

Bruxismo o digrignamento dentale

Le cause possono essere varie e così anche le terapie per affrontarlo

a cura del prof. Marco Finotti



Parlare del BRUXISMO o del DIGRIGNAMENTO DENTALE vuol dire affrontare una patologia che interessa un'importante percentuale della popolazione. È risaputo, da noi specialisti, che almeno il 10% delle persone ne sono affette.

CHE COSA È

Per Bruxismo si definisce il digrignamento dei denti, involontario, nella fase di sonno leggero o REM, che può anche provocare al risveglio la sensazione di stanchezza muscolare a livello dei muscoli delle guance. Raro è, invece, il bruxismo di giorno.

Normalmente il rumore, la notte, non è avvertito da chi lo provoca mentre viene avvertito da chi dorme nella stessa stanza o anche in altre stanze contigue.

QUAL È IL MECCANISMO CON CUI SI SVILUPPA IL BRUXISMO?

Tutti abbiamo la deglutizione spontanea che è un atto involontario e che porta, se l'occlusione è in equilibrio, a contatto tutti i denti tra loro; se, invece, la posizione della mandibola, non risulta "centrata" come può avvenire durante il sonno quando siamo in posizione laterale, o in presenza di malocclusioni, le due arcate dentarie non vanno in contatto equilibrato-completo, ma sviluppano dei "precontatti" in grado di stimolare i muscoli ad eseguire uno sforzo accessorio per portare in corretta occlusione la mandibola. Si crea quindi un circolo vizioso che "stanca" i muscoli portandoli in tensione sino ad arrivare al digrignamento. Nei bimbi, quando è presente il digrignamento vi sarà una predisposizione a svilupparlo anche da adulti.

CONSEGUENZE E DANNI

L'aspetto più evidente a tutti, pazienti e noi specialisti, è l'usura dentale, cioè la presenza di zone "consumate" dei denti, che progressivamente determinano le sensibilità degli stessi al caldo e freddo ma progressivamente anche alla masticazione di cibi pur morbidi, per la completa usura dello smalto, usura che progressivamente coinvolge anche la dentina e quindi la "polpa" del dente. Nelle persone affette da bruxismo progressivamente può comparire anche la mobilità dentale da riassorbimento osseo determinato dall'azione muscolare.

Caratteristica è la comparsa di disturbi come rumori e dolori all'articolazione temporo-mandibolare, con progressiva alterazione strutturale e rimodellamento delle superfici articolari. Talvolta i pazienti si recano ad una visita otorino per il dolore riferito all'orecchio, visita che, ovviamente, risulta negativa. Dolori alla colonna cervicale o dorsale, cefalee e vertigini possono essere presenti.

LA CURA

Trattare il disturbo del bruxismo, in virtù della componente psicologica intrinseca allo stesso, non è sempre facile. Laddove sia



presente una parassitosi intestinale, oltre al trattamento farmacologico, le seguenti modifiche dietetiche sono consigliabili: ridurre i cibi in grado di provocare putrefazione come i latticini di vacca, meglio quelli di capra, i salumi, il pesce, il pollo, le uova. In presenza di malocclusioni dentarie congenite o acquisite, come quelle per esempio dovute alla perdita non compensata di uno o più elementi dentari, il trattamento ortodontico o protesico in grado di stabilire un equilibrio occlusale prima e muscolare poi è sicuramente consigliabile. Un'attenta diagnosi dello stato muscolare con elettromiografia, talvolta è necessario, potendo essere il bruxismo, in alcune situazioni, un meccanismo di difesa dell'organismo a un morso troppo aperto e quindi la necessità di "consumare" i denti è per ridurre l'altezza del morso creando un'altezza corretta. Se la causa è prettamente ansiogena l'ipnosi e la psicoterapia possono essere d'aiuto. Si parla frequentemente di bite ed alcuni di questi sono venduti preformati; in realtà il bite usato in questo modo non solo non ha alcuna funzione terapeutica, ma è solo atto ad evitare che gli elementi dentari si consumino ulteriormente ma potrebbe peggiorare i disturbi, sia articolari che muscolari, creando un'altezza dell'occlusione, una volta posizionato tra le arcate, assolutamente scorretta in grado di stimolare, negativamente, l'azione muscolare.

Nel nostro lavoro quotidiano con adeguate impronte delle arcate dei nostri pazienti, confezioniamo dei bite che comunque devono essere individualizzati in funzione dell'arcate

dai pazienti, costruiti di materiale diverso in funzione dell'azione che si voglia abbiano, in grado di permettere un'occlusione libera o, al contrario, ingranata, in funzione dell'efficacia terapeutica richiesta. Anche la terapia farmacologica in alcuni casi è indicata; antidepressivi, ansiolitici, miorilassanti, che però se non correttamente utilizzati possono stimolare e peggiorare il bruxismo. In alcune situazioni l'attività dello specialista si associa alle tecniche di miorilassamento, al posturologo e al kinesiologo.



PROF. MARCO FINOTTI
MEDICO CHIRURGO
ODONTOIATRA

Laureato in Medicina e Chirurgia specializzato in Ortognatodonzia a Padova. Prof. A.C. Università degli Studi di Padova. È stato docente in Chirurgia Paradontale e Implantoprotesi alle Università Popolari di Caserta e Milano. Libero professionista a Padova e Milano.

www.agendasalute.com



Le cause

- La **familiarità**, le malocclusioni ortodontiche e gli squilibri muscolari dei muscoli masticatori; importanti anche alcuni fattori locali, come gli stimoli irritativi determinati da gengiviti o pericoronariti (infiammazioni attorno alle corone dei denti).
- **Situazioni psicologiche alterate** come stress, aggressività, particolari condizioni di tensione emotiva.
- Nei bambini, evenienza sempre più frequente, gli **stati di tensione emotiva** o le difficoltà familiari o nella vita scolastica o le tensioni in seguito ad attività o videogiochi che li coinvolgono e li appassionano particolarmente. Sempre nei bambini il bruxismo è più frequente in associazione ad altri disturbi del sonno come l'enuresi notturna o in coloro che parlano nel sonno.
- I **fattori sistemici**, come la parassitosi intestinale, soprattutto se responsabili sono gli ossiuri in grado di secernere sostanze tossiche irritanti, il sistema nervoso, le alterazioni del sistema endocrino e alcune reazioni allergiche. Più frequentemente sono colpite dal bruxismo le persone che dormono stese sulla pancia o di lato.