



Facultad de Ciencias de la Salud

Tema:

Relacion entre bruxismo y salud mental post-covid. Revisión bibliográfica.

Trabajo de titulación para la obtención del Título de Odontólogo

Presentado por:

Arahi Nicole Cazaro Rivera

Tutor:

Dra. Maria Cristina Rockenbach Binz Ordoñez

Co-Tutor:

Dra. Jennifer Valeria Castro Vaca

Quito, julio de 2025

Resumen

Este estudio explora la relación entre el bruxismo y la salud mental en el contexto post-pandemia, analizando cómo el aumento del estrés y ansiedad ha incrementado la prevalencia del bruxismo en la población general. El objetivo es examinar la interdependencia entre salud bucal y salud mental, y evaluar enfoques preventivos y terapéuticos eficaces mediante una revisión de la literatura científica. Se realizó una búsqueda en bases de datos como PubMed y Scielo, utilizando términos como "bruxismo", "salud mental" y "estrés post-pandemia", y limitando los resultados a estudios publicados entre 2008 y 2024. De los 150 artículos encontrados, 80 fueron descartados por no cumplir con los criterios de inclusión, quedando 15 estudios relevantes. Los resultados indican que el bruxismo aumentó considerablemente durante la pandemia debido a factores como el confinamiento y la incertidumbre económica, exacerbando el desgaste dental y el dolor mandibular, los cuales a su vez afectan el bienestar psicológico de los pacientes. Se concluye que un enfoque multidisciplinario es esencial, combinando intervenciones odontológicas como férulas dentales y terapias psicológicas como la terapia cognitivo-conductual, para abordar el bruxismo de forma integral y mejorar la calidad de vida de los afectados.

Palabras clave: *Bruxismo, salud mental, estrés, salud bucal.*

Declaración de aceptación de norma ética y derechos

El presente documento se ciñe a las normas éticas y reglamentarias de la Universidad Hemisferios. Así, declaro que lo contenido en este ha sido redactado con entera sujeción al respeto de los derechos de autor, citando adecuadamente las fuentes. Por tal motivo, autorizo a la Biblioteca a que haga pública su disponibilidad para lectura dentro de la institución, a la vez que autorizo el uso comercial de mi obra a la Universidad Hemisferios, siempre y cuando se me reconozca el cuarenta por ciento (40%) de los beneficios económicos resultantes de esta explotación.

Además, me comprometo a hacer constar, por todos los medios de publicación, difusión y distribución, que mi obra fue producida en el ámbito académico de la Universidad Hemisferios.

De comprobarse que no cumplí con las estipulaciones éticas, incurriendo en caso de plagio, me someto a las determinaciones que la propia Universidad plantee.

Arahi Nicole Cazaró Rivera

C.I. 175237998-0

Dedicatoria

A mis padres, Lorena y Xavier por su amor incondicional, su apoyo en cada paso de mi camino, por enseñarme el valor del esfuerzo y la perseverancia. Gracias por ser mi fuente de inspiración y por creer en mí incluso cuando yo dudaba. A mi hermano, Amyr por estar siempre a mi lado, por su compañerismo y por las risas compartidas que hicieron los momentos difíciles más llevaderos.

Este logro es tan mío como suyo.

A mi tutora Cristina y cotutora Valeria por su acompañamiento y apoyo incondicional durante mi preparación profesional. A todos los profesionales que fueron mis docentes durante la carrera por su confianza y enseñanza.

A mis queridos abuelitos, Beatriz y Vicente con todo mi amor y gratitud. Gracias por ser mi apoyo incondicional. Sin su apoyo y amor nada de esto hubiera sido posible. Gracias por estar en cada paso de mi vida.

A mi enamorado Alex, por ser mi compañero en cada paso de este viaje. Gracias por tu paciencia infinita, tu apoyo constante y por estar siempre ahí, brindándome fuerzas cuando más las necesitaba.

