

Título: Sueño fragmentado y su asociación con los trastornos temporomandibulares

Autores y filiaciones:

Paucar,Elizabeth¹;Casals,Montserrat²

1.Universidad San Sebastián

2. Universidad de los Andes.

Introducción:El sueño fragmentado son interrupciones repetitivas que impiden alcanzar un sueño reparador y puede agravar los trastornos temporomandibulares (TTM). Para su manejo, es clave consultar a un especialista que evalúe de forma integral. Las terapias utilizadas incluyen la terapia cognitiva, técnicas de relajación y tratamiento farmacológico, las cuales mejoran la calidad del sueño y alivian los síntomas de los TTM.

Objetivo: Identificar la asociación entre los trastornos temporomandibulares y el sueño fragmentado.

Materiales y Método: Se llevó a cabo una revisión sistemática utilizando PubMed, SciELO y Scopus. Se incluyeron artículos en español e inglés publicados en los últimos 5 años y se excluyeron revisiones sistemáticas y artículos no relevantes. La búsqueda se centró en la terminología: (temporomandibular disorders) AND (sleep quality).

Resultados:Se recopilaron un total de 178 artículos mediante la búsqueda en las bases de datos seleccionadas. De estos, se consideraron 15 artículos científicos que cumplieran con los criterios de inclusión.

Discusión:Los pacientes con TTM presentan una peor calidad de sueño en comparación con personas sin TTM, especialmente las mujeres.Los pacientes con TTM crónico experimentan una mayor fragmentación del sueño, lo que impacta negativamente en su calidad de vida.Se plantea que los TTM pueden predisponer a trastornos del sueño y viceversa.Sin embargo, se ha planteado que esta relación no es clara, lo que sugiere la posibilidad de comorbilidades independientes que afectan ambos aspectos. Además, se ha descrito que los pacientes con TTM suelen tener ansiedad y umbrales de dolor más bajos, lo que puede indicar comorbilidades independientes que afectan tanto al sueño como a los TTM.

Conclusión:Los estudios revisados muestran una relación significativa entre la mala calidad del sueño y los TTM.Aunque algunos estudios no encontraron una asociación clara, la mayoría sugiere que los pacientes con TTM, especialmente aquellos con afectación presentan una peor calidad del sueño. Por lo tanto,tratar los trastornos del sueño podría mejorar los parámetros clínicos de los TTM y potencialmente optimizar el rendimiento del tratamiento a largo plazo. Sin embargo, se necesitan más investigaciones para establecer relaciones causales definitivas y recomendaciones de tratamiento integrales.

Autor de correspondencia: Elizabeth Paucar,961331418,elizabethpt156@gmail.com

Tipo de trabajo:RB