

# LEVE A DOR DE CABEÇA AO DENT

*Diagnóstico correto e tratamento da DTM podem devolver o sorriso de muitos pacientes*

Disfunção da articulação têmporo-mandibular (ATM), você já ouviu falar? O nome é difícil e complicado, mas, uma vez feito o diagnóstico no consultório odontológico, o tratamento da articulação que liga o maxilar à mandíbula descomplica a vida de pacientes. Para ficar mais claro, primeiro é preciso esclarecer que a ATM é a sigla de articulação têmporo-mandibular. Tais articulações possibilitam a mobilidade da mandíbula durante funções como falar, comer, respirar e deglutir.

Já a disfunção da ATM, cuja sigla é DTM, é uma síndrome normalmente multifatorial, em que o paciente apresenta dores na região da face, cabeça e coluna cervical, geralmente acompanhada de limitações funcionais e algum tipo de prejuízo na qualidade de vida.

O especialista em DTM e dor orofacial, Boanerges Araújo Netto Jr., explica que pouca gente imagina que uma dor de cabeça pode ser tratada pelo dentista. A maioria dos pacientes recorre primeiro a diversos especialistas da medicina antes de procurá-lo. Além da dor de cabeça, do-

res de ouvido, dor e pressão atrás dos olhos, estalidos ou sensação de desengate ao abrir ou fechar a boca e até dores nas costas podem afligir pacientes de várias idades.

O diagnóstico do problema, normalmente, é clínico. "Primeiramente, é realizando um bom questionário sobre a saúde geral do paciente, momento em que é investigada a presença de hábitos nocivos, doenças sistêmicas, uso de medicamentos e etc. Logo após, o diagnóstico é completado com exame físico, são apalpadas as estruturas relacionadas com a disfunção e avaliada, inclusive, a postura do paciente", explica o especialista.

O dentista ainda pode solicitar exames complementares como laboratoriais e de imagens. "O profissional da área da saúde, seja ele o cirurgião-dentista ou mesmo o médico, deve realizar o diagnóstico diferencial de outras patologias que têm sintomas parecidos, como sinusite, otite, entre outras, beneficiando assim o paciente e, por conseqüência, indicando o tratamento correto e com um atendimento multidisciplinar, se necessário", salienta Boanerges Araújo.



# ISTA

## CAUSAS DA DTM

As causas da DTM são muitas, o que geralmente acontece é um efeito cumulativo, potencializado pelo estresse emocional. Pessoas que possuem oclusão (encaixe dos dentes) inadequada para as articulações, são indivíduos com maior risco de apresentar o problema. "Hábitos nocivos como ranger ou apertar os dentes, roer unhas, apoiar o queixo durante o dia e, às vezes também à noite, postura inadequada ao dormir, apoiar telefone, entre outros, proporcionam uma sobrecarga nas articulações têmporo-mandibulares, nos músculos envolvidos da face, cabeça e pescoço, bem como na estrutura óssea", comenta Boanerges Araújo.

Caso o paciente seja suscetível a problemas musculares ele poderá apresentar dores faciais, cervicais e as chamadas cefaléias (dor de cabeça) secundárias. Se o lado mais sensível for propriamente alguma ATM, proporcionará problemas intra-capsulares (dentro das articulações têmporo-mandibulares), com a presença de estalidos nestas articulações, às vezes com deslocamento da mandíbula, abrindo a boca com desvios laterais, acompanhado de dor durante a movimentação. Na verdade, pode ocorrer uma gama de patologias.

O tratamento da DTM é interdisciplinar



## PROBLEMA POUCO CONHECIDO

A disfunção da ATM ainda é pouco conhecida pela população. Talvez o fato de a especialidade em DTM e Dor Orofacial ter sido criada há apenas seis anos explique o desconhecimento. O dentista Boanerges Araújo aponta a necessidade de mais interação dos profissionais da área médica, possibilitando um tratamento holístico do paciente.

O tratamento da DTM é interdisciplinar. De acordo com o caso, as orientações do cirurgião-dentista especialista poderão ser suficientes para tratar o problema. Em outras situações, pode ser preciso o uso de dispositivos de acrílico para ajudar a controlar a dor facial do paciente, as chamadas placas oclusais, que é um tratamento reversível e não invasivo. Em algumas situações são ministrados medicamentos.


"Ainda durante o tratamento, o dentista pode encaminhar o paciente ao fisioterapeuta para ajudar no controle da dor. E em alguns casos, também para o psicólogo ou psiquiatra, quando é necessário suporte emocional. Enfim, procurar direcionar o tratamento de acordo com a necessidade e complexidade que o caso exige. Já as técnicas invasivas são, normalmente, segunda opção de tratamento, dependendo da gravidade do problema", salienta o especialista.

A DTM é mais comum em mulheres, na faixa etária dos 40 anos, porém atinge também pacientes do gênero masculino e, às vezes, crianças. Conforme indicam os dados, 25% da população teve ou terá sinal ou sintoma da patologia.

# O TRABALHO DO FISIOTERAPEUTA

Após receber o diagnóstico do cirurgião-dentista, se necessário, o paciente será encaminhado ao fisioterapeuta. É o que explica a fisioterapeuta Gabriela Brandão. "As sessões ajudam a melhorar a dor, por meio do fortalecimento da musculatura da face. O número de idas ao fisioterapeuta depende do grau da patologia, são indicados exercícios e usados aparelhos da fisioterapia tradicional (TENS) - para analgesia e redução de inflamação. Os métodos não causam dor e nem são invasivos", explica.


Morder a tampa da caneta, chupar chicletes, morder canto da boca e usar a musculatura da forma errada são também vícios que podem desencadear a disfunção da ATM. "O trabalho do dentista aliado ao do fisioterapeuta reflete em um melhor prognóstico para o paciente. Como qualquer patologia, o paciente que busca a solução do problema no início terá maior êxito no tratamento e menor sofrimento", finaliza Gabriela Brandão.



*As sessões de fisioterapia ajudam a melhorar a dor do paciente, explica Gabriela Brandão*

A postura incorreta de dormir pode causar uma série de patologias, como DTM, cervicalgias, torcicolo, bursite, cefaléias, lombalgias, entre outras. É importante ter colchão e travesseiro adequado para possibilitar um correto alinhamento da cabeça, mandíbula, coluna cervical com o restante da coluna vertebral, ao deitar-se de lado. "Esta posição é uma das posturas indicadas por médicos, fisioterapeutas e cirurgiões-dentistas. As posturas incorretas ao deitar-se estão intimamente ligadas à DTM, como aquelas pessoas que dormem com a mão sob a mandíbula, alavancando-a e promovendo uma sobrecarga nas ATMs", explica Boanerges Araújo.

Para contornar esses problemas, o especialista desenvolveu um travesseiro com algumas características que o torna personalizável, de acordo com o tipo físico do indivíduo e possibilita um alinhamento adequado do indivíduo ao deitar-se.



*Boanerges Araújo comenta sobre a importância da postura na hora de dormir*

NA HORA DE DORMIR