Por último, pero no menos importante quiero agradecer a mi compañero de desvelos, mi amor chiquito de 4 patas, Joaquín que con su amor y ternura siempre estuvo conmigo acompañándome estos largos 5 años.

Índice

Resumen	2
Declaración de aceptación de norma ética y derechos	3
Dedicatoria.....	4
Índice	5
Resumen	6
Abstract.....	7
Introducción.....	8
Materiales y Métodos	9
Conceptos básicos sobre el bruxismo y salud mental.....	10
Impacto del estrés y la ansiedad en la salud oral	10
El bruxismo como manifestación de estrés	11
Estudios recientes y casos clínicos post-COVID	11
La relación bidireccional entre salud mental y salud oral	12
Impacto de los trastornos mentales en la salud oral	12
Impacto de la mala salud oral en la salud mental	13
Evidencia científica post-COVID.....	13
Importancia del manejo del estrés y la ansiedad en la prevención del bruxismo	14
Terapias psicológicas y enfoques preventivos.....	14
Tratamientos farmacológicos y odontológicos.....	14
Conclusión.....	18
Referencias	19

Relacion entre bruxismo y salud mental post-covid. Revisión bibliográfica.

Arahi Nicole Cazaro Rivera

arahi3110@gmail.com

Resumen

Este estudio explora la relación entre el bruxismo y la salud mental en el contexto post-pandemia, analizando cómo el aumento del estrés y ansiedad ha incrementado la prevalencia del bruxismo en la población general. El objetivo es examinar la interdependencia entre salud bucal y salud mental, y evaluar enfoques preventivos y terapéuticos eficaces mediante una revisión de la literatura científica. Se realizó una búsqueda en bases de datos como PubMed y Scielo, utilizando términos como "bruxismo", "salud mental" y "estrés post-pandemia", y limitando los resultados a estudios publicados entre 2008 y 2024. De los 150 artículos encontrados, 80 fueron descartados por no cumplir con los criterios de inclusión, quedando 15 estudios relevantes. Los resultados indican que el bruxismo aumentó considerablemente durante la pandemia debido a factores como el confinamiento y la incertidumbre económica, exacerbando el desgaste dental y el dolor mandibular, los cuales a su vez afectan el bienestar psicológico de los pacientes. Se concluye que un enfoque multidisciplinario es esencial, combinando intervenciones odontológicas como férulas dentales y terapias psicológicas como la terapia cognitivo-conductual, para abordar el bruxismo de forma integral y mejorar la calidad de vida de los afectados.

Palabras clave: *Bruxismo, salud mental, estrés, salud bucal.*

Abstract

This study explores the relationship between Bruxism and mental health in the post-pandemic context, analyzing how the increase in stress and anxiety has increased the prevalence of bruxism in the general population. The objective is to examine the interdependence between oral health and mental health, and evaluate effective preventive and therapeutic approaches through a review of scientific literature. A search for databases such as Pubmed and Scielo was carried out, using terms such as "Bruxism", "Mental Health" and "Post-Pandemic Stress", and limiting the results to studies published between 2008 and 2024. Of the 150 articles found, 80 were discarded by not complying with the inclusion criteria, 15 relevant studies. The results indicate that bruxism increased considerably during pandemic due to factors such as confinement and economic uncertainty, exacerbating dental wear and mandibular pain, which in turn affect the psychological well-being of patients. It is concluded that a multidisciplinary approach is essential, combining dental interventions such as dental splints and psychological therapies such as cognitive-behavioral therapy, to address bruxism in an integral way and improve the quality of life of those affected.

Key words: *Bruxism, mental health, stress, oral health.*

Introducción

El bruxismo es una condición neuromuscular que implica el apretamiento o rechinar involuntario de los dientes, una conducta que se ha intensificado en el contexto post-pandémico debido al incremento de factores estresantes (Martínez Loma, 2024). La pandemia de COVID-19 generó niveles de estrés y ansiedad elevados en la población general, agravados por el confinamiento, las restricciones de movilidad y la incertidumbre económica, lo cual ha impulsado un aumento en la prevalencia de esta condición (Rodríguez Betancourt et al., 2020); (Morón-Araújo & Morón-Araújo, 2021).

