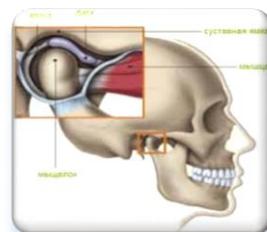


# Calidad óptima y tratamiento seguro en la realización de los ejercicios de fisioterapia en la disfunción temporomandibular



**Autores:** Gutiérrez Alonso, Beatriz; Calvo Vélez, Eva; Arranz Garmilla, Elena

## INTRODUCCION

Las disfunciones de la articulación temporomandibular (ATM) afectan entre un 70% y un 90% de la población general, de los cuales un 33% tiene síntomas como dolor o limitación funcional, disminuyendo así su calidad de vida. Los ejercicios en el cuidado de la ATM son una parte esencial en el tratamiento fisioterápico, sin embargo poco se sabe sobre la calidad y seguridad de esta técnica en dicha patología.

## OBJETIVOS

- Conocer el impacto de los ejercicios de la ATM en la movilidad articular y dolor (EVA).
- Valorar la calidad y seguridad del tipo de ejercicios realizados.
- Analizar el estado actual de la investigación sobre los ejercicios de fisioterapia realizados ante las disfunciones ATM.

## MATERIAL Y METODO

["Temporomandibular Joint" OR "Temporomandibular Joint Disc" OR "Temporomandibular Joint Dysfunction Syndrome" OR "Temporomandibular Joint Disorders"] AND "Exercise"

ECAS de los últimos 5 años, con acceso al texto completo en inglés, francés o castellano  
**Criterios de exclusión:** ECAS en los que el paciente haya sido sometido a cirugía o instrumentos específicos para hacer ejercicios

PUBMED: 27 Artículos

PEDRO: 19 Artículos

DIALNET: 0 Artículos

ENFISPO: 0 Artículos

4 artículos seleccionados

1 artículo seleccionado

**Calidad metodológica:** Escala Jadad; 3 de los 5 artículos tienen una aceptable calidad metodológica.

## RESULTADOS



Artículos	Muestra	Tipo intervención	Semana de Valoración	EVA			APERTURA (mm)		
				G1	G2	G3	G1	G2	G3
<a href="#">Niemelä K et al (2012)</a>	G1: n= 39 G2: n= 41	G1: Férula + Asesoramiento + Ejercicios de apertura, protusión y laterotrusión 2 o 3 veces/día G2: Terapia igual G1 sin férula	Inicio	5.3	4.8		44.6	46.6	
			4ª semana	3.4	4		45.9	46.5	
<a href="#">kalamir et al (2013)</a>	G1: n= 23 G2: n= 23	G1: Tratamiento intraoral G2: Ejercicios abrir y cerrar boca auto guiados + Postisométricos+ Educación autocuidado 2 sesiones/semana	Inicio	4.74	4.09		38.83	37.43	
			6ª semana	2.26	2.87		43	42	
<a href="#">Bae Y et al (2013)</a>	G1: n= 16 G2: n= 14 G3: n= 11	G1: No tratamiento G2: Ejercicios de apertura y cierre 3-4 veces/día G3: Ejercicios de relajación	Inicio	4.3	4.3	4.5	37.4	33	32.2
			4ª semana	4	2.6	2	38.1	40.7	43.4
<a href="#">Ucar M et al (2014)</a>	G1: n= 18 G2: n= 20	G1: Ejercicios apertura-cierre: activa y pasivamente + Isométricos + Estiramientos + Resistidos; 2 veces/día G2: Terapia igual que G1 + US: 0.8 w/cm2 3 minutos	Inicio	4	4.2		28	28	
			2ª semana	2.6	1.8		36	42	
<a href="#">Nagata K et al (2015)</a>	G1: n= 85 G2: n= 96	G1: Ejercicios apertura (2 veces día) + Terapia cognitivo conductual + Educación autocuidado G2: Terapia igual que G1 + Férula	Inicio	4.2	4.3		37	38	
			Final 10 semanas	0.8	1.2		44	43.5	

EVA: Escala Visual Analógica, G1: grupo1, G2: grupo2, G3: grupo3, US: ultrasonido

## CONCLUSION

En todos los estudios se muestra una mejoría tanto en el dolor como en la movilidad articular independientemente del tipo de intervención que lo que conlleva una mejor calidad de vida. Los niveles actuales de evidencia no permiten realizar una indicación terapéutica clara en el tipo de ejercicios de calidad a realizar en las disfunciones de la articulación temporomandibular. Sería necesario realizar investigaciones para optimizar su valoración y tratamiento.

## BIBLIOGRAFIA

Jadad-Bechara AR;Morore RA, Carrol D. Assessing the quality of reports of randomized controls trials: is blinding necessary? *Controll Clin Trials*. 1996;17: 1-12  
 José David Vélez Uribe, Laura Cristina Vélez, Melissa Pérez Mejía, Karen Alejandra Barragán. Síndrome de disfunción de la articulación temporomandibular y el papel de la educación en su tratamiento. *CES Movimiento y Salud*. 2015; 3(1) : 44-52