

dr. **Sergio Formentelli** medico chirurgo odontoiatra  
via Giuseppe Benedetto Cottolengo 14  
12084 Mondovì CN  
0174-47422 0174-551070

[www.malocclusione.it](http://www.malocclusione.it)

Disordini cranio-mandibolari    Misurazione e terapia del bruxismo    Terapia cefale muscolo-tensive    Ortopedia dento-fa

## Bruxismo: cause

La medicina oggi ha una visione sempre più specialistica e settoriale. I disturbi del sonno, fra i quali trova spazio il BRUXISMO, sfugge necessariamente a questa impostazione integrando le diverse competenze.

Dormire bene è una faccenda troppo importante per la salute per essere affrontata in modo parziale o ristretto.

Il termine bruxismo è un termine troppo generico. Comprende due tipi di fenomeni: il SERRAMENTO e lo STROFINAMENTO dei denti. Sono due fenomeni diversi fra loro, che hanno probabilmente cause diverse.

Anche le società scientifiche definiscono il bruxismo in modo diverso. Gli odontoiatri, in linea di massima, non fanno riferimento al ciclo sonno/veglia e alle varie fasi di sonno REM.

In genere, i dentisti considerano BRUXISMO tutti i movimenti parafunzionali non legati ai movimenti masticatori.

Gli studiosi del sonno, si occupano prevalentemente dei disturbi di movimento della bocca legati alle varie fasi dei cicli del sonno.

Nel "laboratorio del sonno" si effettuano complicate registrazioni, ma si sono raggiunti dei criteri, validi nelle comunità scientifiche, per riconoscere e interpretare il fenomeno. Nulla ci potrà però dire, il laboratorio del sonno, sul bruxismo diurno, perché non è in grado di misurarlo.

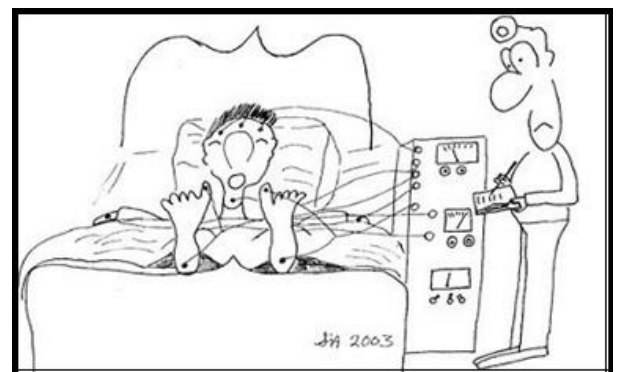
Gli gnatologi, parlano di attività notturna o diurna parafunzionale, ma accomunando serramenti e digrignamenti in una unica patologia, mentre in realtà si tratta di due fenomeni diversi, che hanno conseguenze cliniche differenti.

Oggi però, grazie agli studi recenti e alla revisione clinica della letteratura scientifica disponibile, possiamo affermare che il:

SERRAMENTO dei denti è un disturbo prevalentemente (ma non esclusivamente) legato alla veglia e alla gestione dello stress, mentre lo



*Homer Simpson ci illustra molto bene gli effetti a lungo termine di un sonno disturbato*



*Nel laboratorio del sonno...*

STROFINAMENTO dei denti, o DIGRIGNAMENTO, è un disturbo prevalentemente (ma non esclusivamente) legato al sonno con una origine legata prevalentemente (ma non esclusivamente) a fattori intrinseci del sistema nervoso centrale.

**Ma qual è allora la CAUSA (o le cause) dell'insieme dei fenomeni che chiamiamo BRUXISMO?**

### FATTORI CENTRALI.

Non possiamo essere più precisi, gli studi sono appena nella fase iniziale. Siamo nella condizione degli antichi esploratori che si trovavano ad affrontare la “terra incognita”, navigavano su mappe tracciate dagli esploratori che li avevano preceduti.

I ricercatori stanno studiando in particolare il ruolo dei neurotrasmettitori (sistema dopaminergico in particolare).

