



¿Qué es la “ATM”?

La articulación temporomandibular (ATM) es la articulación más utilizada pero también la más compleja de nuestro cuerpo, es responsable de la masticación, deglución y fonación. También puede influir sobre el equilibrio en la marcha. Además, en esta articulación es imperativo que los dos lados funcionen correctamente para obtener una mecánica óptima.

¿En qué consiste estos tipos de tratamiento?

- El tratamiento de la **ATM** debe ser multidisciplinario (Odontología, Ortodoncia, Farmacología...) pero la Fisioterapia puede restaurar la movilidad tanto en ATM como en la columna cervical, ayudar en movimientos de apertura-cierre, lateralidades, propulsión-retropulsión...
- La **columna cervical** es la parte de la columna más móvil y una de las más utilizadas. Su movilidad permite un movimiento tridimensional de la cabeza (inclinación, flexión/extensión, rotación). Sus lesiones pueden causar compresiones nerviosas y ser altamente dolorosas.

No se ha de temer a la hora de consultar a un fisioterapeuta sobre la zona cervical y la articulación temporomandibular porque antes de cualquier manipulación se realizan los test de seguridad necesarios para estos tipos de tratamiento.

-Test de seguridad cervical

Test de los ligamentos alares:

Son 2 ligamentos que unen la primera vértebra (atlas) a la segunda (axis). Su función es de limitar la rotación entre las 2 vértebras.

Test del ligamento transverso

La función del Ligamento transverso del atlas es fijar la apófisis odontoides para dejar el espacio suficiente al conducto raquídeo. Comprobamos si el paciente tiene mareos durante la flexión cervical.

Test de la arteria vertebral

En el caso del test de la arteria vertebral se utiliza para comprobar que la arteria irriga el cerebro con un flujo adecuado.

Si os interesa, podéis ver los videos de cada test aquí:

- Test arteria vertebral

<http://youtu.be/vmP67MgTsuc>

- Test del ligamento transverso

<http://youtu.be/cLI8F5K9oRk>

- Test de los ligamentos alares

<http://youtu.be/YfRCoK2FZDw>

Si hay al menos un test positivo no debemos tocar la zona cervical, hay una contraindicación y debemos enviar al paciente consultar otro profesional.

Manipulaciones de las cervicales-

Una vez superados los test de seguridad se puede proceder a las técnicas manuales, como son las tracciones. El objetivo de las tracciones es aliviar dolor, relajar la cápsula articular y aumentar la movilidad.

En estos enlaces se pueden observar las diferentes técnicas aprendidas:

<http://youtu.be/CBHZFYWcCAc>

<http://youtu.be/Zojn0q4fOtI>

<http://youtu.be/kFoEuyRixjM>

-Bruxismo-

El bruxismo es una patología consistente en apretar los dientes de manera involuntaria. Se ocasiona sobre todo cuando el paciente está dormido. En estado de vigilia puede ser ocasionado por tensión psicológica o de concentración extrema.

El bruxismo puede provocar dolor en los músculos de la mandíbula, dolor de cervicales y también en el oído. Esta patología afecta entre un 10% y un 20% de la población.

Su tratamiento fisioterapéutico es un complemento al tratamiento médico y consiste en relajar tanto los músculos contracturados de la ATM (Maseteros, Temporales, Pterigoideos...) como los de la columna cervical. Para relajarlos podemos hacer estiramientos, punción seca, masajes o estimulaciones eléctricas de los músculos. Si el problema es la movilidad podemos hacer movilización articular como tracciones o deslizamientos que podéis ver en estos videos.

<http://youtu.be/MBEYoebrOT0>