

DISFUNÇÃO TEMPOROMANDIBULAR: Prevenção e tratamento.**Tatiana Bernardon Silva**Universidade Federal de Santa Maria
tabernardon@hotmail.com**Mariana Marquezan**Universidade Federal de Santa Maria
marianamarquezan@gmail.com**Gisele Jung Franciscatto**Universidade Federal de Santa Maria
giselejfranciscatto@hotmail.com**Cláudio Figueiró**Universidade Federal de Santa Maria
claudiofigueiro@yahoo.com.br**Lucas Machado Maracci**Universidade Federal de Santa Maria
lucasmachadomaracci@hotmail.com**Gabriela Stasiak**Universidade Federal de Santa Maria
gabi_stasiak@hotmail.com**Resumo**

Este programa tem buscado esclarecer a população de Santa Maria e região sobre o que é DTM e bruxismo, como prevenir e tratar, considerando desde mudanças de hábitos e autocuidado até ajuda especializada, oferecida na UFSM por esse programa. Na esfera dessas ações, projetos de pesquisa estão sendo executados com intuito de avaliar a eficácia das terapias utilizadas, bem como das ações de educação para prevenção. Ações de educação para prevenção da DTM e bruxismo são realizadas abordando atividades de estudo, confecção de material didático (folders e banners para apresentação em oficinas de aprendizagem e palestras) para alunos de graduação. Estas ações, na categoria extramuros, vêm sendo realizadas em parceria com o Núcleo de Educação Permanente da Saúde (NEPS), da Secretaria de Saúde de Santa Maria, através do envio de material educativo para as Unidades de Saúde do município, treinamento dos dentistas que lá trabalham, e participação em eventos de saúde e em escolas da rede pública. São realizados atendimentos aos pacientes que procuram pelo serviço odontológico da Faculdade de Odontologia da UFSM. Os tratamentos realizados abordam a laserterapia, confecção de placas mio-relaxantes e orientações quanto a exercícios de fisioterapia adequados para cada caso. O tratamento de eleição individualizado baseia-se no diagnóstico prévio dado pelo preenchimento completo do *Research Diagnostic Criterio* (RDC). O serviço funciona em dois turnos semanais nas dependências do Curso de Odontologia. Os pacientes são reavaliados periodicamente a fim de verificar a remissão ou recidiva dos sintomas. O público alvo é composto de cidadãos santamarienses e da região que utilizam o serviço de Odontologia do município e da UFSM. A equipe de trabalho é composta por professores, servidores técnico-administrativos em educação, alunos de graduação e pós-graduação. Espera-se que a difusão de conhecimento a respeito da

DTM e bruxismo tornem possível a redução da prevalência e severidade de DTMs na população de Santa Maria e região. Além disso, como resultados dos tratamentos realizados, espera-se o alívio da dor, o restabelecimento das funções do sistema estomatognático e a melhora na qualidade de vida. Outrossim, os dados gerados pelas ações têm servido de base para produção de conhecimento científico.

Palavras-chave: Transtornos da Articulação Temporomandibular. Síndrome da Disfunção da Articulação Temporomandibular. Promoção de Saúde. Terapêutica. Bruxismo.

TEMPOROMANDIBULAR DYSFUNCTION: Prevention and treatment.

Abstract

This program has the aim to clarify the population of Santa Maria and region about what is TMD and bruxism, how to prevent and treat these disfunctions from changes of habits and self care to specialized care, which is offered in UFSM by this program. Within the scope of these actions, research projects are being carried out in order to evaluate the effectiveness of the therapies used, as well as prevention and education actions, which includes study activities, preparation of didactic material (folders and banners for presentation in learning workshops and lectures) for undergraduate students. In the extramural category, these actions have been carried out in partnership with the Permanent Health Education Center (NEPS), of the Santa Maria Health Department, by sending educational material to the health units of the municipality, training the dentists and participation in health events and public network schools. For the patients who seek the dental service of the Faculty of Dentistry of UFSM are offered care which includes treatments with laser therapy, myorelaxant plaques and guidelines for appropriate physiotherapy exercises for each case. The individualized treatment of choice is based on the prior diagnosis given by the full completion of the Research Diagnostic Criteria (RDC). The service operates in two weekly shifts in the clinic of the Dentistry Course. Patients are reassessed periodically to check for remission or relapse of symptoms. The target public is composed of citizens of Santa Maria and region that use the public health service of Dentistry and UFSM. The work team consists of teachers, technical-administrative staff, undergraduate and graduate students. It is expected that the diffusion of knowledge regarding TMD and bruxism will make it possible to reduce the prevalence and severity of TMDs in the population of Santa Maria and region. In addition, as a result of the treatments performed, pain relief, the restoration of the stomatognathic system functions and the improvement in the quality of life are expected. Moreover, the data generated by the actions have served as the basis for the production of scientific knowledge.

