são as possíveis consequências?

A consequência principal é o desgaste dentário. Por ser uma condição em que a pessoa range muito os dentes, ocorre um desgaste que pode levar à fratura dentária. Além disso, o desconforto causado pelas dores podem causar insônia e outros estresses psicológicos, que pioram o caso de bruxismo. É como um ciclo.

O bruxismo pode afetar pessoas de qualquer idade?

A faixa etária em que esses traumas aparecem com mais frequência é a dos adultos. Mas, como trabalho com ortodontia preventiva em adolescentes, tenho percebido vários casos de bruxismo em pessoas mais jovens. Já nas crianças, os casos existem, mas são raros. E, geralmente, não têm a mesma intensidade do bruxismo em adultos. Os números também são menores para crianças porque, nos últimos anos, a condição tem sido adquirida por questões de estresse psicológico como ansiedade e depressão.

Maurício de Paula é cirurgião-dentista e ortodontista

TRATAMENTOS

- O principal tratamento disponível é fazer uma placa de acetato, sob medida, que o paciente usa para dormir. Essa plaquinha serve para proteger os dentes do desgaste. Ao mesmo tempo, quando a pessoa morde involuntariamente a placa, a musculatura do rosto automaticamente relaxa.
- Outro tratamento mais recente envolve a aplicação de botox na musculatura da mandíbula. Como as aplicações de botox enrijecem o músculo, a mordida do paciente perde um pouco da intensidade e isso minimiza os danos.
- Também são válidos os tratamentos com outros especialistas para aliviar o estresse e a dor. Fisioterapia, acompanhamento psicológico e acupuntura são muito úteis para pacientes com bruxismo.