

## LA OSTEOPATÍA Y LA ARTICULACIÓN TEMPORO- MANDIBULAR

¿**A** que es **T**aba muy **M**al ?

por

ESCUELA DÁVILA  
Rafael Romero Dávila  
Rafael Moya Sánchez  
José Carlos Álvarez Rejón

El día se despertaba con fuerza, bostezaba con alegría y bondad el sol, imprimiendo su luz en los ventanales del Café Central.

Era una luminosidad viva, inquieta, moviéndose para llevar su calor matinal al acogedor salón del café. Llegaba juguetona y con prisas, como las gentes que desfilaban delante nuestra, a modo de cinema, apareciendo y desapareciendo cuán extras de película, que mi amigo Luís y yo contemplábamos por esa hermosa ventana convertida en pantalla, mostrándonos el trasiego de la ciudad en su devenir cotidiano.

Éramos espectadores de excepción, que sin darnos cuenta, habíamos pasado a actores principales, de observadores a observados, pues como pudimos percibir la proyección era recíproca.

Por este discurrir andaba la conversación que Luís y yo manteníamos, cuando sin darnos cuenta se nos acercó el camarero:

- Buenos días, que desean? (repitió por dos veces).

Tan absortos de nuestro diálogo filososal estábamos, que fue a la segunda llamada cuando respondimos.

-Perdón. Un café con leche para mi amigo y a mí me pone un poleo-menta. Gracias.

Luís, ante mi petición, soltó su broma en forma de comentario:

-¡Tú como siempre tomando "mariconadas"!

Entre risas le respondí:

-Luego me pides que te explique otra vez por que te alteras con tanta facilidad y por qué no eres "nadie" hasta que no te tomas tu dosis de café?.

- No... si ya sé..., pero es que... lo "necesito".

A la derecha nuestra, tres mesas más alejadas, se encontraba un grupo de mujeres reponiendo fuerzas después de dejar a sus retoños en el colegio.

Cuando se levantaron para irse, una de ellas, una mujer morena, joven (calculé que tendría unos 32 años), un "poquito acelerada" y de nombre Lucía, según me presentó Luís, se acercó a

nuestra mesa para saludarle.

- ¡Hombre, Luís, buenos días! ¿Como estás?.

- Pues bien, intentando comenzar el día en buena compañía (nos presentó). ¿Y tú como vas?

-Bueno, no tan bien como vosotros. De hecho ahora voy a hacerme unas radiografías que me ha mandado mi médico, para intentar ver como está mi cuello, pues tengo unos dolores de cabeza y de hombros que me están fastidiando de lo lindo.

- Ah sí! Mi amigo es osteópata y quizás con lo que te diagnostiquen el pueda ayudarte (asentí con la cabeza).

-Si!?. Pues nada..., cuando me digan lo que hay, iré a verte. Bueno..., me voy que se me hace tarde. Hasta luego!!

Después de despedir a Lucía, Luís y yo seguimos degustando nuestras bebidas, mientras comentábamos el aumento de disfunciones psico-corporales como pago de la “adaptación” a esta sociedad moderna, hasta que llegó la hora de marcharnos.

Al mes se presentó Lucía en el Centro de Osteopatía.

Tras saludarnos y hacer un breve comentario sobre Luís, pasamos a conversar sobre el por qué de su visita.

Empezó comentando que los dolores que tenía cuando nos vimos la primera vez persistían e incluso había tenido algún mareo, llegando las molestias a afectar al brazo derecho. La radiografía que le hicieron no mostraba mayor incidencia que cierta rectificación cervical, que según su médico era por tensión muscular, por lo cual le recetó miorelajantes. Mientras ella hablaba observé que su respiración era clavicular y más bien bucal y con tendencia a cerrar los puños.

Las respuestas a mis preguntas fueron interesantes:

Lucía tenía 32 años, casada y con 2 hijos de corta edad, simultaneaba su labor profesional de un puesto de responsabilidad con las labores del hogar, esto según ella le hacía estar en un estado de alerta continua.

Los dolores le acuciaban al levantarse por la mañana, por lo cual me decía estaba todo el día cansada, pues tenía la sensación de no haber descansado durante la noche.

Solía masticar la comida más por su lado derecho, y a veces tenía la sensación de tener dificultad al tragar o al hablar.

Le extrajeron el 2º molar inferior derecho, y estaba “arreglándose la boca”

Toda esta situación la estaba llevando a un estado muy agobiante, encontrándose cada vez peor y teniendo la sensación que en cualquier momento iba a explotar.

