MEDICINA DEL DOLOR

# Cuando comer duele (I)

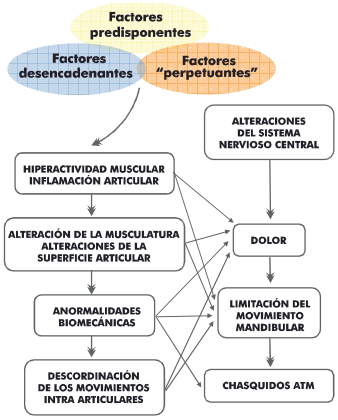
## El dolor bucofacial es muy común pero también resulta difícil de diagnosticar

JOSE LUIS DE CÓRDOBA
Especialista en Medicina del Dolor

En estos tiempos de cocina creativa e innovadora algunas personas tienen vetados los placeres culinarios debido al dolor dental. ¡Qué paradoja! Unos comiendo a dos carrillos y otros sufriendo un verdadero calvario por dar un pequeño bocado. El dolor bucofacial es muy común -quién no ha sufrido alguna vez un dolor de muelas o una jaqueca- pero asimismo difícil de diagnosticar. Problemas distintos se parecen entre sí y descubrir la causa del dolor supone a menudo un verdadero acertijo médico. Vamos a centrarnos en uno de los dolores más frecuentes en las consultas del dentista: el dolor que se origina en el aparato anejo, muscular y articular, que ayuda a triturar los alimentos.

TRASTORNOS TÉMPORO-MANDIBULARES

La articulación de la mandíbula se denomina Articulación Témporo-Mandibular (ATM) y como su nombre indica, conecta un hueso del cráneo, el temporal, con la mandíbula; vendría a ser una especie de bisagra que facilita la abertura y el cierre de la boca. La ATM es una articulación muy especial porque, a pesar de su minúsculo tamaño, soporta grandes esfuerzos y fricciones, para ello dispone de un disco cartilaginoso (menisco) y dos cavidades articulares independientes. Para rizar todavía más el rizo, cuando abrimos la boca se producen movimientos discordantes entre la mandíbula y el disco interno, de tal forma que mientras la cabeza mandibular va hacia adelante el menisco se desplaza en sentido inverso, deslizándose uno sobre otro como si de un cojinete se tratara.




Los pacientes con trastornos temporomandibulares notan dolor constante en la región mandibular, dificultades para abrir la boca y "crujidos" en la ATM. Muchos de ellos refieren, además, sensación de taponamiento en los oídos, zumbidos, vértigos y dolores cervicales. Se desconoce con exactitud la causa de estos problemas aunque tradicionalmente se haya atribuido al hábito de rechinar los dientes o a la mala oclusión de la dentadura. En la actualidad se invocan mecanismos complejos en los que participan al unísono diversos factores osteomusculares y psicológicos.

El proceso inicial se desencadena por 'microtraumatismos' en la ATM que provocan cambios inflamatorios dentro de la articulación. En una fase avanzada los pacientes pueden referir que la mandíbula se les queda "bloqueada", sea en posición cerrada con imposibilidad de abrir la boca (lo más habitual) o viceversa; el motivo es que el menisco degenerado, en lugar de resbalar hacia atrás, queda atrapado en la ATM dislocando la mandíbula. La secuencia de sucesos mencionados se expone esquemáticamente en el diagrama. En la segunda parte de este artículo se describirán los tratamientos que usamos para aliviar dichos trastornos.

REUMATOLOGÍA

# Protege tus huesos, evita que se rompan

JUAN MUÑOZ ORTEGO
Reumatólogo
C.M. Teknon

La osteoporosis es una enfermedad reumática de los huesos que afecta principalmente a las mujeres. El hueso pierde densidad y aumenta su porosidad interna y este hecho provoca un hueso más frágil y con menor resistencia a los golpes, lo que conlleva a un aumento en el riesgo de fracturas óseas. Se estima que una de cada cuatro mujeres postmenopáusicas, a partir de los 50 años tiene osteoporosis, y este porcentaje aumenta al 40% en mujeres a partir de los 70 años. Los hombres no están libres de esta enfermedad y afecta hasta el 13% en varones de la misma edad.

Estudios epidemiológicos indican que se producen más de 25.000 fracturas osteoporóticas cada año en nuestro país. En Europa, el estudio *Global Burden of Diseases* ha demostrado que el impacto en salud de las fracturas osteoporóticas en términos de mortalidad prematura y disminución de la calidad de vida son superiores al impacto en salud de casi todos los tipos de cáncer.

Los principales factores que influyen en el riesgo de desarrollar osteoporosis son: la genética, la edad avanzada, sexo mujer, las fracturas previas, el sedentarismo, el tabaco, el alcohol, los déficits de ingesta y el consumo de algunos fármacos.

La principal consecuencia de la osteoporosis, que es a la vez su principal síntoma clínico de dolor, es la fractura ósea. Este tipo de fracturas pueden producirse a golpes de bajo impacto, como por ejemplo un resbalón, o bien aparecer de manera espontánea. Las localizaciones más frecuentes son las vertebrales, las de la cadera y las de muñeca.

La densitometría ósea constituye la principal herramienta diagnóstica utilizada en la osteoporosis. También sirve para controlar el grado de pérdida de masa ósea o la respuesta al tratamiento y además nos permite detectar la osteoporosis en su etapa más precoz, denominada osteopenia.

Existen muchos tratamientos con diversas vías de administración dependiendo del paciente, sus preferencias y su gravedad. También hay que reducir los factores agravantes, trabajar la nutrición, el equilibrio y la forma física. El abordaje multidisciplinar es fundamental para prevenir la fragilidad ósea y evitar que se rompan tus huesos.

> En nuestro país, se producen más de 25.000 fracturas al año

## TERMÓMETRO

**LUIS VARGAS**
CEO Diaverum

La empresa sueca Diaverum inició el pasado miércoles el servicio de hemodiálisis en dos clínica extrahospitalarias de Mallorca (Palma e Inca) tras haberse adjudicado el concurso convocado por el Servicio de Salud de las Illes Balears.

**JUAN ECHEVERRIA**
Presidente Mutua Universal

Esta mutua ha otorgado recientemente los *Premios Innovación y Salud* que reconocen la labor de aquellas empresas que han demostrado un alto compromiso en el desarrollo y la promoción de entornos de trabajo más seguros y saludables. Mutua Universal da cobertura a más de 1,3 millones de trabajadores de 160.000 empresas españolas.

**EDUARDO LEIVA**
Director General AbbVie España

El laboratorio estadounidense AbbVie ha incorporado un nuevo director general para España. Hasta la fecha Leyva ocupó la dirección de la compañía en Suecia. Se incorporó a Abbott Colombia en 1999 y desde entonces ha tenido diversas responsabilidades en el grupo hasta alcanzar la dirección de la filial española.

**RAMON BRUGADA**
Cardiólogo

Nombrado la pasada semana jefe de cardiología del Hospital Universitario Josep Trueta de Girona. Es miembro fundador de Barcelona Salut y profesor de la UdG, universidad de la que fue decano de su Facultad de Medicina hasta hace dos años.

**ENRIQUE ORDIERES**
Presidente Cinfa

La compañía líder en genéricos ha entregado los *Premios a la Innovación en farmacia comunitaria* en el transcurso de la feria Infarma 2017, celebrada esta semana en Barcelona. Esta es la 7ª edición de estos galardones creados por la compañía que preside Enrique Ordieres.