

## **Trastornos de la articulación Temporomandibular**

Francesco Daveri

- FISIOTERAPEUTA COFC N.2185
- LICENCIADO EN FISIOTERAPIA EN UCJC EN MADRID
- OSTEOPATÍA ESTRUCTURAL EN UCJC EN MADRID
- LICENCIADO EN CIENCIAS DEL DEPORTE EN FLORENCIA
- ESPECIALISTA EN PUNCIÓN SECA, EPI Y EPTE.
- ESPECIALISTA EN ECOGRAFÍA MÚSCULO-ESQUELÉTICA
- ESPECIALISTA EN ELECTROTERAPIA – LÁSERTERAPIA – RADIO FRECUENCIA
- ESPECIALISTA EN REHABILITACIÓN DEPORTIVA
- MÁSTER OFICIAL EN TRATAMIENTO DE ATM

La articulación temporomandibular (ATM) es la unidad funcional de la cabeza y cuello responsable de la masticación, deglución y fonación, es una de las estructuras anatómicas más complejas de nuestro cuerpo, una de las más usadas, que debe trabajar de forma equilibrada y simétrica para lograr una correcta función.

Es la fisioterapia quien tiene como objetivo restaurar la función y la movilidad en ATM y columna cervical, lograr unos arcos de movilidad articular adecuados y completos en la ATM de (apertura-cierre, lateralidades, protrusión-retrusión), buscando la posición fisiológica de la ATM, mejorando la relación cóndilo-discal, simetría en el movimiento, normalización tono muscular, mejorar la alineación corporal y reeducar al paciente en una correcta higiene postural, entre otros.

### SÍNTOMAS QUE APARECEN EN LA DISFUNCIÓN DE ATM:

Síntomas en Cabeza:

- Cefaleas constantes más intensos por las mañanas.
- Dolor retro-ocular.
- El dolor se aumenta con la función mandibular.
- El dolor irradiado a la región craneal, cervical, hombros.
- Dolor a punta de dedo en ángulo de la mandíbula y músculos de la masticación.
- Limitación en los movimientos de apertura-cierre, lateralidades y protrusión-retrusión.
- Crepitaciones articulares al abrir la boca o masticar.

Síntomas en oído:

- Sensación de taponamiento.
- Dolor de oído.
- Ruidos extraños en los oídos (acúfenos ...).
- Sensación vértiginosa.
- Sensación de mareo.

Síntomas en Cuello:

- Dolor o dificultad en la deglución.
- Dolor de garganta.
- Limitación en los movimientos del cuello.
- Sensación de tensión en cuello.
- Dolor en cuello, nuca, zona interescapular.
- Ardor, inflamación y congestión en la garganta.

## TRATAMIENTO DE FISIOTERAPIA Y DISFUNCIÓN TEMPOROMANDIBULAR.

Las distintas técnicas de tratamiento en la fisioterapia de la (DTM) van dirigidas a tratar el tejido óseo, tejidos blandos y el segmento superior de la columna cervical, siendo las técnicas más importantes la movilización de tejidos blandos y la movilización articular.

*Terapia física en todos sus campos:* Láser, EPI o EpTe, Electroestimulación nerviosa transcutánea (TENS), Microondas.

*Cinesiterapia:* Movilización articular. Manipulaciones. Movilizaciones tejidos blandos. Estiramientos. Ejercicios de Propiocepción, Coaptación-decoaptación.

*Terapia Miofuncional:* Conjunto de procedimientos, estrategias y técnicas, de evaluación, tratamiento preventivo y rehabilitador, cuyo principal objetivo es la creación de una función muscular orofacial normal, para ayudar al crecimiento y desarrollo de la oclusión normal. Los ejercicios mioterapéuticos pretenden lograr la adecuada coordinación de la musculatura orofacial.

### TÉCNICAS ESPECÍFICAS:

Facilitación Neuromuscular Propioceptiva (FNP), Reeducción Postural Global (RPG), Técnica de Jones, Punción seca, Relajación de Jacobson.

*Masoterapia:* Técnicas de masaje encaminadas al tratamiento de zonas hipotónicas, hipertónicas o contracturas.

*Recomendaciones Higiénicas:* Evitar las aperturas muy amplias de la boca, movimientos dolorosos, evitar hábitos no saludables como fumar, apretar los dientes, masticar chicle de forma excesiva, morderse las uñas, higiene dental y bucal adecuada, masticar por los dos lados de la boca, realizar ejercicios de relajación muscular, evitar posiciones incorrectas del cuello y cabeza.