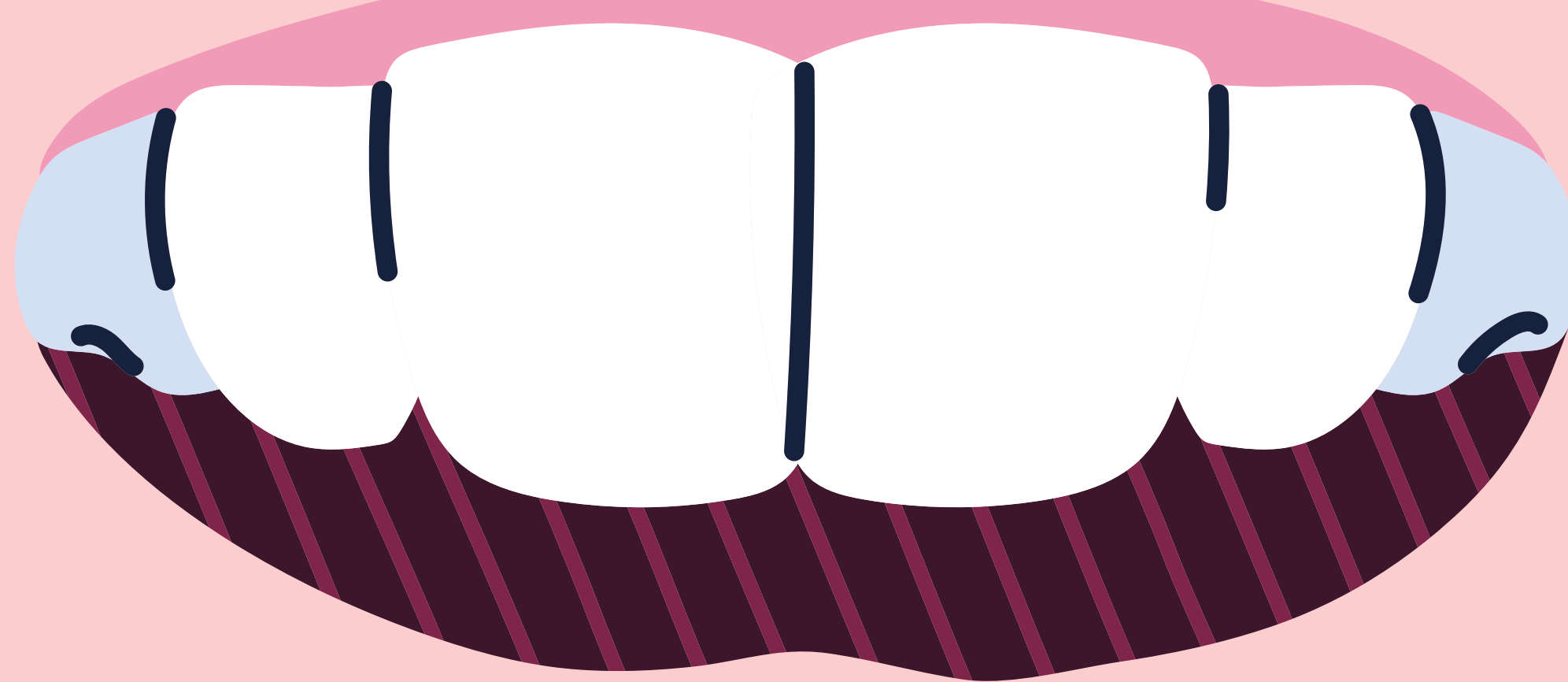


UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO
DIRECCIÓN GENERAL DE PERSONAL
DIRECCIÓN DE LOS CENDI Y JARDÍN DE NIÑOS



¿Es normal que mi hijo apriete los dientes mientras duerme?

ESTIMADAS MADRES USUARIAS

La Dirección General de Personal y La Dirección de Los CENDI y Jardín de Niños, desea que su familia se encuentre bien.

A través de la Coordinación Médica las invitamos a leer el cartel acerca de bruxismo, acción que consiste en apretar/rechinar los dientes, siendo común en niños de 3 a 5 años de edad, pudiendo llegar a desgastar los dientes de leche. Habitualmente conforme el niño crece, disminuye la incidencia, al grado de desaparecer, motivo por el cual las estrategias de tratamiento se enfocan en vigilancia y observación del niño durante el periodo de cambio de los primeros dientes a los permanentes.

En este cartel se exponen contenidos de importancia para saber en qué consiste el bruxismo, cómo se clasifica, qué factores o enfermedades pueden hacer más propensos a los niños, y cómo prevenirlo.



¿ES NORMAL QUE MI HIJO APRIETE LOS DIENTES MIENTRAS DUERME?



¿Bruxismo?

Parafunción donde la **mandíbula** realiza **movimientos no funcionales** durante el día y/o la noche de forma voluntaria o involuntaria.