E' un campo che ci porterà più conoscenze nel futuro, ma oggi è ancora da considerarsi

“*Terra Incognita*” nello svelamento della mappa del fenomeno.

Qualche cosa abbiamo ormai incontestabilmente documentato.

Circa 7 minuti prima dell'episodio di bruxismo si attiva un'area del tronco dell'encefalo e comincia una catena di “comandi”, registrabili dall'elettroencefalogramma, che culmina 4 secondi prima della contrazione muscolare in un aumento della frequenza cardiaca.

Pochi dati sono ad oggi “certi”.

Il fatto è che il sistema nervoso centrale è coinvolto in modo determinante è però ormai da considerarsi un dato acquisito.

### FATTORI PSICOLOGICI.

Hanno un indubbio ruolo, in particolare riguardo al serramento dei denti e alle manifestazioni di bruxismo diurno.

Lo stress, l'ansia, l'aggressività sono stati sempre considerati come cofattori nell'eziologia del bruxismo.

La Bibbia associa il "digrignar dei denti" ora all'ira, ora alla punizione.

Questo testo deve far riflettere quanto nella nostra cultura il serramento dei denti rappresenta, e quanto già gli antichi avessero individuato nel bruxismo una importante causa di malessere.

Dalle ultime ricerche, sembra che non sia l'episodio stressante ad essere chiamato in causa, ma piuttosto un "tipo" psicologico bruxista: sono stati infatti caratterizzati come perfezionisti con una tendenza ad un'aumentata aggressività ed ansia.



#### Definizione di bruxismo:

Malattia del movimento del sistema masticatorio che comprende il serramento ed il digrignamento dei denti caratterizzata da movimenti periodici e stereotipati.

*American Sleep Disorders Association (ASDA)*

#### Il "digrignar dei denti" e la Bibbia

*Giobbe si lamenta della sua sorte*

Ora, purtroppo, Dio m'ha ridotto senza forze, ha desolato tutta la mia casa; m'ha coperto di grinze e questo testimonia contro di me, la mia magrezza si leva ad accusarmi apertamente.

La sua ira mi lacerava, mi perseguitava, digrignava i denti contro di me, il mio nemico aguzzava gli occhi su di me.

*Giobbe, 16: 7-10*

E quel servo inutile, gettatelo nelle tenebre di fuori. Lì sarà il pianto e lo stridor dei denti".

*Matteo 25: 30*

Un supporto psicoterapeutico, o un approccio a tecniche di rilassamento e gestione della rabbia e/o dello stress, come Dinamica Mentale, Training Autogeno, Meditazione o altre ancora, sono sicuramente un validissimo aiuto.

## FATTORI OCCLUSALI.

Per decenni è stata indicata nella malocclusione una delle più importanti cause di bruxismo, e proprio su questa base è stata impostata per lungo tempo la terapia.

Ma da quando è stato possibile studiare meglio il fenomeno, ci si è reso conto che una fetta importante di bruxisti non ha problemi occlusali.

E' stato inoltre dimostrato che la rimozione delle interferenze occlusali, quando presenti, non modifica, nella maggioranza dei casi, l'attività bruxista, ed inoltre non è stato ancora possibile indurre artificialmente attività bruxistica artificialmente mediante l'inserimento di interferenze occlusali.

In sintesi, pur senza escludere del tutto una componente occlusale nella genesi del bruxismo, il suo ruolo, ad oggi, appare notevolmente ridimensionato.

## Il bruxismo infantile:

Con l'età il bruxismo diminuisce la sua incidenza. I dati statistici sono molto diversi da ricercatore a ricercatore, e non voglio qui "dare i numeri".

Tutte le ricerche sono comunque concordi nel notare una diminuzione dell'incidenza del fenomeno con l'avanzare dell'età.

Un tipo di bruxismo va però considerato a parte: quello che si manifesta nei bambini con dentatura decidua.

E' importante sottolineare che **non si tratta di un bruxismo patologico, ma di un fenomeno per molti versi auspicabile** per uno sviluppo armonico dell'apparato orale e per la crescita corretta della dentatura definitiva.

**Non necessita quindi di alcun tipo di trattamento.**

-