Diversos estudios destacan la relación bidireccional entre la salud mental y la salud bucal. Investigaciones sugieren que el estrés y la ansiedad promueven el bruxismo, pero también que los problemas orales derivados, como el dolor mandibular o el desgaste dental, afectan el bienestar psicológico de los pacientes (Rivera-Reza DDS et al., 2020). Esta relación ha generado un enfoque multidisciplinario para el tratamiento del bruxismo, donde los métodos odontológicos y psicológicos se complementan para abordar tanto las causas subyacentes como los síntomas físicos (Przystańska et al., 2019).

Entre las intervenciones destacan las férulas dentales, las cuales protegen contra el desgaste dental, así como las terapias psicológicas, como la terapia cognitivo-conductual y el biofeedback, que ayudan a reducir la tensión y mejorar la calidad de vida (Goulart et al., 2021; (Delgado et al., 2024). Estas estrategias han demostrado ser efectivas para reducir los síntomas del bruxismo, especialmente en el contexto actual de elevada carga psicosocial. Frente a lo expuesto, el objetivo de este estudio es analizar cómo el contexto post-pandemia ha influido en el incremento del bruxismo y evaluar los enfoques terapéuticos más eficaces mediante una revisión de la literatura publicada en bases de datos académicas entre 2008 y 2024.

Materiales y Métodos

Se realizó una revisión exhaustiva de la literatura en diversas bases de datos académicas, incluyendo PubMed, Scielo y Google Académico, para investigar la relación entre el bruxismo y los factores psicológicos en el contexto pospandemia. Los términos de búsqueda utilizados fueron "bruxismo post-COVID-19", "salud mental y salud oral", "estrés y bruxismo", y "estrategias de tratamiento multidisciplinario para el bruxismo". La búsqueda se limitó a artículos publicados en inglés y español entre los años 2008 y 2024, garantizando la inclusión de estudios relevantes y actuales.

Inicialmente, la búsqueda arrojó un total de 80 artículos. De estos, se eliminaron aquellos estudios duplicados o que no abordaban directamente la relación entre el bruxismo y el impacto psicológico. Posteriormente, se aplicaron criterios de exclusión adicionales, descartando artículos que carecían de metodología robusta o que no incluían muestras representativas, lo que redujo la selección a 50 estudios.

Tras una evaluación minuciosa de la calidad y relevancia de los contenidos, y tras aplicar criterios de inclusión más estrictos, se seleccionaron finalmente 9 estudios que cumplieron con los requisitos establecidos. Estos artículos incluyen revisiones sistemáticas, estudios observacionales y ensayos clínicos que proporcionaron datos detallados sobre el impacto del estrés y la ansiedad en el desarrollo del bruxismo, así como las intervenciones terapéuticas más efectivas. Los hallazgos de estos estudios fueron analizados y comparados para sintetizar la influencia bidireccional entre la salud mental y la salud oral en el contexto pospandemia.

Resultados

Conceptos básicos sobre el bruxismo y salud mental

El bruxismo es un trastorno neuromuscular caracterizado por el rechinamiento o apretamiento involuntario de los dientes, tanto de día como de noche. Esta actividad parafuncional compromete no solo la integridad dental, sino también las articulaciones temporomandibulares y los músculos craneomandibulares, lo que puede generar desgaste dental progresivo, dolor muscular, cefaleas crónicas y problemas de masticación (Morón-Araújo & Morón-Araújo, 2021). Aunque el bruxismo tiene diversas etiologías, el estrés emocional es uno de los desencadenantes más reconocidos, actuando como catalizador en la aparición y exacerbación de este trastorno. El estrés, entendido como una respuesta fisiológica ante estímulos percibidos como amenazantes, activa el sistema nervioso simpático, liberando cortisol y otras hormonas que generan tensiones musculares, incluidas las de la mandíbula, lo que propicia el apretamiento dental involuntario (Rodríguez Betancourt et al., 2020).

