

Eficacia de la MTC en el tratamiento de la articulación temporomandibular



En este artículo **Juan José Garre, profesor de la Escuela Superior de MTC**, nos habla sobre la eficacia de la Medicina Tradicional China en las patologías de mandíbula, con un enfoque complementario basado sobre todo en acupuntura, masaje Tui Na y fitoterapia

AUTOR: JUAN JOSÉ GARRE, FISIOTERAPEUTA, PROFESOR DE LA ESCUELA SUPERIOR DE MTC

La ATM (articulación temporomandibular) es la articulación que conecta la mandíbula con el cráneo. Es esencial para funciones como hablar, masticar y bostezar. Se encuentra a cada lado de la cabeza y permite movimientos como abrir y cerrar la boca, desplazamientos hacia adelante y atrás, y movimientos laterales.

Cuando la ATM sufre alteraciones, puede causar dolor en la mandíbula, oídos, cabeza y cuello, además de dificultades para masticar.

Las patologías que puede sufrir esta articulación se relacionan con determinados factores como el bruxismo, traumatismos, malos hábitos, y determinados tipos de oclusión pueden producir

algún desarreglo en el funcionamiento de la ATM, provocando disminución en la calidad de vida por no realizar con normalidad actos como comer o bostezar.

Estas alteraciones pueden provocar dolor en la mandíbula, en los oídos, en la cabeza, en el cuello y en los músculos que controlan el movimiento de la mandíbula. Además, suele generar problemas para masticar.

CAUSAS DE LA DISFUNCIÓN MANDIBULAR

- **Tensión Muscular Excesiva:** Hiperactividad de la musculatura adyacente y directa que afecta a la ATM.
- **Tensión Psicoemocional:** Ansiedad, estrés, preocupación continuada.
- **Oclusión Incorrecta:** Mala alineación

de la estructura mandibular, mordida cruzada, apertura y/o cierre asimétrico.

Además, existen factores que facilitan los problemas mandibulares:

- los factores predisponentes son alteraciones en el metabolismo, estructura, y psicológicos
- los factores iniciadores son traumatismos, cargas adversas repetitivas del sistema masticatorio y traumas directos, como cirugías
- los factores agravantes o crónicos, muchas veces son los mismos factores iniciadores o predisponentes

SÍNTOMAS EN LA DISFUNCIÓN DE LA MANDÍBULA

Vértigos, acúfenos, cefalea, neuralgias a nivel facial del nervio trigémino o del nervio facial.

Rectificación de la Lordosis cervical, es decir, la curvatura del cuello queda recta y muy tensa, retracción o dolor de la musculatura suboccipital, afectación y/o contractura de la musculatura de hombros y cuello (Trapecios, Escalenos, Esternocleidomastoideos, músculos de la deglución...), lo que va a aumentar el dolor de cuello, de hombros, de oído o de cabeza.

¿QUÉ ES EL BRUXISMO?

El término médico para describir el rechinar los dientes es bruxismo, una afección en la que aprietas o frotas los dientes. El bruxismo es común y puede ocurrir durante el día o la noche. Si tienes bruxismo diurno, aprietas o rechinas los dientes cuando estás despierto sin darte cuenta. Si tienes bruxismo nocturno, aprietas o rechinas los dientes mientras duermes. El bruxismo nocturno es un trastorno del movimiento relacionado con el sueño.

Las personas que aprietan o rechinan los dientes mientras duermen tienen más probabilidades de padecer otros trastornos del sueño, como roncar o realizar pausas en la respiración (apnea del sueño). Algunas personas no saben que tienen bruxismo nocturno hasta que tienen problemas en los dientes o la mandíbula.

En algunas personas, el bruxismo puede ser un problema y producirse con suficiente frecuencia como para derivar en dolor de mandíbula, dolores de cabeza, daños en los dientes y otros problemas. El sonido del rechinar puede interrumpir el sueño de la persona con la que se duerme.

ENTRE LOS SÍNTOMAS DEL BRUXISMO, SE ENCUENTRAN LOS SIGUIENTES:

- El rechinar de los dientes, que puede ser lo suficientemente fuerte para que la persona con la que duermes lo oiga.
- Dientes aplanados, quebrados, astillados o flojos.
- Desgaste del esmalte dental. Esto puede exponer las capas internas de los dientes.
- Dolor o sensibilidad dental.
- Cansancio o tensión de los músculos de la mandíbula, o una mandíbula



La acupuntura es la modalidad con más respaldo científico para el dolor y la mejora en la afectación de la articulación temporomandibular y en el bruxismo

bloqueada que no se abre ni se cierra completamente. Tu mandíbula puede hacer un sonido de chasquido o crepitación

- Dolor o molestias en la mandíbula, en el cuello o en la cara.
- Músculos de la mandíbula más desarrollados de lo normal.
- Dolor similar al de oídos, aunque en realidad no es un problema de oído.
- Dolor de cabeza sordo que comienza en las sienes, es decir, a los lados de la cabeza, entre la frente y las orejas.
- Problemas de sueño.