Empecé por tranquilizarla y decirle que el cuerpo tiene sus razones para mostrar su “descontento”; intenta asimilar lo que le “echamos”, pero cuando llega a tope, la manera de comunicarse con nosotros, y le hagamos caso, es a través del “lenguaje del dolor”, la voz a la cual nos rendimos.

La palpación y valoración de la Articulación Temporo-Mandibular (ATM), de la musculatura masticadora, hioidea, lateral y posterior del cuello, aseveraba lo que ella a través de sus respuestas me señalaba, **EL ORIGEN ESTA EN LA ATM.**

Lucía ponía cara de sorpresa y en sus ojos se podía leer ¿qué me estas contando?; ¿eso como va a ser!. Con la naturalidad propia de quien busca saber el porqué y el cómo, de interesarse e involucrarse en sus procesos me preguntó:

-¿Y eso, como se come, si a mí no me duele ahí?!

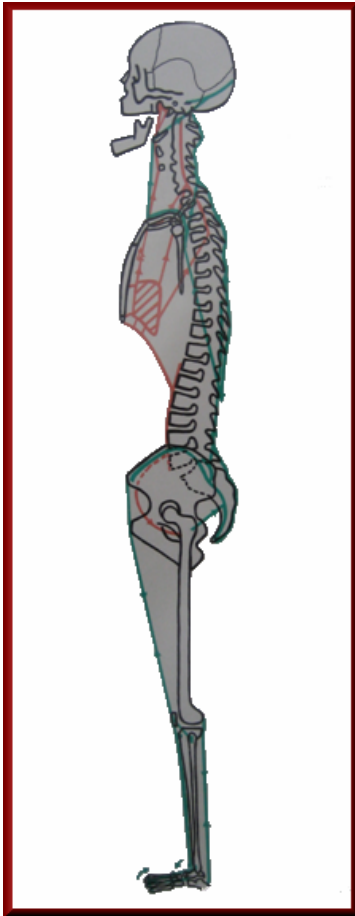
Intenté de una manera comprensible, sin perderla con palabras técnicas, ni conceptos anatómicos complicados, a desarrollar el porqué del origen y el cómo de su situación.

Comencé por explicarle que la ATM, es una zona primaria de asentamiento del estrés, tensión e incluso rabia o enfado, ya que solemos “apretar los dientes” en cualquiera de estas situaciones a la vez que un “sensor” (exteroceptor secundario) que nos ubica en el espacio, si a eso le sumamos que el encaje de nuestra mordida es asimétrico y no pleno por falta de piezas dentales, podría ir entendiendo el sufrimiento que se le infligía a esta articulación (ella asentía con la cabeza como signo de comprensión), para realizar la presión necesitaba de una fuerza muscular que mantuviese ese estado, me interrumpió para comentarme que efectivamente ella algunas veces se daba cuenta que tenía la “mandíbula apretada” incluso por la noche.

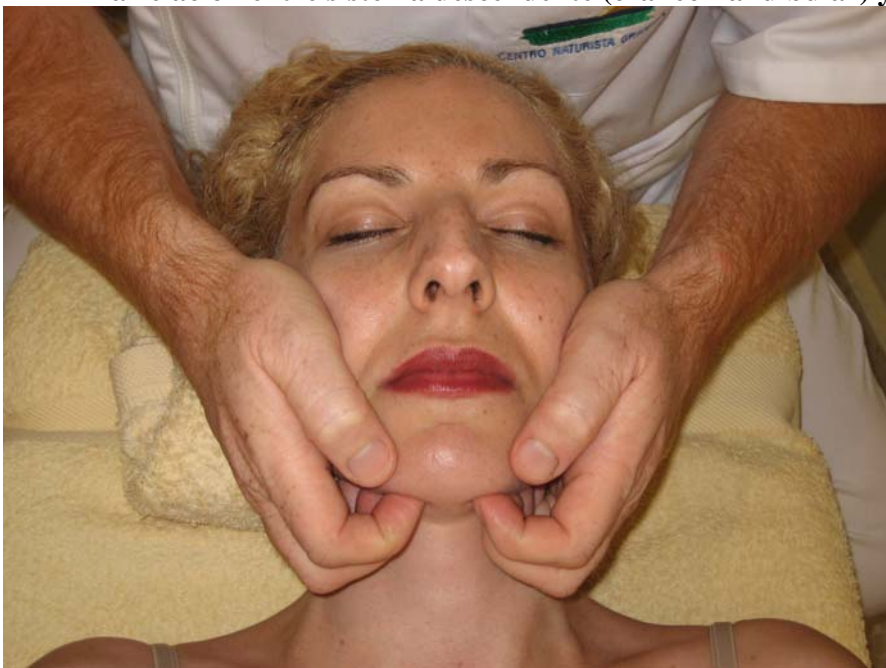
### **El tipo de oclusión y la posición mandibular determina predisposiciones a ciertas compensaciones posturales y tensiones musculares.**