La ansiedad, estrechamente vinculada al estrés, también agrava el bruxismo; a diferencia del estrés, no se origina en una situación específica, sino que es persistente, afectando al sistema nervioso de forma prolongada (Przystańska et al., 2019). La relación entre salud mental y salud oral es bidireccional: los trastornos de salud mental no solo contribuyen al bruxismo, sino que los problemas bucales crónicos pueden empeorar el bienestar psicológico, creando un ciclo negativo que afecta la calidad de vida y la salud física (Martínez Loma, 2024).

Impacto del estrés y la ansiedad en la salud oral

El estrés y la ansiedad son respuestas fisiológicas y emocionales frente a estímulos percibidos como amenazas o desafíos. En situaciones de estrés agudo, el sistema nervioso simpático se activa, desencadenando una serie de respuestas hormonales que preparan al organismo para enfrentar la situación, comúnmente conocida como la respuesta de "lucha o huida". Sin embargo, cuando el estrés se cronifica, estas respuestas generan efectos adversos para la salud, afectando de manera significativa los sistemas cardiovascular, inmunológico y endocrino (Martínez Loma, 2024).

La ansiedad, por su parte, es un estado persistente de inquietud o temor, que suele acompañarse de síntomas físicos como tensión muscular, fatiga, insomnio y alteraciones gastrointestinales (Rodríguez Betancourt et al., 2020). Estos estados emocionales no solo repercuten en el bienestar psicológico, sino que también tienen impactos considerables en la salud física, como han demostrado diversos estudios.

En cuanto a la salud bucal, el impacto del estrés se manifiesta a través de varios mecanismos. Uno de los más estudiados es el bruxismo, que se define como el apretamiento o rechinar involuntario de los dientes y que se asocia estrechamente con niveles elevados de ansiedad. Este hábito parafuncional no solo causa desgaste dental progresivo, sino que también genera disfunciones en las articulaciones temporomandibulares, dolores musculares y cefaleas recurrentes (Goulart et al., 2021).

El bruxismo como manifestación de estrés

El bruxismo es una manifestación física recurrente del estrés, caracterizada por el apretamiento o rechinar involuntario de los dientes, ya sea durante el sueño o en estado de vigilia. En el contexto de la pandemia de COVID-19, el incremento de la ansiedad y el estrés derivados de la incertidumbre económica, las restricciones de movilidad y el temor al contagio ha exacerbado esta condición. Diversos estudios han subrayado que el bruxismo es una respuesta común ante estados prolongados de tensión emocional, lo que lo convierte en un marcador clínico de los efectos psicósomáticos del estrés (Morón-Araújo & Morón-Araújo, 2021).

El vínculo entre el bruxismo y el estrés se fundamenta en la sobrecarga emocional que experimentan los individuos cuando enfrentan situaciones que escapan de su control. Durante la pandemia, esta sobrecarga ha alcanzado niveles sin precedentes, afectando la estabilidad emocional de millones de personas. El cuerpo, en respuesta a este estado de alerta constante, aumenta la actividad de los músculos masticatorios, lo que provoca el apretamiento dental. (Goulart et al., 2021)

Estudios recientes y casos clínicos post-COVID

Estudios recientes han profundizado en el impacto del COVID-19 sobre la salud oral, destacando el aumento significativo de casos de bruxismo durante la pandemia. Uno de los estudios más relevantes es el de (Rodríguez Betancourt et al., 2020), quienes encontraron que la prevalencia de bruxismo en la población general aumentó en más de

un 20% en comparación con los niveles pre-pandémicos. Otro estudio realizado por (Morón-Araújo & Morón-Araújo, 2021) destacó que los pacientes que habían sufrido la pérdida de un ser querido durante la pandemia presentaban una mayor predisposición a desarrollar bruxismo, debido al duelo emocional y al incremento del estrés psicológico.