El bruxismo, puede deberse a emociones como ansiedad, estrés, ira, frustración o tensión. Los siguientes factores pueden facilitar la aparición del Bruxismo:

- **Estrés:** El estrés o la ansiedad pueden llevar a rechinar y apretar los dientes. También la ira y la frustración.
- **Edad:** El bruxismo es común en niños pequeños, pero en general desaparece en la edad adulta

– **Tipo de personalidad:** Tener una personalidad agresiva, competitiva o hiperactiva puede incrementar el riesgo de desarrollar bruxismo.

– **Hábitos orales durante el día:** Morderse los labios, la lengua o las mejillas, o masticar chicle por largos períodos puede aumentar el riesgo de bruxismo diurno.

– **Medicamentos y otras sustancias:** Fumar tabaco o consumir cafeína o alcohol puede aumentar el riesgo de bruxismo. Lo mismo ocurre con el uso de drogas recreativas o medicamentos no aprobados por un profesional de atención médica. No es común, pero el bruxismo puede ser un efecto secundario de medicamentos para la salud mental, como algunos antidepresivos y medicamentos para tratar las convulsiones y el trastorno por déficit de atención e hiperactividad.

– **Familiares con bruxismo:** El bruxismo nocturno suele darse en familias. Si tienes bruxismo, es posible que otros miembros de tu familia también lo



Un metaanálisis sobre pacientes con disfunción de la mandíbula de origen muscular, halló una reducción estadísticamente significativa del dolor con la acupuntura

tengan o tengan antecedentes de padecerlo.

- **Otras afecciones:** El bruxismo puede estar relacionado con ciertas enfermedades de salud mental y otras patologías. Entre ellas, la enfermedad de Parkinson, la demencia, el trastorno por reflujo gastroesofágico, la epilepsia, los terrores nocturnos, los trastornos relacionados con el sueño, como la apnea del sueño, y el trastorno por déficit de atención e hiperactividad.

El bruxismo grave puede derivar en los siguientes síntomas:

- Daños en los dientes o mandíbulas y en empastes, coronas u otras reparaciones dentales.
- Cefaleas tensionales.
- Dolor facial o mandibular intenso.
- Afecciones de las articulaciones temporomandibulares. Como hemos comentado al principio del artículo.

EFICACIA DE LA MEDICINA TRADICIONAL CHINA

Para las patologías de mandíbula – como la disfunción temporomandibular (DTM), el bruxismo y las tensiones musculares asociadas– la Medicina Tradicional China (MTC) ofrece un enfoque complementario basado sobre todo en acupuntura, masaje Tui Na y fitoterapia.

- **Acupuntura:** consiste en la inserción de agujas muy finas e indoloras en puntos clave de los meridianos o canales de Estómago (por ejemplo, E6 Jiache) e Hígado (H3 Taichong) libera endorfinas y modula las vías nerviosas que transmiten el dolor, alivia los espasmos musculares de maseteros, pterigoideos, digástricos de la mandíbula... y mejora el flujo sanguíneo local. Su eficacia clínica está demostrada, por ejemplo: un metaanálisis de la Universidad Nacional de Colombia sobre pacientes con disfunción de la mandíbula de origen muscular halló una reducción estadísticamente significativa del dolor y una mejora consistente de la

Las personas que aprietan o rechinan los dientes (bruxismo) mientras duermen tienen más probabilidades de padecer otros trastornos del sueño

amplitud de apertura mandibular tras 6–8 sesiones de acupuntura.

- **Masaje Tui Na:** la técnica se basa en una combinación de manipulación de tejidos blandos y movilización articular de la mandíbula y cervicales. Destaca por sus beneficios y diferentes estudios observacionales muestran disminución de la tensión en músculos masticatorios y del cuello, así como mejora en la simetría y movilidad mandibular al corregir desequilibrios posturales globales.

- **Fitoterapia china, fórmulas empleadas:** «Xiao Yao San» para liberar estancamiento de Hígado, «Du Huo Ji Sheng Tang» para dolores crónicos de articulaciones y tendones. Combinan plantas antiespasmódicas, antiinflamatorias y circulatorias (ej. Ramulus Cinnamomi, Radix Angelicae Sinensis), mostrando en estudios preclínicos reducción de marcadores inflamatorios articulares y alivio de la rigidez.

- **La Medicina China aborda factores emocionales:** el estrés y la ansiedad, que favorecen el bruxismo, se tratan con un equilibrio de Qi Hígado/Bazo. En un enfoque global: al relacionar la salud mandibular con todo el organismo (meridianos Riñón–Huesos, Estómago–Encías), previene recidivas mejorando la función digestiva, postural y emocional.

CONCLUSIONES

La acupuntura es la modalidad con más respaldo científico para el dolor y la mejora en la afectación de la articulación temporomandibular y en el bruxismo, mostrando alivio significativo y persistente.

El masaje Tui Na y la fitoterapia potencian estos resultados al corregir posturas, reducir la inflamación y equilibrar el Qi global, ofreciendo un tratamiento complementario efectivo a la odontología convencional. Además de potenciar el efecto en la mejoría del síndrome de dolor temporomandibular cuando la combinamos de una forma adecuada y coherente con otras terapias alopáticas o complementarias.

→ Consultar bibliografía en www.miherbolario.com