

Dor de cabeça, tensão, ranger nos dentes? Pode ser disfunção da ATM

Há quem passe anos sem obter resposta para enxaquecas, dores de ouvido, tensão corporal e ranger nos dentes. Cada vez mais recorrente, a disfunção da articulação têmporo mandibular pode explicar todos esses problemas

Nana Queiroz



(Hemera Technologies)

“Os sintomas se confundem com dores de ouvido e enxaquecas. Para completar, gente estressada normalmente tem também problemas posturais, que causam dores nas costas. A disfunção não causa nada disso, o que ocorre é a confusão do diagnóstico”

Giuliano Cossolin, responsável pelo Ambulatório de cirurgia oral e maxilofacial da Unifesp

Ela era ainda uma menina quando passou a apertar os dentes um contra o outro em um provável sinal de ansiedade. Aos 20, começaram as dores na nuca e enxaquecas que iam e vinham sem explicação. Foi ao dentista, recebeu um aparelho móvel, na crença que as dores parariam se o problema na arcada dentária fosse resolvido. Usou o corretivo por 15 anos, mas bastava passar um dia sem ele para as dores voltarem de forma intensa. Visitou, então, um otorrinolaringologista. Quem sabe o incômodo facial não viesse de problemas de respiração? Passou por uma operação para corrigir um desvio no septo. Nada. Só depois de nove anos de martírio, a empresária Ana Carolina Ayres, que era professora na época (1992), recebeu um conselho de ouro de um aluno. Por que não visitar um especialista em *disfunção da articulação têmporo mandibular*?

O nome complicado se refere a uma doença não menos complexa, mas que é presença cada vez mais constante nos consultórios de diversas especialidades. Não há estatísticas sobre ela no Brasil, mas estudos indicam que possa atingir entre 21,5% e 51,8% da população, especialmente mulheres. “Eu diria que a disfunção do ATM é um dos distúrbios modernos”, diz o dentista Giuliano Cossolin, responsável pelo Ambulatório de cirurgia oral e maxilofacial da Unifesp e especialista em cirurgia bucomaxilofacial. “Ele é, em muitos casos, fruto do estresse da vida nas cidades”.

Arquivo Pessoal



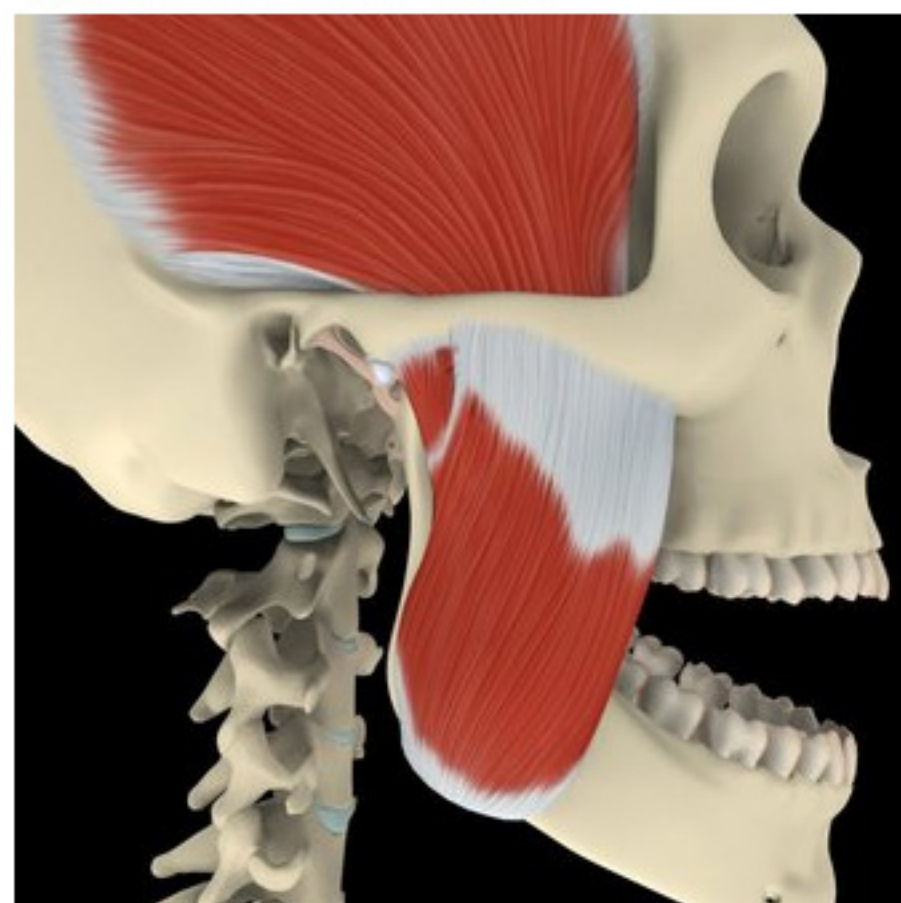
A empresária Ana Carolina Ayres, 47 anos, que levou nove anos para diagnosticar a doença.