En estos movimientos están involucrados los **dientes**, que se ponen en contacto con sus antagonistas produciendo un **apretamiento** o **rechinar** característico.



Clasificación del Bruxismo

Etiología

Bruxismo **Primario** o idiopático

SIN asociación a causas médicas u otros problemas



Bruxismo **Secundario** o iatrogénico

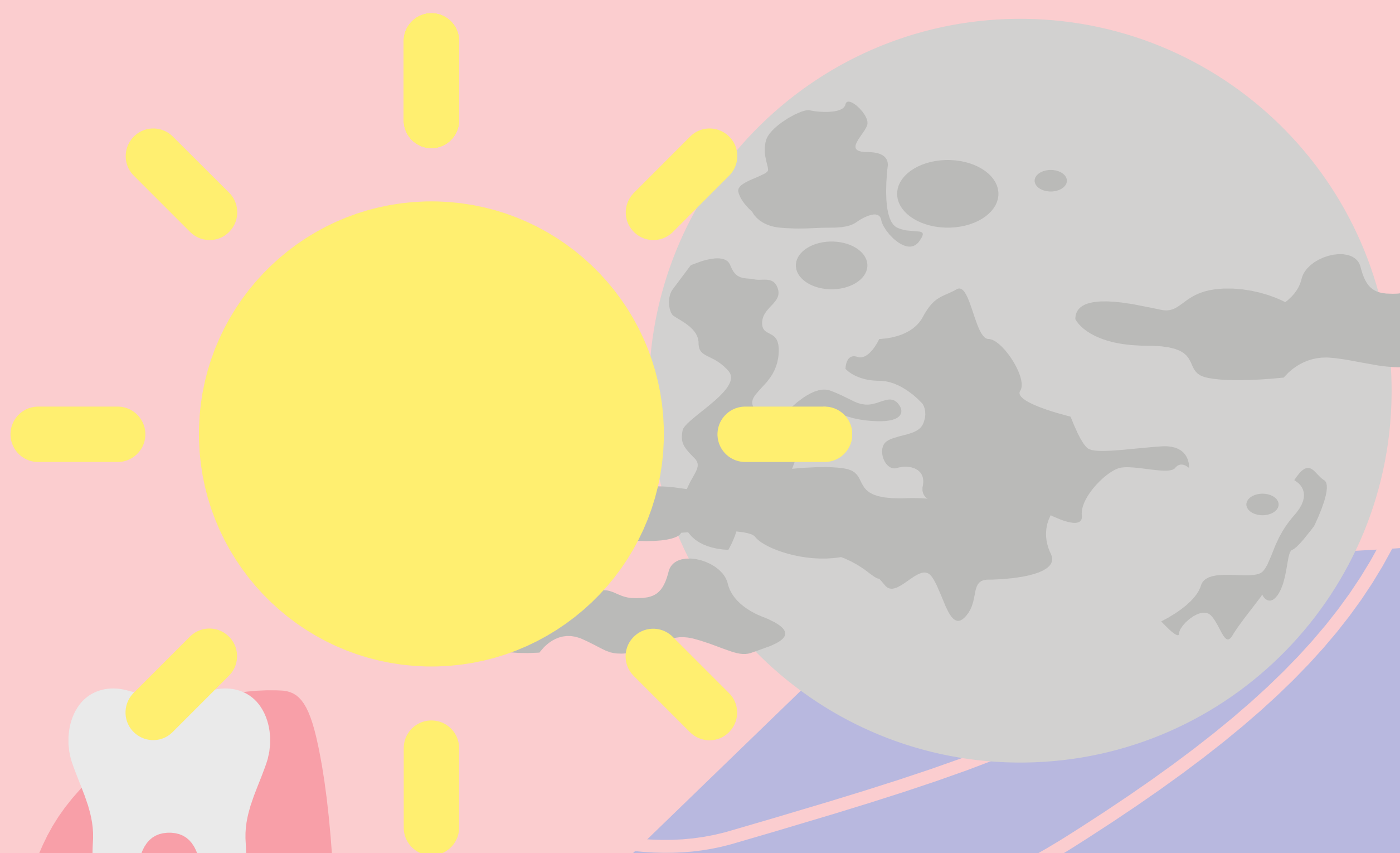
CON asociación a problemas neurológicos, psiquiátricos, desordenes del sueño, administración de medicamentos.



