

13. O que é e como o estresse pode provocar uma DTM?

A palavra estresse é bastante usada nos dias atuais e, devido a este modismo, obteve a condição de ter seu significado distorcido.

Na área da saúde tornou-se um jargão técnico que, em certos momentos, ocupa a lacuna deixada pela falta de precisão de alguns diagnósticos.

De forma bastante simplificada, estresse é um processo no qual o indivíduo está inserido e, a partir da avaliação que ele fizer do agente estressor, poderá disparar uma resposta multidimensional (emocional, comportamental e fisiológica), podendo reagir, ou não, de maneira que ocorra uma adaptação ou não.



O que é e como o estresse pode provocar uma DTM? (Cont. 1)

Como origem, o estresse pode ser consequência de um momento difícil, conflito, angústia, expectativa que o indivíduo possa estar vivendo.

Assim, rever a maneira de interpretar a vida pode ser essencial, e algumas práticas de desenvolvimento pessoal e terapêuticas proporcionam isso.

Em pesquisa* desenvolvida pelo “SERVIÇO ATM” (FO/UFJF), em pacientes portadores de disfunções temporomandibulares, encontrou-se que 84% dos pacientes exibiram algum nível de estresse, constatando-se que na DTM há uma participação direta de aspectos psicológicos, sendo que o mais frequente é o estresse.





O que é e como o estresse pode provocar uma DTM? (Cont. 2)

Hábitos bucais liberadores de tensão como ranger os dentes, morder a língua e bochecha involuntariamente, roer unhas de forma compulsiva e persistente, mascar chicletes e outros, representam formas de tensão, estresse e ansiedade que servem como válvulas de escape.

Todos esses hábitos produzem um aumento na atividade muscular, tensão e contratura, e, conseqüentemente, podem desenvolver uma DTM.



O que é e como o estresse pode provocar uma DTM? (Cont. 3)

Concluindo, num quadro de DTM, o estresse pode ser fator de origem ou se apresentar como algo decorrente da sintomatologia, o que sugere que a relação entre DTM e estresse é, de fato, estreita e significativa; mas, para afirmar isso, é imprescindível uma escuta e um olhar bastante atentos para o paciente.

Diante disso, em muitas das vezes, é necessário que o Cirurgião-Dentista solicite a opinião e a intervenção de um psicólogo com o objetivo de melhorar a qualidade de vida do paciente e, conseqüentemente, melhorar seu quadro sintomático para DTM.