enxaquecas. Para completar, gente estressada normalmente tem também problemas posturais, que causam dores nas costas. “Não que a disfunção ocasione nada disso, o que ocorre é a confusão do diagnóstico”, esclarece Cossolin.

Como a musculatura ligada à essa articulação toma quase todo o rosto - da ponta do queixo, passando perto das têmporas e tocando o alto da cabeça - a impressão que o paciente tem é a de que a dor se propaga por todas essas áreas. Começa então uma romaria parecida com a de Ana Carolina: do otorrinolaringologista ao neurologista, do dentista ao reumatologista. E em boa parte dos casos existe a chance do médico não saber diagnosticar o problema.

Quase recém-nascida – A confusão acontece, em grande parte, por se tratar de uma especialidade nova. Não faz oito anos que ela foi oficializada no Brasil, como parte da odontologia. “Às vezes o médico até suspeita qual é o problema, mas não sabe dizer quem poderá tratar dele. Além disso, ainda não existem muitos especialistas nessa área”, conta Cossolin.

Projeto Homem Virtual - FMUSP



Articulação temporomandibular (ATM)

placa e da própria memória e vive uma vida *quase* livre de dores. “Mas isso está muito ligado aos meus momentos”, relata. “Quando passo por problemas profissionais ou recorrentes nervosos no trânsito, volto a apertar os dentes. Sem contar as vésperas da menstruação que, às vezes, intensificam as dores”.

Como Ana Carolina, de 70% a 80% das vítimas são mulheres. Isso leva os pesquisadores a acreditar que exista a influência de fatores hormonais. “O estrogênio deve ser o responsável. Não que as mulheres tenham mais estresse, mas maior sensibilidade à dor. Por isso quando estão de TPM sentem que tudo dói”, explica Cossolin.

Vida simples – Para evitar a doença, ou diagnosticá-la antes de complicações, o único remédio é consultar bons profissionais.

Cossolin acrescenta uma pequena lição que aprendeu há alguns anos, quando estudou as arcadas dentárias dos índios do Xingu: dar uma apaziguada na rotina. Na época, ele não ficou nada surpreso ao constatar que a população era praticamente livre do problema. “Até que ponto o distanciamento do ritmo de vida mais natural não tem nos trazido o estresse causador dessa doença?”

A disfunção acontece quando, para aliviar uma dor, desconforto ou preocupação, uma pessoa pressiona os dentes, forçando os músculos da face e a articulação que liga o maxilar ao crânio (ou, a articulação temporomandibular). “O cingir dos dentes é um descarrego físico e psicológico. Até mesmo quando vamos pegar um peso, já reparou como parece que temos mais força se apertamos a mordida?”, explica Cossolin, que deixa claro não se tratar de bruxismo. “Bruxismo é apenas o ato de ranger os dentes, sem outras implicações.”

Dores associadas - A doença ainda implica uma série de dores “associadas” que tornam seu diagnóstico quase uma missão para o doutor House, o supermédico da tevê. Os sintomas se confundem com dores de ouvido e

O risco desse atraso no diagnóstico é que uma dor aguda – que pode ser curada apenas dando umas férias ao músculo – pode se transformar em uma dor crônica, mais difícil de se tratar. “Sem contar que, se o problema sair do músculo e for para a articulação, isso já pode envolver cirurgias difíceis”, diz Cossolin.

Nos casos mais simples, os médicos costumam sugerir um tratamento cognitivo. Pequenos sinais colados no local de trabalho ou em casa, para lembrar o paciente de não cingir os dentes. Pacientes que não largam o hábito nem durante o sono, usam uma placa de acrílico, que diminui a intensidade da mordida.

Ana Carolina dispensou os adesivos e fitinhas do Senhor do Bonfim. Conseguiu se disciplinar apenas com a ajuda da