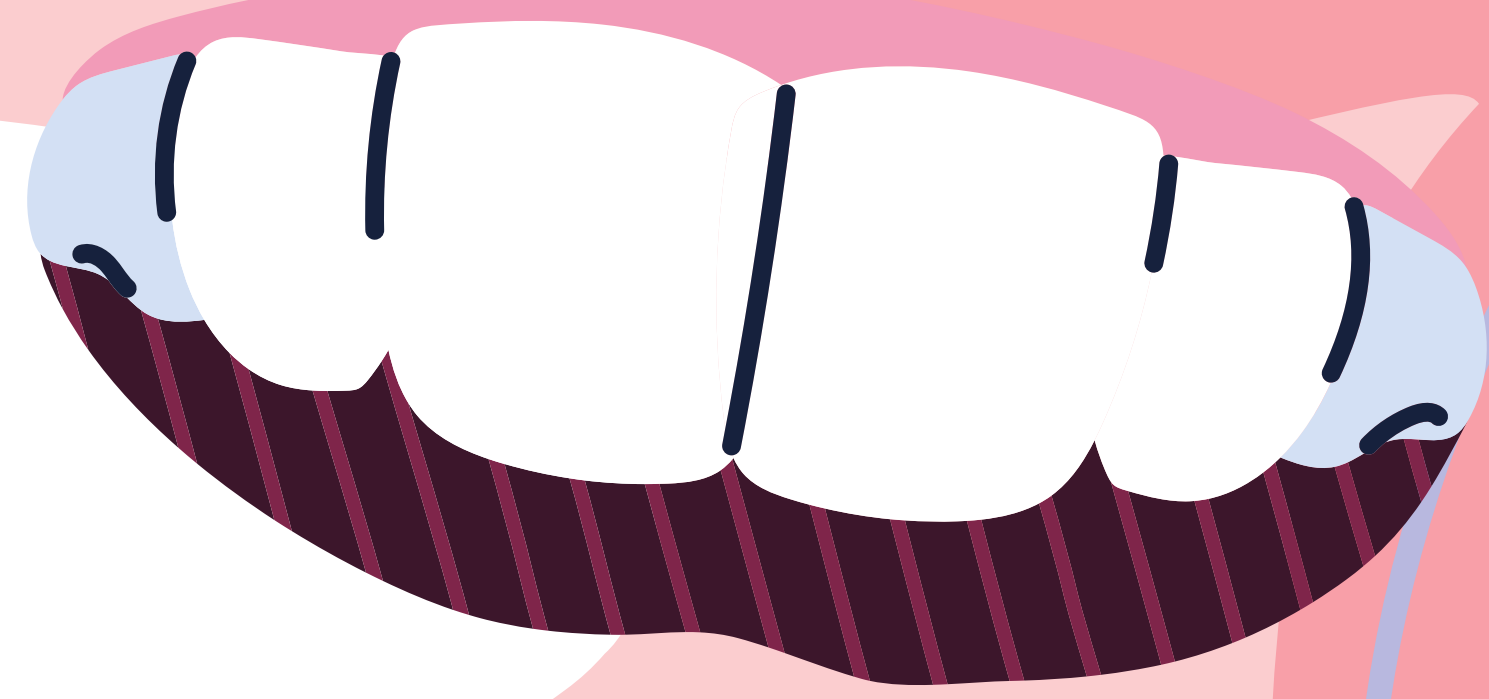
Temporalidad

Bruxismo **diurno**

Bruxismo **nocturno**






¿ES NORMAL QUE MI HIJO APRIETE LOS DIENTES MIENTRAS DUERME?



¿Qué tan común es el bruxismo?


El **bruxismo** en niños con **dientes de leche** se considera **funcional** o **fisiológico**.

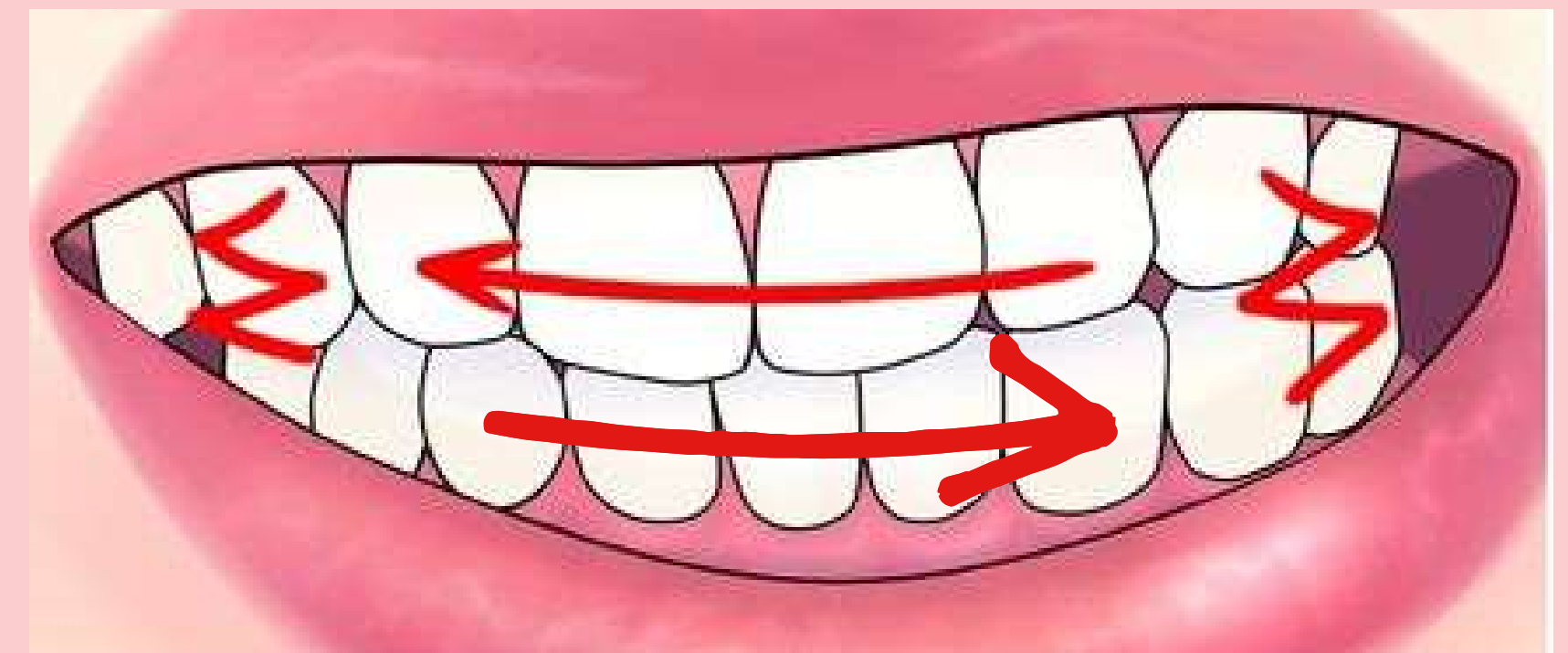
-  Ayuda a la correcta expansión del maxilar
-  Creación de diastemas (espacio entre dientes)
-  Ayuda a acortar las raíces de los dientes de leche.