Entendió con facilidad que la contracción muscular es un proceso en el cual se consume una energía para generar otras (motora y/o térmica), entonces comprendió con facilidad porqué el mantener la “mandíbula toda la noche apretada” le hacía levantarse cansada y con dolor; que esos músculos tienen unas zonas donde se originan y se insertan, su función debe de estar equilibrada por que si no las estructuras con las cuales se relacionan (huesos, articulaciones, nervios ,etc.) entrarán en desequilibrio, disfunción y finalmente patología o enfermedad, esto lo comprendió cuando le expuse la interrelación de los músculos del cuello como Cadenas Cervicales de Flexión y Extensión (enderezamiento y enrollamiento), y que ese desajuste iría avanzando en nuestro esquema corporal intentando compensar el desequilibrio original, como el trabajo en cadena de las fábricas, si uno de los elementos falla y no es subsanado a tiempo, la cadena irá trabajando en el error hasta que llegue el momento en el cual ya esté todo demasiado alterado.

La labor osteopática se fue desarrollando con la eliminación de los puntos gatillos ubicados en masetero y temporal , relajación de los pterigoideos, técnicas de tejido blando para musculatura hioidea, elongación del omohioideo, escalenos, pectorales y trapecios, recuperar la movilidad del complejo occipitoatloaxoideo, de la escápula ,1ª costilla, temporales, occipital y la esfenobasilar.



**IMAGEN II. Cadenas musculofasciales de interconexión ATM – sistema tónico postural-  
La relación entre sistema descendente (cráneo-mandibular) y ascendente (podal)**



**IMAGEN III. Inhibición de la musculatura suprahiodea**



**IMAGEN IV. Estiramiento del omohioideo en su relación escapular con ATM**



**IMAGEN V. Estiramiento del complejo músculo-fascial de relación ATM-cervical-cintura escapular ( escalenos-trapecio-ECOM- fascia cervical superficial y media )**

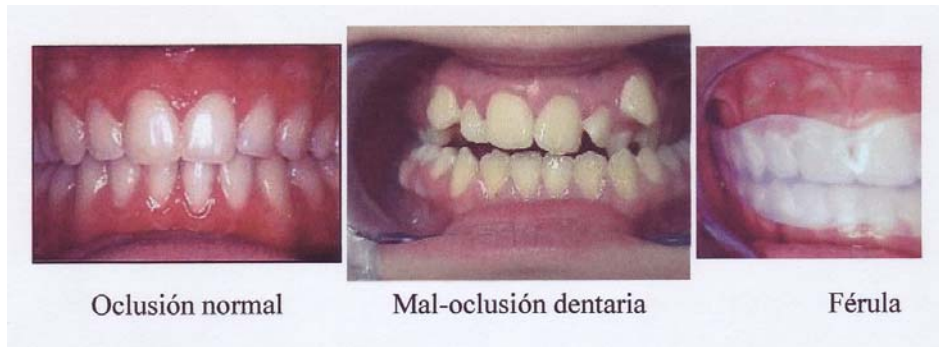


**IMAGEN VI. Inhibición de la musculatura suboccipital para liberar la movilidad del occipital**



**IMAGEN VII. Normalización de los temporales en su relación directa sobre la ATM**

Entendimos que en este proceso debía estar muy en contacto con su odontólogo, el cual debería valorar las piezas dentales, su mordida y la colocación de una férula de descarga para colocársela durante la noche.



**IMAGEN VIII. Descarga oclusal a través de una férula de desprogramación**

La actuación osteopática estuvo también enfocada hacia la respiración y su ubicación, trabajando sobre el diafragma, para descongestionar la musculatura superior (escalenos, pectorales y trapecio) ya castigada, aconsejándole algunos ejercicios para hacer en casa que le ayudarían a relajarse y ubicar mejor su aliento, al igual que otros que le servirían para descongestionar y relajar su ATM.

Una cuestión que pude constatar con el trabajo osteopático, fue que durante el tratamiento Lucía iba siendo cada vez más consciente de sus procesos y eso hacía que asumiera las situaciones con otra perspectiva.

Su estado cambió al bienestar, y en una de las últimas sesiones con buen humor me comentó:

¿¿!!A QUE ESTABA MUY MAL!!??.

