

que afeta adultos



PREDISPOSIÇÕES

- Certos hábitos alimentares podem ser vistos como predisposições para o problema. De acordo com a pediatra Fabiana Fonseca, estimulantes como cafeína e bebidas energéticas devem ser retiradas do consumo habitual, mesmo que não seja recomendado para qualquer criança, propícia ao bruxismo ou não. “Se eu tenho uma criança ansiosa, essa ansiedade está gerando o bruxismo, e ela toma todo dia café ou alguma bebida energética? Nem pensar. Eu preciso ir tirando, esses fatores fazem piorar o quadro”.
- Sobre a hereditariedade, existem evidências que possa ser herdado e parentes e ter um componente genético envolvido, mas o estilo de vida da família também influencia. Por exemplo, o distúrbio do sono relacionado à obesidade. “Normalmente a família toda acaba tendo o problema pelo estilo de vida. Não é bem um fator genético. O pai ou a mãe tendo uma arcada diferente, mais protusa, que favorece ao bruxismo, a criança acaba tendo, por ser genético, podendo causar o bruxismo”, afirma a pediatra.

ESPECIALISTAS QUE PODEM SER ENVOLVIDOS NO TRATAMENTO

- **Odontopediatra**
- **Otorrinolaringologista**, em situações em que há suspeita de problemas respiratórios que possam contribuir para o bruxismo
- **Neurologista**, podendo ser consultado em casos em que se suspeita que o transtorno esteja associado a distúrbios neurológicos ou problemas de sono
- **Fonoaudiólogo**, que pode auxiliar na redução da tensão muscular na região da mandíbula e melhorar a função oral
- **Nutricionista**, auxiliando na alimentação, já que o desgaste dos dentes e a dor na mandíbula podem afetar a capacidade de mastigar corretamente
- **Psicólogo**, que pode tratar as causas e indicar encaminhamentos

Palavra do especialista

O uso de chupetas e mamadeiras influenciam a incidência de bruxismo?

Sim, o uso prolongado de chupetas e mamadeiras pode influenciar no desenvolvimento de bruxismo em crianças. Essas práticas afetam a posição da mandíbula, dos dentes e o desenvolvimento da musculatura oral, o que pode predispor o ranger dos dentes.

A utilização de placas dentais é comum no tratamento do bruxismo infantil? Como elas funcionam?

O uso de placas miorrelaxantes no tratamento do bruxismo infantil é menos comum do que em adultos, mas pode ser indicado em casos específicos, especialmente quando o bruxismo é severo e está causando desgaste significativo dos dentes ou dores musculares. Essas placas são usadas com cautela em crianças, uma vez que a dentição ainda está em desenvolvimento, sendo necessário um acompanhamento regular para ajustar ou substituir a placa, garantindo que ela continue funcionando adequadamente sem interferir no crescimento e no alinhamento dos dentes. Quando prescritas, elas têm o objetivo de proteger os dentes e aliviar a pressão sobre os músculos da mandíbula. Muitas vezes, o bruxismo em crianças é transitório, associado à troca dos dentes ou a fatores temporários, como estresse ou alterações no sono. Portanto, o uso de placas é apenas uma parte do plano de tratamento e pode ser combinado com outras abordagens, como mudanças de hábitos e técnicas de relaxamento.

Você tem observado um aumento nos casos de bruxismo infantil recentemente?

Nos últimos anos, muitos especialistas e estudos têm relatado um aumento nos casos de bruxismo infantil. Esse crescimento pode estar relacionado a diversos fatores, como: aumento do estresse e da ansiedade em crianças pelo uso crescente de dispositivos eletrônicos, e a redução da prática de atividade física, especialmente durante a pandemia. A rotina do sono irregular combinada com o uso de tecnologia à noite pode estar afetando negativamente a qualidade do sono em crianças, por exemplo. Como o bruxismo está frequentemente associado a distúrbios do sono, essa pode ser uma das razões para o aumento dos casos. Outro fator que contribui para o aumento aparente nos casos é a maior conscientização entre pais e profissionais de saúde. Com mais informações disponíveis sobre o bruxismo, os casos estão sendo reconhecidos e diagnosticados mais cedo do que no passado, o que também pode explicar o aumento nas estatísticas.

Ilana Marques é odontopediatra da IGM Odontopediatria