



Disfunção Temporomandibular: o que significa e possíveis tratamentos

A **Disfunção Temporomandibular (DTM)** refere-se a um conjunto de **condições que afetam a articulação temporomandibular, os músculos que controlam a mandíbula e as estruturas associadas.** Essa disfunção pode resultar em dor na mandíbula, dificuldade ao abrir e fechar a boca, estalos ou ruídos na articulação, dores de cabeça, entre outros sintomas.

O tratamento da DTM deve ser personalizado, levando em consideração a gravidade dos sintomas, a causa subjacente e a resposta individual ao tratamento. **A consulta com um dentista especializado, é fundamental para o diagnóstico preciso e o desenvolvimento de um plano de tratamento adequado.**





Possíveis tratamentos para disfunção temporomandibular

Medidas conservadoras



Fisioterapia: exercícios específicos e técnicas de relaxamento podem ajudar a fortalecer os músculos da mandíbula e aliviar a tensão;



Calor ou frio: aplicação de calor ou frio na área afetada para reduzir a inflamação e aliviar a dor;



Medidas de autocuidado: incluem evitar alimentos duros, praticar uma boa postura e reduzir o estresse.

Tratamento

O tratamento pode ser medicamentoso, **através do uso de analgésicos, anti-inflamatórios relaxantes musculares**, podem ser prescritos para aliviar a dor e a inflamação.

Pode ser usado também placas de mordida, que contribuem para correção de desalinhamentos e redistribuir a pressão sobre a articulação temporomandibular.

Em casos graves e refratários a tratamentos conservadores, **a cirurgia pode ser considerada. No entanto, é geralmente uma opção de último recurso.**

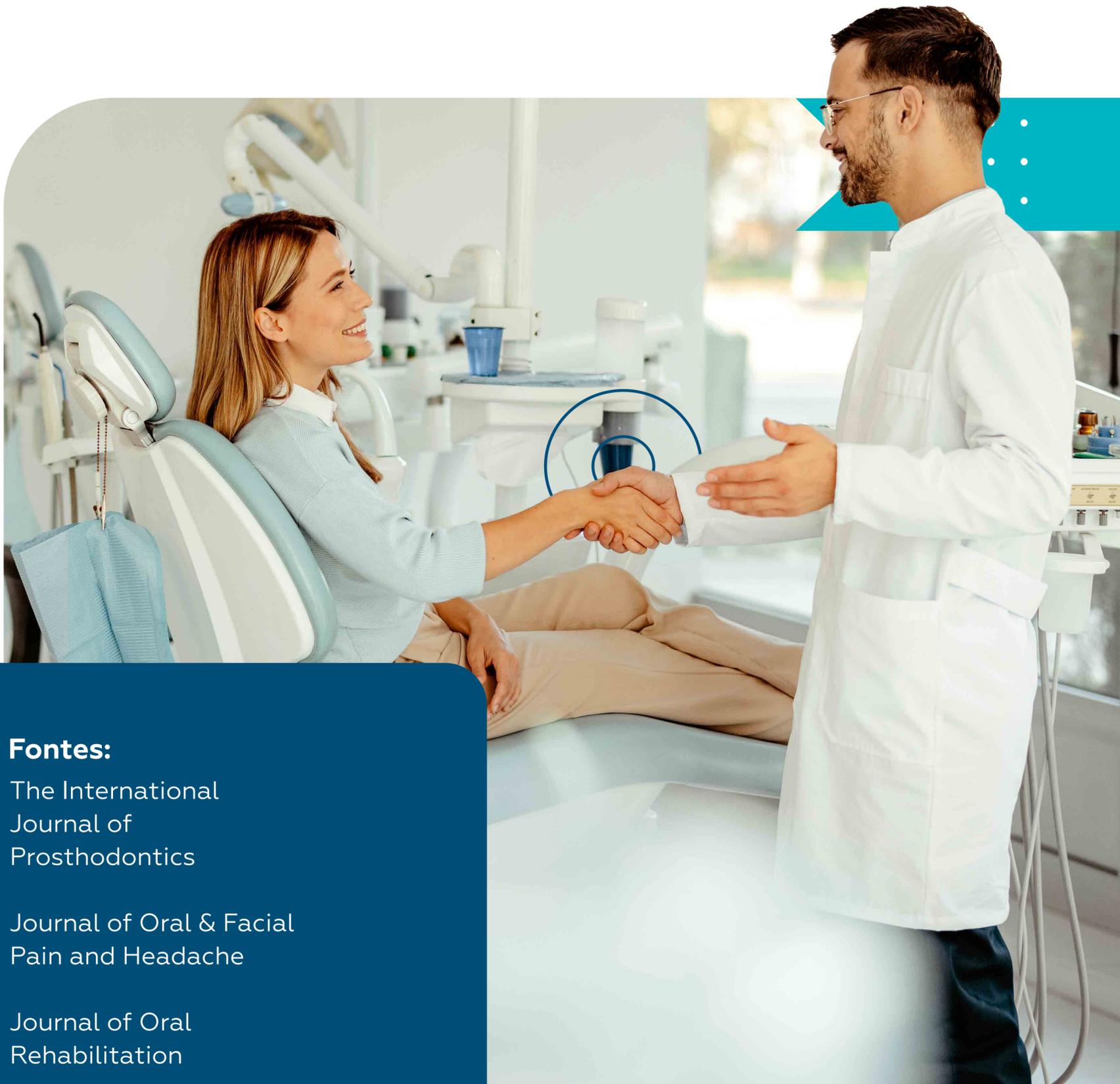


Abordagem Multidisciplinar

Uma abordagem integrada envolvendo **profissionais de diversas áreas, como dentistas, fisioterapeutas e psicólogos**, pode ser eficaz para tratar diferentes aspectos da DTM.

Lembre-se:

Visitas ao dentista de forma regular são o caminho para diagnóstico precoce, tratamento correto e toda condição de saúde bucal!



Fontes:

The International
Journal of
Prosthodontics

Journal of Oral & Facial
Pain and Headache

Journal of Oral
Rehabilitation