

PUBLIRREPORTAJE

EL EXPERTO OPINA

DOCTOR EDUARDO ANITUA. CIRUJANO-DENTISTA E INVESTIGADOR

Problemas en la articulación temporomandibular (ATM)

La ATM es peculiar, compleja y de gran importancia para funciones vitales como la alimentación. La presencia de dolor, inflamación o ruidos en esta articulación ha de ser evaluada por el odontólogo y, si es preciso, tratada mediante protocolos personalizados y multidisciplinarios.

Dr. Anitua, ¿qué es exactamente la ATM o articulación temporomandibular?

La ATM es la articulación que une la mandíbula con la base del cráneo, y está situada por delante del conducto auditivo. Posee un rango de movimientos complejos que no solo permite abrir y cerrar la boca, sino también otros necesarios para hablar, masticar y tragar. Su anatomía es peculiar, con un disco cartilaginoso (un menisco, a modo de almohadilla o rodamiento) que facilita el deslizamiento entre las superficies cartilaginosas. La complejidad de esta articulación le permite funcionar de manera casi continua e intensa durante el día y la noche, pero también la hace vulnerable a sufrir distintos tipos de patologías.

¿Son frecuentes los problemas en la ATM?

Sí, se estima que un 10% de la población padece algún tipo de problema en la ATM a lo largo de su vida. Aunque se pueden producir a cualquier edad, incluso en la infancia, son más comunes entre los 20 y los 50 años. Las patologías en la ATM son mucho más frecuentes en mujeres que en hombres, principalmente por motivos de origen anatómico y hormonal.

¿Cuáles son las causas de estos problemas?

Las diferentes partes que componen esta articulación pueden lesionarse por diferentes motivos. Las causas más comunes son los traumatismos faciales y la sobrecarga mecánica de la articulación, ya sea aso-

ciada al apretamiento dental (o bruxismo) o por problemas posturales, en especial cuando dormimos, si nos apoyamos sobre la mandíbula en vez de sobre el cráneo. Los dientes también tienen una relación muy especial con esta articulación. Cuando faltan dientes o estos no están correctamente posicionados (lo que se denomina una oclusión inestable o inadecuada) se pueden producir problemas en la musculatura masticatoria y en la ATM.

Señalar también que algunas enfermedades autoinmunes e inflamatorias pueden afectar a esta articulación de modo similar a como lo hacen en otras articulaciones. Por último, el estrés y la ansiedad pueden contribuir a la patología de la ATM o bien agravar su sintomatología.

¿Cuáles son los principales síntomas?

Los principales síntomas de las patologías de la ATM son el dolor, la inflamación y la limitación de movimientos. Sus características e intensidad varían en función de las estructuras dañadas. En ocasiones, el disco articular puede desplazarse parcialmente fuera de su lugar habitual, ya sea de forma temporal o definitiva. En esta situación, pueden aparecer ruidos (o clics) articulares. En casos avanzados, el disco puede llegar a perder completamente su posición y por tanto su función de evitar que rocen las superficies entre sí. Esto puede dar lugar a una artrosis o degeneración de la articulación, que en ocasiones tam-

bién genera ruidos o ‘sensación de arenilla’ durante los movimientos.

¿Cómo se tratan los problemas de la ATM?

El abordaje de estos problemas debe ser multidisciplinar e individualizado para cada paciente. El tratamiento farmacológico puede ayudar a reducir el dolor y la ansiedad, y a relajar la musculatura, pero frecuentemente es necesario realizar también tratamientos dentales para estabilizar o regularizar la oclusión. Entre estos, uno de los más comunes es la utilización de dispositivos como las férulas de descarga. La fisioterapia, los tratamientos encaminados a mejorar la posición corporal y la reducción de la ansiedad y el estrés también pueden ser de gran ayuda. Adicionalmente, en algunos casos, la infiltración de plasma rico en factores de crecimiento intraarticular ha demostrado una gran eficacia para reducir el dolor y la inflamación y contribuir a la recuperación de la función.

Por último, me gustaría recordar que hay hábitos, como masticar chicle constantemente, abusar de las pipas con cáscara, o morderse las uñas que pueden provocar patologías en la ATM, mientras que hábitos de vida saludable encaminados a reducir el estrés y la ansiedad pueden ser de gran ayuda tanto en la prevención como en el tratamiento de estos problemas.

RPS: 220/19