

¿Te suena la mandíbula cuando abres y cierras la boca?

¿Qué es la alteración de ATM?: La alteración de la articulación temporomandibular (ATM), ocurre cuando la bisagra que conecta el maxilar superior y la mandíbula inferior no trabaja correctamente. Esta bisagra es una de las articulaciones más complejas del cuerpo, es responsable de abrir y mover la mandíbula inferior hacia delante, atrás y de lado a lado.

Todos los problemas que impiden el trabajo normal de este sistema complejo de músculos, ligamentos, discos y huesos, se agrupan bajo la denominación de alteración de ATM. Con frecuencia, la alteración de ATM se siente como si la mandíbula saltara o tronara o se atorara por unos segundos. A menudo, es imposible determinar la causa exacta de esa falta de alineación.

¿Cuáles son los síntomas de la alteración de ATM?: Las alteraciones de la ATM presentan varios síntomas y señales. Es difícil saber con certeza si uno padece de alteraciones de ATM o no, porque sus síntomas también son indicadores de otros problemas. Su dentista emitirá el diagnóstico correcto por medio de su historia clínica y odontológica completa, el examen clínico y la toma de radiografías apropiadas. Algunos de los síntomas de alteración de ATM más comunes son los siguientes:

1. Dolores de cabeza (frecuentemente parecidos a las migrañas), dolor de oídos, y dolor y presión por debajo de los ojos.
2. Un chasquido o tronido al abrir o cerrar la boca.
3. Dolor ocasionado por el bostezo, al abrir la boca ampliamente o masticar
4. Mandíbulas que se “traban”, se cierran o se salen del lugar.
5. Molestias dolorosas en los músculos de la mandíbula.
6. Un cambio repentino en el modo en que los dientes superiores e inferiores encajan unos sobre otros.

¿Cómo se trata la alteración de ATM?: Si bien no hay una única cura para la alteración de ATM, hay diferentes tratamientos a seguir que reducen los síntomas en forma significativa. Su dentista puede recomendarle una o más de las siguientes sugerencias:

- Intente eliminar el espasmo muscular y el dolor aplicando calor húmedo o tomando medicamentos miorelajantes, aspirinas u otros analgésicos de venta libre o drogas antiinflamatorias.
- Use un aparato, a veces denominado placa de mordida o tablilla, para reducir los efectos dañinos de apretar los dientes excesivamente y rechinarlos. Hecho a medida para su boca, el aparato se desliza sobre los dientes superiores y evita el rechinado contra los inferiores.
- Aprenda técnicas de relajación para ayudarlo a controlar la tensión muscular sobre la mandíbula. Su dentista puede sugerirle la consulta con algún especialista para eliminar el estrés.
- Cuando las articulaciones mandibulares se ven afectadas y los otros tratamientos no han podido solucionar el conflicto, se recomienda la cirugía.