



BRUXISMO

Emídio Carreiro -Pediatra

O bruxismo consiste no ato de ranger ou apertar os dentes. Esta situação, principalmente o ranger de dentes, ocorrem mais frequentemente durante a noite, podendo contudo estar presente durante o período diurno e com a criança acordada.

Esta situação ocorre em 15-24% das crianças e 8-10% de adultos. Mais frequente em lactentes e pré-escolares diminuindo muito a partir dos 10 anos de idade

Algumas das causas de bruxismo podem ser o *stress*, ansiedade, situações de ira contida, dores de ouvidos ou dentes e situações anatómicas de desalinhamento dos dentes.

O bruxismo manifesta-se, para além do som no caso do ranger de dentes, por vários sintomas que poderão estar isolados ou associados, como sejam: desgaste de dentes, lesão das gengivas, fratura de dentes, ansiedade, *stress*/tensão, dor de ouvidos, sensibilidade dentária para o frio ou quente principalmente ao acordar, artrite têmpora-mandibular (articulação da mandíbula), dor muscular dos músculos da face e também cefaleias matinais. Outra queixa frequente surge pelos “vizinhos” do quarto da criança pelo grande incómodo que o som provoca.

O tratamento na criança é pouco eficaz. Nos adultos poderá ser colocada uma proteção dentária (goteira), assim como recorrer ao tratamento dentário dos desalinhamentos eventualmente presentes. Poderá em alguns casos ser necessário recorrer a relaxantes musculares ou ansiolíticos. Estes tratamentos na criança pequena não se aplicam,

devendo ser evitadas situações de *stress*, ansiedade ou excitação ao deitar. Hidratar bem, para evitar secura da boca que irá estimular o bruxismo. A visita ao dentista, preferentemente ao odontopediatra poderá estar indicada em algumas idades