

Bruxismo: Miti e Verita'

I Miti

Secondo il mito il **bruxismo** è un killer misterioso, molto frequente, molto dannoso per denti, apparato masticatorio e per la salute in generale. Spesso è la causa di insuccesso in implantologia. Le cause del **bruxismo** non sono note ma *Stress e Tensione emotiva* fanno parte del mito. La terapia mitica ed universale del **bruxismo** è il *Bite*, oppure *placchette notturne, splint, bite plane, bite gard*. Molti autori hanno descritto e dato il nome al proprio *bite*.

Le Verita'

- **Bruxismo** è il serramento e lo strofinamento violento e rumoroso dei denti dell'arcata inferiore contro quelli dell'arcata superiore, della durata di alcuni secondi.
- **Bruxismo** è il digrignamento dei denti che si verifica prevalentemente durante il sonno, sempre e soltanto, in tutti coloro che dormono a pancia sotto o di lato bocconi.
- **Bruxismo** è una parafunzione, un movimento non finalizzato ad uno scopo.
- **Bruxismo** è un'attività anomala che ha una spiegazione scientifica semplice perché origina, da un atto fisiologico ed altamente funzionale, la *Deglutizione Spontanea*.

Abitualmente, in condizioni di riposo, in assenza di patologia, la mandibola è centrata, bilanciata e sospesa sotto il cranio con i muscoli rilassati in equilibrio tonico, i condili sono in posizione simmetrica nelle rispettive cavità articolari, i denti non sono a contatto, godono di benefica inattività. Ogni 4 minuti circa, durante la veglia, ma anche durante il sonno, per tutta la vita, si attiva, automaticamente, la *Deglutizione Spontanea* un atto riflesso, innato, inconscio, incondizionato. Questo prezioso e salutare dono della natura si può realizzare soltanto se la mandibola è libera di muoversi e portare i denti a contatto giusto, in armonia anatomica e funzionale con le altre componenti dell'apparato masticatorio.

Tutti coloro che si coricano facendo gravare il peso di parte del corpo sul lato destro o sinistro della mandibola, la sbilanciano dal lato opposto; spingono i denti contro gli antagonisti in occlusione laterale forzata. In questa posizione ogni volta che si deve ingoiare inconsciamente (**Deglutizione Spontanea**) i muscoli masticatori debbono compiere uno sforzo per ricentrare la mandibola e portare i denti dalla malaocclusione laterale alla giusta occlusione in massima intercuspidazione.

A causa del carico, del peso che grava sulla mandibola questo movimento si può realizzare soltanto strofinando i denti tra loro, praticamente attivando il misterioso **Bruxismo**.

Durante tutta la notte la componente Neuromuscolare, invece di essere a riposo, è in attività per contenere ed opporsi alla forza laterodeviante del peso che grava sulla mandibola.

Lo stress del trauma, l'accumulo di cataboliti nei muscoli a causa dell'iperattività, possono scatenare inconsciamente nel sonno vere tempeste di attività masticatorie anomale, con violento serramento e sfregamento dei denti tra loro.

Questo è il vero motivo per cui il **Bruxismo** si attiva soprattutto durante il sonno. I denti spinti lateralmente per ore, mesi, anni si spostano si genera una mala occlusione che può causare **Bruxismo** anche di giorno nel tentativo di riposizionare i denti. Lo sfregamento dei denti causa faccette di usura ma anche mobilità e lesioni parodontali (**piorrea**).

La compressione duratura per tutta la notte sui denti, sulla faccia e sull'Articolazione controlaterale ostacola la circolazione del sangue in tutte le componenti in particolare nell'apparato di sostegno dei denti. L'ischemia e la distrofia, che ne derivano, causano sofferenze di tutte le Componenti del Sistema. Le articolazioni sotto pressione per tutta la notte subiscono danni strutturali e funzionali, si deformano si smodellano.

Si spiega così perchè al **Bruxismo** si associano spesso limitazioni, dolori, scrosci, click, e disfunzione dell'*Articolazione della mandibola, foruncoli persistenti del viso, cefalea, emicrania, ronzi, acufeni, algie cervicali e lombari da problemi posturali, gengiviti, parodontiti, piorrea.*

I problemi psichici, lo stress non sono le cause ma fattori favorenti. La terapia con **BITE** è un palliativo spesso inefficace perchè non elimina la causa e ostacola il riposizionamento dei denti. Meglio correggere il decubito e lasciare agire la *Deglutizione Spontanea*, una ginnastica che migliora la circolazione, riposiziona, armonizza, rinsalda e stabilizza i denti nelle ossa mascellari, rimodella le articolazioni e e riposiziona la mandibola. **LA DEGLUTIZIONE SPONTANEA, IL BIOMECCANISMO SALUTARE ED ARMONIZZANTE, GRADUALMENTE, IN ALCUNI MESI, FA MIRACOLI.**

<http://www.galiffa.it>