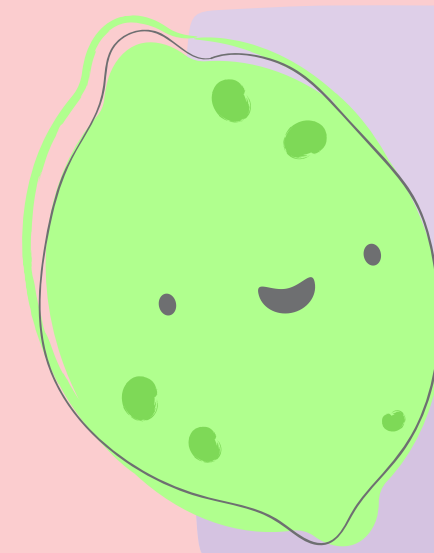
El **bruxismo infantil** no progresa necesariamente a bruxismo en el adulto.

¿Cuáles son las características clínicas del bruxismo?

 **Sonido peculiar audible** (apretamiento, rechinar, chasquidos) o **balanceado de los dientes** en **diferentes momentos de la deglución y trituración** de los alimentos.



 **Desgaste** de la superficie de los **dientes primarios** (dientes de leche).



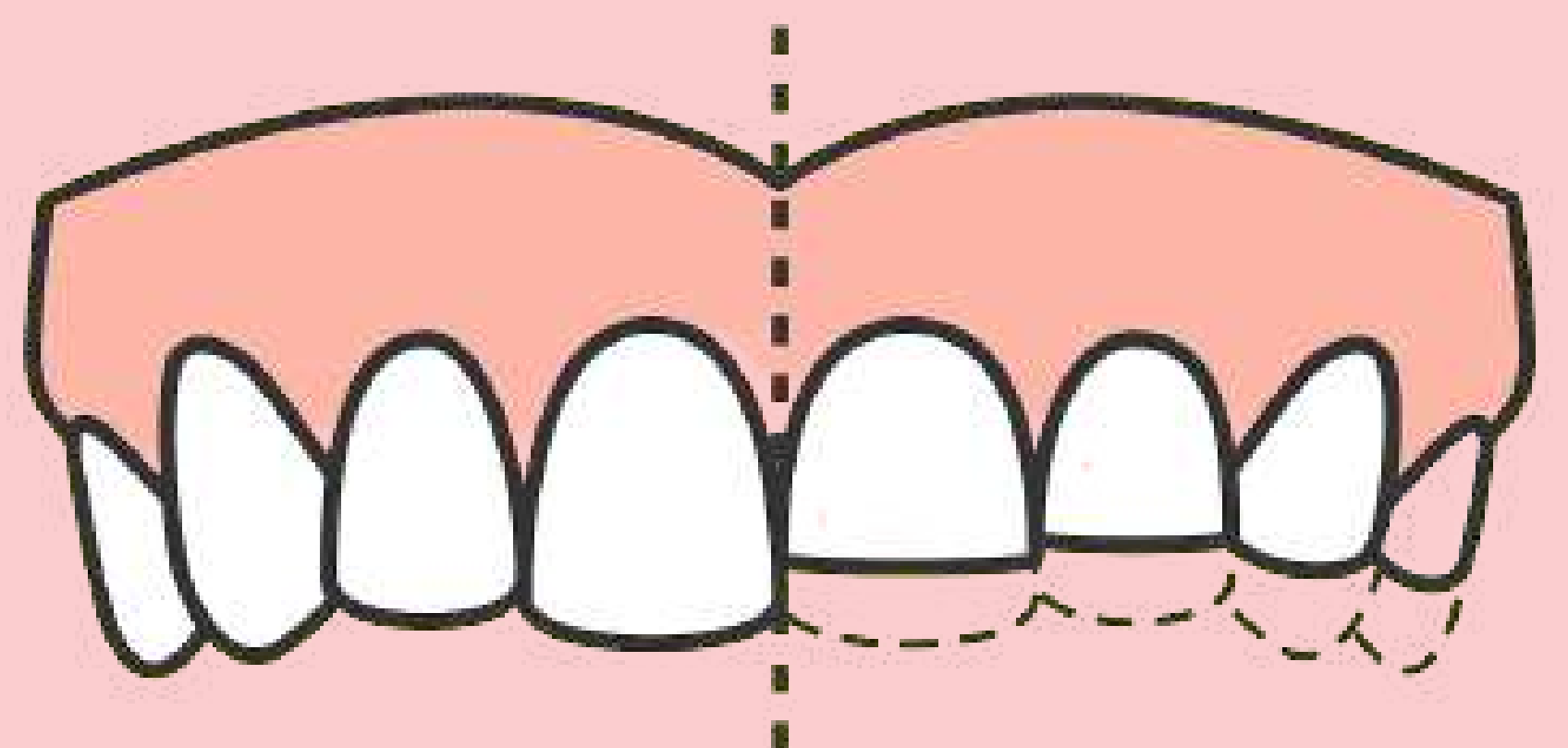
El desgaste puede ser atribuido a otras causas diferentes al bruxismo; alta ingesta de **alimentos y bebidas ácidas**.