Key-words: Temporomandibular joint disorders. Temporomandibular Joint Dysfunction Syndrome. Health promotion. Therapeutic. Bruxism.

DISFUNCIÓN TEMPOROMANDIBULAR: Prevención y tratamiento.

Resumen

Este programa ha buscado aclarar a la población de Santa María y región sobre lo que es DTM y bruxismo, cómo prevenir y tratar, considerando desde cambio de hábitos y autocuidado hasta ayuda especializada, ofrecida en la UFSM por el programa. En la esfera de esas acciones, proyectos de investigación se están ejecutando con el fin de evaluar la eficacia de las terapias desarrolladas, así como de las acciones de educación para prevención. Las acciones de educación para prevención de la DTM y bruxismo se realizan con abordaje de actividades de estudio, confección de material didáctico (folders y banners para presentación en talleres de aprendizaje y conferencias) para alumnos de pregrado. Esas acciones, en la categoría extramuros, vienen siendo realizadas en asociación con el Núcleo de Educación Permanente de la Salud (NEPS), de la Secretaría de Salud de Santa María, a través del envío de material educativo para las Unidades de Salud del municipio, entrenamiento de los odontólogos que allí trabajan, participación en eventos de salud y en escuelas de la red pública. Se realizan atendimientos a los pacientes que buscan el servicio odontológico de la Facultad de Odontología

de la UFSM. Los tratamientos realizados abordan la láserterapia, confección de placas miorrelaxantes y orientaciones en cuanto a ejercicios de fisioterapia adecuados para cada caso. El tratamiento de elección individualizado se basa en el previo diagnóstico dado por el llenado completo del RDC (Criterios diagnósticos para la investigación). El servicio funciona en dos turnos semanales en las dependencias de la facultad de Odontología. Los pacientes son reevaluados periódicamente para verificar la remisión o recidiva de los síntomas. El público objetivo está compuesto de ciudadanos Santa-marienses y de la región que utilizan el servicio de Odontología del municipio y de la UFSM. El equipo de trabajo está compuesto por profesores, servidores técnico-administrativos en educación, alumnos de graduación y postgrado. Se espera que la difusión del conocimiento acerca de la DTM y bruxismo torne posible la reducción de la prevalencia y severidad de DTM en la población de Santa María y región. Además, como resultados de los tratamientos realizados, se espera el alivio del dolor, el restablecimiento de las funciones del sistema estomatognático y la mejora en la calidad de vida. Además, los datos generados por las acciones han servido de base para la producción de conocimiento científico.

Palabras clave: Trastornos de la Articulación Temporomandibular. Síndrome de la disfunción de la articulación temporomandibular. Promoción de la Salud. Terapéutica. Bruxismo.

INTRODUÇÃO

Este programa de extensão visa a promover o ensino, a pesquisa e extensão em relação à prevenção e tratamento das disfunções temporomandibulares (DTM), através de ações entra e extramuros, do curso de Odontologia da Universidade Federal de Santa Maria.

A ideia de iniciar esse programa em 2015 surgiu em função da grande procura por tratamento de pacientes, portadores de alguma modalidade de DTM ou bruxismo, de Santa Maria e região, junto à Disciplina de Clínica de Oclusão da UFSM (Universidade Federal de Santa Maria). Os pacientes eram atendidos nesta disciplina por monitores voluntários que, com a orientação dos professores, realizavam o devido diagnóstico e tratamento. Diante da grande demanda de atendimentos, observou-se a necessidade de ampliar a divulgação e conhecimento sobre o assunto além da Clínica de Oclusão, englobando outros setores da comunidade.

As DTM são um conjunto de distúrbios de etiologia multifatorial (que podem ser de ordem fisiopatológica, psicossocial e ainda micro ou macro traumatismos), que envolvem músculos mastigatórios, articulação temporomandibular (ATM) e todas estruturas associadas, incluindo a região cervical. Os sintomas mais frequentes relatados pelos pacientes são: dores na face, ATM e músculos mastigatórios, dores de cabeça, orelha e ouvido (zumbido, plenitude auricular e vertigem). Quanto aos sinais, encontra-se primariamente a sensibilidade muscular e da ATM à palpação, limitação e/ou a incoordenação dos movimentos mandibulares e ruídos auriculares (MICHELOTTI et al., 2012).

As DTM são consideradas a causa mais comum de dor não dental na região orofacial. Estudos apontam que 30 a 44% da população, com idade entre 15 e 45 anos, apresenta algum grau de DTM (Al – JUNDI *et al*, 2008). A abordagem, para o tratamento deste tipo de paciente deve ser conservadora e reversível (CARRARA et al., 2010).

