

## TRATAMIENTOS DE BRUXISMO

Existen diferentes formas de tratar el dolor y el bruxismo según su causa, como por ejemplo el uso de planos oclusales, manejo del sueño, fármacos, botox, autocuidado, entre otros.

- **Planos oclusales:** También conocidos como planos de relajación, son dispositivos que cubren las superficies oclusales de las piezas dentarias, pueden ser utilizados en el maxilar superior o en la mandíbula, y se pueden hacer de distintos diseños dependiendo de las necesidades del paciente.
- **Manejo del sueño:** Consiste en la evaluación y tratamiento del trastorno del sueño que afecta al paciente, en especial del bruxismo de sueño y el tratamiento de los ronquidos y apnea de sueño mediante el uso dispositivos de avance mandibular.
- **Fármacos:** Son una parte importante en el manejo del dolor y en el tratamiento de trastornos musculares o articulares. La administración más común es por vía oral, pero muchas veces es necesario infiltrar musculatura o articulaciones, cuando el caso lo amerita.
- **Botox:** Consiste en la aplicación de toxina botulínica tipo A de forma local en los músculos masticatorios afectados por el bruxismo, permitiendo su relajación por un plazo de 3 a 6 meses.
- **Autocuidado:** Parte muy importante del tratamiento, consiste en educar al paciente acerca del diagnóstico, factores gatillantes de su dolencia, manejo de malos hábitos y darle herramientas que le permitan mantenerse sano en el tiempo.