 **Otros**
Cefalea

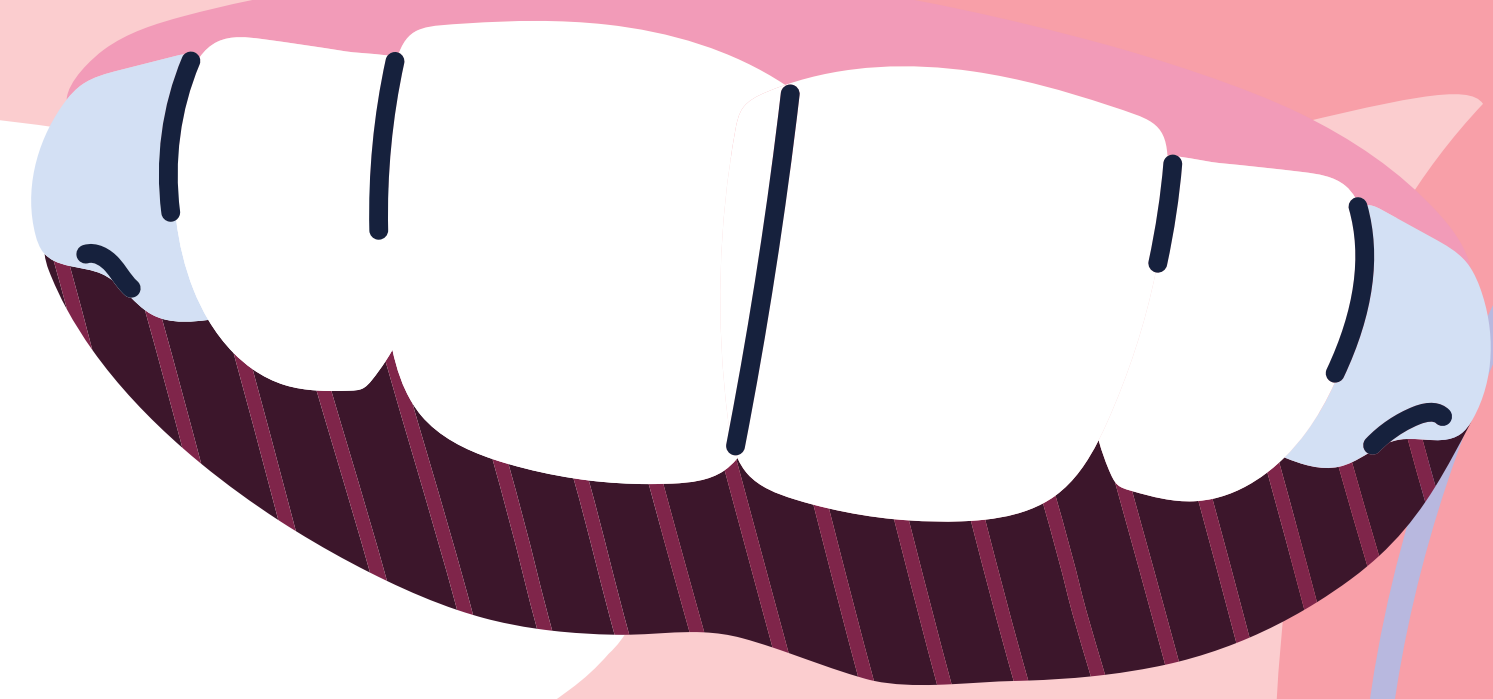
 Dolor muscular mandibular

 Molestias durante la masticación

 Sensación limitada para la apertura de la boca



¿ES NORMAL QUE MI HIJO APRIETE
LOS DIENTES MIENTRAS DUERME?