Outra condição muito comum que acomete os pacientes que procuram o programa é o bruxismo. Trata-se do hábito de ranger e/ou apertar os dentes, que mesmo sem provocar dor algumas vezes, pode a médio e longo prazo gerar efeitos deletérios ao paciente, incluindo o desenvolvimento de DTM (LOBBEZOO et al., 2014). Até o momento, o bruxismo tem atingido cerca de 80% dos pacientes atendidos pelo programa, já registrado em um banco de dados com quase 400 pacientes no total.

DESENVOLVIMENTO

Com as atividades de ensino e educação para prevenção desenvolvidas dentro do programa, através da divulgação impressa e digital de material educativo, leva-se ao conhecimento da população os sintomas da DTM para que seja possível sua identificação precoce e busca pelo tratamento, melhorando significativamente o prognóstico dos casos. Ensina-se medidas simples de prevenção da DTM, tais como autocuidado, realizando alongamentos e exercícios que possam auxiliar na remissão de sintomas nos casos mais leves de DTM. Proporciona-se o alívio da dor gerada pela DTM nos casos já estabelecidos, restabelecendo as funções do sistema estomatognático, que costumam estar limitadas pela DTM. A qualidade de vida dos pacientes é melhorada, pois é muito comum que deixem de realizar atividades cotidianas em decorrência da gravidade disfunção.

Com relação à esfera de ensino e pesquisa, fomenta-se o aprendizado dos alunos de graduação e pós-graduação em Odontologia da UFSM acerca da prevenção e tratamento da DTM, envolvendo tanto os alunos que participam ativamente das atividades do programa, quanto os que participam como ouvintes em palestras e oficinas. Os dados obtidos são utilizados para produção de conhecimento através da publicação de artigos científicos.

Ainda, são realizadas ações extramuros como a parceria com a Prefeitura Municipal. Através do Núcleo de Educação Permanente em Saúde (NEPeS), os dentistas da rede municipal recebem treinamento quanto ao uso do panfleto sobre o Autocuidado para o paciente com DTM. Esses são esclarecidos sobre o que é DTM, como prevenir e tratar. São instruídos a orientar os pacientes com DTM leve ao autocuidado. Os pacientes que apresentam quadros de DTM já estabelecidos e mais graves são encaminhados para uma avaliação criteriosa e poderão ser inseridos na esfera de atendimento clínico desse programa. Cerca de 5000 panfletos impressos foram distribuídos para as Unidades de Saúde do Município. Foi confeccionado também e divulgado via site da UFSM um panfleto que esclarece os aspectos que envolvem o Bruxismo.

Para maximizar a abrangência das ações, foram enviados panfletos ao setor de Otorrinolaringologia do Hospital Universitário de Santa Maria (HUSM), setor de atenção integral ao estudante (SATIE) da UFSM e a Organizações Militares de Santa Maria. Também foram realizadas palestras em conjunto com o programa de Educação Tutorial (PET) da Odontologia, com a finalidade de orientar os alunos de graduação quanto ao uso do panfleto e assuntos ligados ao bruxismo e tratamento das DTM.

Outras atividades importantes como participação em eventos locais, entre eles o Viva Campus, a FEISMA e ações em escolas da rede pública estadual são realizadas para maior divulgação dos temas englobados pelo programa.

Com relação ao tratamento dos pacientes do programa, a abordagem é conservadora e reversível, conta com orientações de autocuidado e mudança de hábitos, uso de placas interoclusais, terapia medicamentosa, terapia manual, fisioterapia ou laser de baixa potência (CARRARA et al., 2010). A educação do paciente para mudanças comportamentais e autocuidados é uma medida que apresenta bons resultados para prevenção e para tratamento de DTM mais leve, especialmente de origem muscular (CONTI et al., 2012), desde que tenham se iniciado há pouco tempo (FRICTON, 2007). Dentre as modalidades de terapia reversível, as medidas de autocuidado e mudanças comportamentais constituem a primeira escolha, associada ou não a outras terapias reversíveis (SHAFFER et al., 2014; ZAKRZEWSKA, 2015), pois ajudam a eliminar possíveis fatores perpetuantes da DTM (GRAFF-RADFORD; BASSIUR, 2014). O reconhecimento dos sintomas de DTM e a educação para implementação de medidas preventivas e curativas reduzem a prevalência e gravidade dos casos de DTM na população alvo.

