

CAUSAS

BRUXISMO

Es un hábito involuntario que consiste en **apretar o rechinar los dientes** de forma continuada y excesiva

Estrés

Malos
hábitos
del sueño

Malas
posturas

Incapacidad
para relajarse

Inadecuada
alineación
dentaria

¿CÓMO RECONOCERLO?

Síntomas más comunes

- ★ Ansiedad, estrés y tensión
- ★ Desgaste de la superficie dentaria, movilidad o fractura de arreglos
- ★ Dolor dentario o gingival
- ★ Retracción de encías
- ★ Sensibilidad al frío, calor o dulces

La mayoría de los pacientes no presentan signos evidentes, por eso desconocen que bruxan

TIPOS DE BRUXIMOS

Diurna

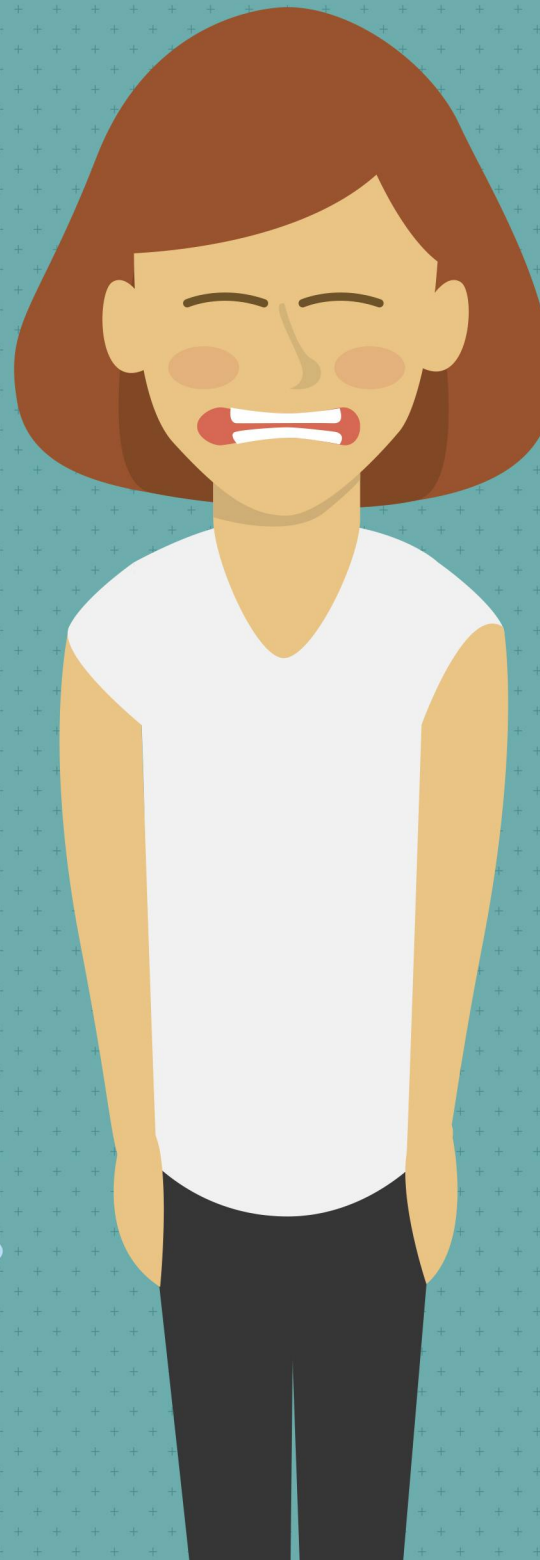


- ✦ Es de apretamiento
- ✦ Es silencioso
- ✦ Afecta al 20% de los adultos (mayor incidencia en hombres)
- ✦ Es involuntario
- ✦ Asociado a hábitos orales, posturales y actividad laboral

Nocturna



- ✦ Por apretamiento y frotación de los dientes
- ✦ Es ruidoso
- ✦ Afecta a hombres y mujeres
- ✦ Es involuntario
- ✦ El reflejo de protección se ve disminuido



¿CÓMO EVITARLO?

Utilizar dispositivo interoclusal, más conocido como "placa de relajación", que previene:



Desgaste dentario



Relaja los músculos



Disminuye el dolor



Reproduce una oclusión (mordida) equilibrada