¿Cuáles son los factores asociados a bruxismo?



Factores Odontológicos: malaoclusión esquelética.



Factores Psicológicos: tensión emocional, ansiedad, estrés.



Factores relacionados con el Sueño:

- **Parasomnia:** trastorno de la conducta durante el sueño asociado con episodios breves o parciales de despertar.
- **SAHOS** (Síndrome de apnea e hipoapnea de sueño) Ronquidos, respiración bucal, somnolencia diurna, comportamiento agresivo, cefaleas matutinas, falta de concentración.



Factores Genéticos: suele ser mas común en niños cuyos padres hayan tenido estos episodios durante la niñez



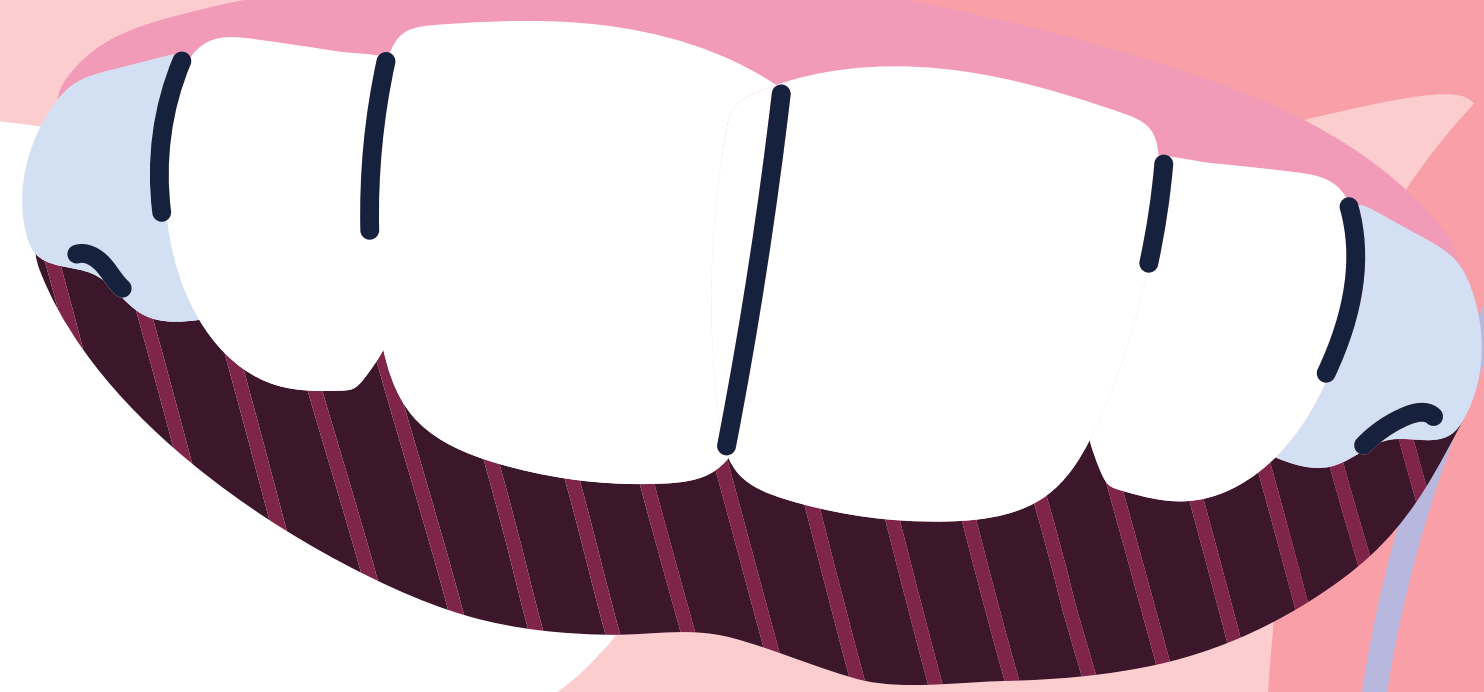
Factores Físicos: Cefalea intensa, otalgia.



Otros Factores: parálisis cerebral, rinitis, asma, parasitosis intestinal (*Enterobius vermicularis*).



¿ES NORMAL QUE MI HIJO APRIETE
LOS DIENTES MIENTRAS DUERME?