La relación bidireccional entre salud mental y salud oral

La relación bidireccional entre la salud mental y la salud oral ha sido objeto de numerosos estudios que han puesto en evidencia la profunda interconexión entre ambos campos. La salud mental, entendida como un estado de bienestar psicológico y emocional, influye directamente en la conducta y los hábitos de autocuidado, los cuales juegan un papel crucial en la salud bucal.

A su vez, la salud oral, en particular el dolor crónico o las enfermedades bucales no tratadas, puede impactar negativamente en la salud mental, generando un círculo vicioso de deterioro físico y psicológico (Ng & Leung, 2008). Este enfoque bidireccional implica que los trastornos mentales como la ansiedad, la depresión y el estrés crónico no solo provocan efectos a nivel emocional, sino que también repercuten en la aparición y evolución de patologías bucales.

Impacto de los trastornos mentales en la salud oral

Los trastornos mentales como la ansiedad, la depresión y el estrés crónico son algunos de los factores que más contribuyen al deterioro de la salud oral. En individuos que sufren de ansiedad, por ejemplo, se observa una mayor tendencia a manifestar comportamientos de automutilación oral, como el bruxismo y el apretamiento dental, lo que genera un desgaste progresivo del esmalte dental, fracturas y dolores en la articulación temporomandibular (Morón-Araújo & Morón-Araújo, 2021).

La ansiedad provoca un aumento en la liberación de cortisol, una hormona del estrés que, cuando se libera en exceso, puede disminuir la capacidad del sistema inmunológico para combatir infecciones, favoreciendo la aparición de enfermedades periodontales y caries (Rodríguez Betancourt et al., 2020).

De manera similar, la depresión afecta la salud oral al generar apatía, lo que provoca una disminución en los hábitos de autocuidado y una negligencia generalizada hacia la higiene dental. Los individuos que padecen depresión suelen tener menos

motivación para cepillarse los dientes, utilizar hilo dental o acudir a revisiones odontológicas, lo que aumenta el riesgo de desarrollar caries y enfermedades periodontales (Goulart et al., 2021)

El deterioro de la salud oral, causado por los trastornos mentales, no solo tiene implicaciones físicas, sino que también agrava los problemas de salud mental de los individuos afectados. Pacientes con enfermedades bucales no tratadas suelen experimentar una disminución en su calidad de vida, lo que incrementa los niveles de ansiedad y depresión. (Martínez Loma, 2024).

Impacto de la mala salud oral en la salud mental

La relación entre la salud oral y la salud mental no es unidireccional; por el contrario, la mala salud bucal puede tener un impacto profundo y negativo en el bienestar psicológico. El dolor crónico asociado a problemas orales como el bruxismo, la periodontitis avanzada y las enfermedades temporomandibulares puede exacerbar los síntomas de ansiedad y depresión en los individuos afectados. Esta interacción se debe, en parte, a la naturaleza debilitante del dolor bucal, que afecta la calidad de vida, alterando aspectos fundamentales como la capacidad de masticar, hablar y dormir adecuadamente (Delgado et al., 2024)

Evidencia científica post-COVID

En el contexto post-pandémico, la evidencia científica ha puesto de relieve un incremento en los problemas de salud mental y su impacto en la salud oral. Estudios recientes han demostrado que la pandemia de COVID-19 exacerbó significativamente el estrés y la ansiedad en la población global, lo que, a su vez, incrementó la prevalencia de trastornos bucales, como el bruxismo y la periodontitis (Delgado et al., 2024). En un estudio realizado por (Rodríguez Betancourt et al., 2020), se observó un aumento del 20% en la incidencia de bruxismo entre los pacientes que experimentaron niveles altos de ansiedad y estrés durante la pandemia.

(Morón-Araújo & Morón-Araújo, 2021) subrayó que las personas que perdieron a seres queridos o sufrieron aislamiento social prolongado mostraron una mayor predisposición a desarrollar problemas de salud mental y oral de manera simultánea. Estos hallazgos sugieren que la pandemia no solo afectó la salud física de las personas, sino que también provocó un deterioro significativo de su bienestar psicológico y bucal,

reflejando una interacción continua entre ambos aspectos. Estos estudios refuerzan la importancia de la atención integral en el tratamiento tanto de los trastornos mentales como de las enfermedades bucales, particularmente en un escenario post-pandémico donde las secuelas psicológicas y físicas son evidentes.