O tratamento mais comum para a DTM constitui-se na confecção de placas interoclusais miorrelaxantes. Para sua confecção são necessárias pelo menos duas sessões clínicas para realização dos procedimentos de moldagem das arcadas, registro de mordida, montagem em articulador e envio para o laboratório terceirizado para enceramento e acrilização da placa. No retorno do laboratório, sessões adicionais são requeridas para ajustes. Além disso, há um custo laboratorial para sua confecção. Já o laser de baixa potência pode ser aplicado no paciente desde a primeira sessão clínica, sendo sua aplicação rápida (poucos minutos) e livre de custos laboratoriais. A inserção da laserterapia como uma modalidade de tratamento para DTM no Curso de Odontologia da UFSM, através desse programa de extensão, tem aumentado o número de atendimentos realizados e de pacientes tratados para essa afecção, suprimindo a grande demanda e reduzindo a fila de espera no programa. Sabe-se, entretanto, que alguns casos, especialmente aqueles em que a DTM está associada ao bruxismo, o uso da placa miorrelaxante é fundamental.

As atividades de pesquisa deste programa de extensão que vêm sendo desenvolvidas nos projetos avaliam a efetividade do tratamento da disfunção temporomandibular com laserterapia e placa oclusal e a influência na qualidade de vida

dos pacientes. O estudo do perfil epidemiológico dos pacientes atendidos na disciplina de clínica oclusão da Universidade Federal de Santa Maria com utilização do *Research Diagnostic Criteria* (RDC) gera dados muito importantes para diagnóstico, escolha de conduta e estratégias de tratamento. O RDC engloba a obtenção de dados de diagnóstico clínico e psicológico dos pacientes. Quando estes dados são cruzados através da análise estatística, obtém-se a dimensão da presença de problemas de ordem psicossomática leves, moderados ou severos e sua correlação com os quadros clínicos de DTM. A efetividade da laserterapia na melhora da amplitude de abertura bucal dos pacientes com DTM, da sintomatologia dolorosa associada, a qualidade de vida e a efetividade do uso dos panfletos desenvolvidos para prevenção e tratamento das DTM, são avaliados.

CONCLUSÃO

As experiências aqui relatadas sobre este programa de extensão nas atividades de ensino, pesquisa e extensão, bem como a participação efetiva dos alunos, servidores e docentes, enriquece o aprendizado sobre DTM e bruxismo em Santa Maria e região. Todas as atividades contribuem para a saúde da população envolvida, abrangendo tanto a prevenção como o tratamento. O conhecimento e divulgação dos dados científicos gerados, enriquecem a literatura sobre o assunto, buscando levar conhecimento à comunidade acadêmica e provocar a curiosidade pela busca de novos dados sobre os assuntos mencionados.

REFERÊNCIAS

- AL-JUNDI, M. A. *et al.* Meta-analysis of treatment need for temporomandibular disorders in adult nonpatients. **J Orofac Pain**, v. 22, n. 2, p. 97-107, 2008.
- CARRARA, S. V.; CONTI, P. C. R.; BARBOSA, J. S. Termo do 1º Consenso em Disfunção Temporomandibular e Dor Orofacial. **Dental Press J Orthod**, v. 15, n. 3, p. 114-120, may./jun., 2010.
- CONTI, P. C. *et al.* Behavioural changes and occlusal splints are effective in the management of masticatory myofascial pain: a short-term evaluation. **J Oral Rehabil**, v. 39, n. 10, p. 754-60, Oct 2012.
- FRICTON, James. Myogenous temporomandibular disorders: diagnostic and management considerations. **Dent Clin North Am**, v. 51, n. 1, p. 61-83, jan., 2007.
- GRAFF-RADFORD, S. B.; BASSIUR, J. P. Temporomandibular disorders and headaches. **Neurol Clin.**, v. 32, n. 2, p. 525-37, may., 2014.
- LOOBEZOO, F. *et al.* Bruxism and genetics: a review of the literature. **J Oral Rehabil**, v. 41, n. 9, p. 709-14, sep., 2014.
- MICHELOTTI, A. *et al.* Evaluation of the short-term effectiveness of education versus an occlusal splint for the treatment of myofascial pain of the jaw muscles. **J Am Dent Assoc.**, v. 143, n. 1, p. 47-53, jan., 2012.
- SHAFFER, S. M. *et al.* Temporomandibular disorders. Part 2: conservative management. **J Man Manip Ther**, v. 22, n. 1, p. 13-23, feb., 2014.
- SITE UFSM. Disponível em <http://w3.ufsm.br/pre/index.php/pagina-inicial1/noticias/315-projeto-de-extensao-disfuncao-temporomandibular-educacao-para-prevencao-e-tratamento>. Acesso em 30 abril 2018.
- ZAKRZEWSKA, J. M. Temporomandibular disorders, headaches and chronic pain. **J Pain Palliat Care Pharmacother**, v. 29, n. 1, p. 61-3, Mar., 2015.