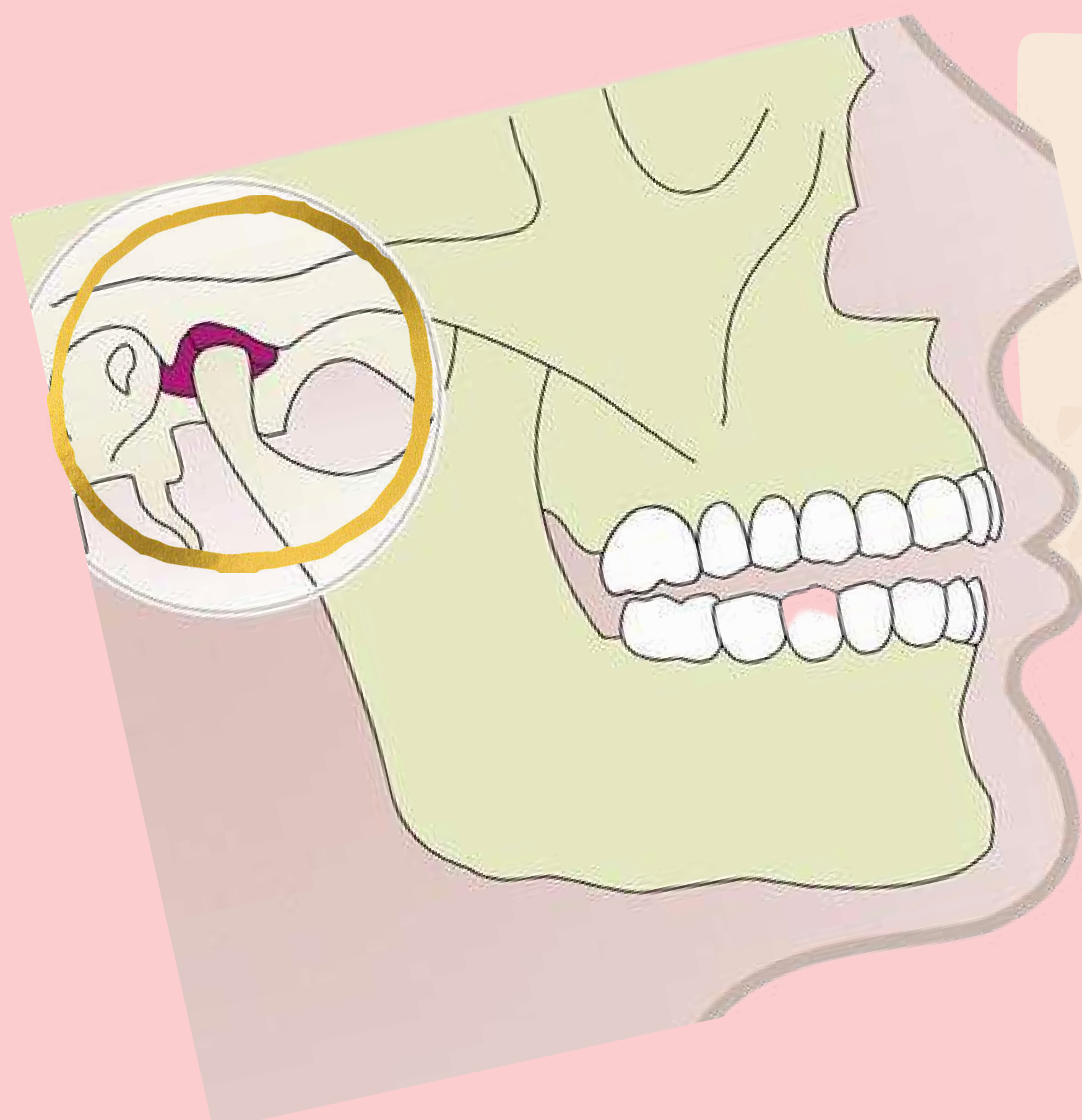
¿Cómo se trata el bruxismo?

Se considera que debe existir un **desgaste normal** de las **piezas temporales** entre los **3 a 5 años**, con la finalidad de permitir el crecimiento y desarrollo de los maxilares, posteriormente en niños de **9 a 10 años** la prevalencia **disminuye**.

Habitualmente el bruxismo **desaparece** en el momento en que **salen los dientes permanentes**.



Conducta observacional, no intervencionista, junto con información a los padres.

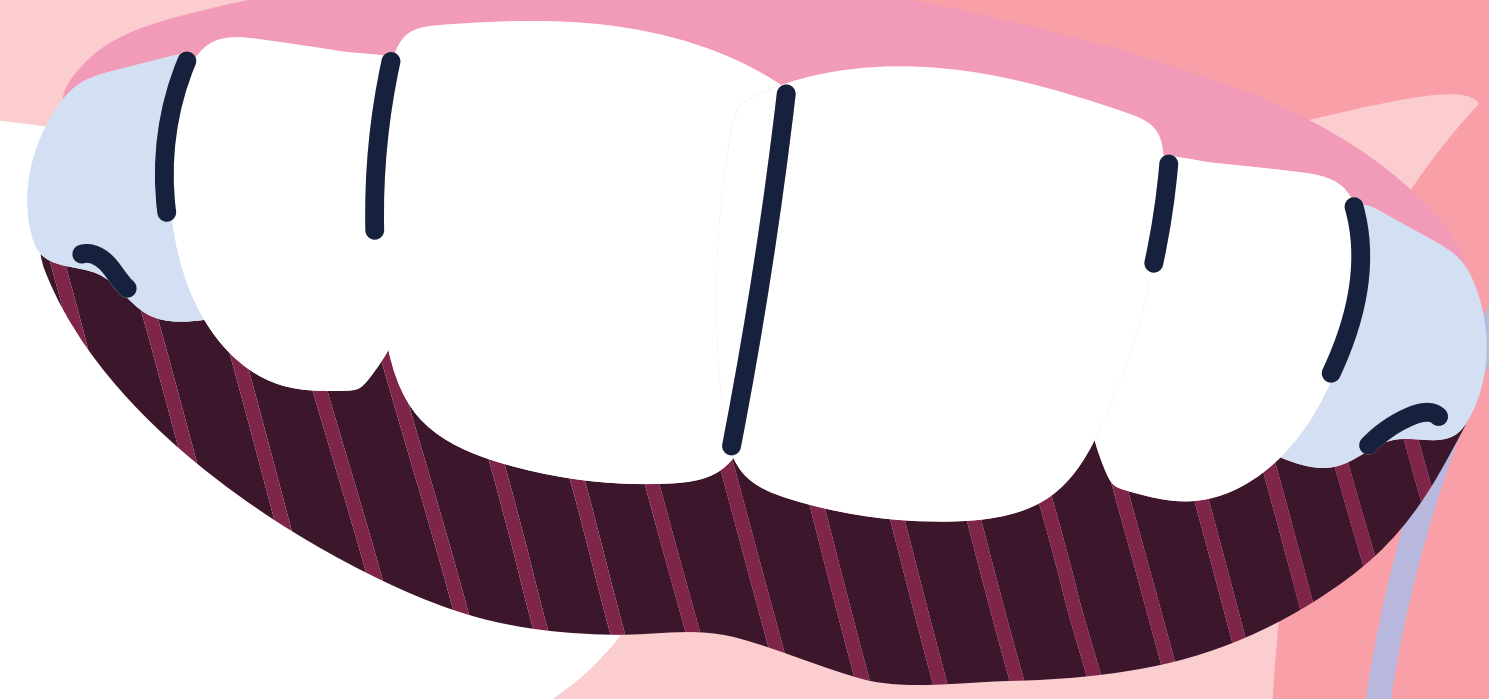


Otras opciones:

Retenedores: férulas de goma blanda o acrílicas que se ajustan a los dientes del maxilar superior, protegiendo el sistema masticatorio (músculos) y disminuyen la tensión en la **articulación temporomandibular**.



¿ES NORMAL QUE MI HIJO APRIETE
LOS DIENTES MIENTRAS DUERME?



¿Cómo prevengo que mi hijo apriete sus dientes?



Revisiones periódicas con el **odontopediatra** desde la salida de los **primeros dientes**.



Revisiones periódicas con el **ortodoncista** a partir de los **6 años**, cuando comienzan a aparecer los **dientes definitivos**.



IMPORTANTE

En caso de dudas le sugerimos acudir con su médico o al ISSSTE para una adecuada atención médica.



Disminuir los factores asociados a Bruxismo, con la realización de actividades como: deportes, acudir a actividades recreativas, uso de baños relajantes, técnicas de relajación para niños.



PORQUE LA UNAM NO SE DETIENE

Bibliografía:

- Firmani, M., Reyes, M., Becerra, N., Flores, G., Weitzman, M., & Espinosa, P. (2015). Bruxismo de sueño en niños y adolescentes. Revista Chilena De Pediatría, 86(5), 373-379. doi: 10.1016/j.rchipe.2015.05.001
- Fleta Zaragoza, J. (2017). Bruxismo en la infancia, causas y orientación terapéutica, 7, 486.e1 - 436.e3. Revisado el 07-Abril-2021. Disponible en: (INTERNET) <https://www.pediatriaintegral.es/publicacion-2017-10/bruxismo-en-la-infancia-causas-y-orientacion-terapeutica/>
- Díaz, S. (2021). Bruxismo infantil: por qué mi hijo aprieta y rechina los dientes mientras duerme, y qué consecuencias tiene. Revisado el 07-Abril-2021, Disponible en: (INTERNET) <https://www.bebesymas.com/salud-infantil/bruxismo-infantil-que-mi-hijo-aprieta-rechina-dientes-duerme-que-consecuencias-tiene>