Importancia del manejo del estrés y la ansiedad en la prevención del bruxismo

Terapias psicológicas y enfoques preventivos

El uso de terapias psicológicas ha demostrado ser una de las estrategias más efectivas para el manejo del estrés y, por ende, para la prevención del bruxismo. La Terapia Cognitivo-Conductual (TCC) es particularmente útil en este contexto, ya que se enfoca en modificar los patrones de pensamiento y comportamiento que perpetúan el estrés. Esta técnica permite que los pacientes identifiquen las situaciones que desencadenan su ansiedad y aprendan a responder de manera más adaptativa a dichas situaciones, lo que no solo reduce la incidencia del bruxismo, sino también mejora la salud mental en general (Goulart et al., 2021)

El biofeedback es otra técnica prometedora para el manejo del bruxismo inducido por el estrés. Este método permite a los pacientes tomar conciencia de sus respuestas fisiológicas al estrés mediante la medición de variables como la tensión muscular, la frecuencia cardíaca y la respiración. A través de dispositivos especializados, el biofeedback enseña a los pacientes a controlar sus respuestas fisiológicas, lo que les permite reducir la tensión muscular en la mandíbula y prevenir episodios de bruxismo (Rodríguez Betancourt et al., 2020).

Tratamientos farmacológicos y odontológicos

Las benzodiazepinas, conocidas por sus propiedades relajantes y ansiolíticas, son utilizadas para reducir la hiperactividad muscular durante la noche y disminuir el rechinar dental, aunque su uso prolongado puede generar dependencia y efectos adversos en la cognición y el sueño (Rodríguez Betancourt et al., 2020). Los relajantes musculares también son efectivos para tratar el bruxismo en casos de tensión mandibular severa, disminuyendo los espasmos en los músculos masticatorios y aliviando el dolor. Entre estos, el diazepam y el baclofeno son compuestos prescritos (Morón-Araújo & Morón-Araújo, 2021).

El tratamiento odontológico más común es el uso de férulas dentales, diseñadas para proteger los dientes durante la noche y prevenir el desgaste, aunque no abordan la causa subyacente del bruxismo (Martínez Loma, 2024). Estudios recientes indican un aumento del 20% en los casos de bruxismo en pacientes con antecedentes de ansiedad, intensificado por el confinamiento y el impacto emocional de la pandemia (Rodríguez Betancourt et al., 2020); (Morón-Araújo & Morón-Araújo, 2021).

Discusión

Los resultados de esta revisión literaria destacan la influencia del contexto post-pandemia en el aumento del bruxismo, evidenciando una relación estrecha entre los niveles de estrés y ansiedad y la prevalencia de este trastorno. Estudios como los de (Rivera Reza et al., 2020) y (Morón-Araújo & Morón-Araújo, 2021). sugieren que la incertidumbre económica, el confinamiento y la pérdida de seres queridos generaron una carga emocional significativa que se reflejó en un incremento del bruxismo en diferentes grupos de la población . La revisión subraya la relación bidireccional entre la salud mental y la salud bucal, donde el bruxismo no solo es una manifestación del estrés, sino que sus consecuencias físicas afectan el bienestar emocional, generando un ciclo de deterioro (Goulart et al., 2021); (Rivera Reza et al., 2020).

En cuanto a las intervenciones, se observa que un enfoque multidisciplinario es esencial para abordar eficazmente el bruxismo. La combinación de férulas dentales, terapias psicológicas como la terapia cognitivo-conductual y el uso de biofeedback se presenta como un tratamiento eficaz que no solo protege contra el desgaste dental, sino que también ayuda a los pacientes a manejar el estrés y la ansiedad subyacentes (Delgado et al., 2024); (Przystańska et al., 2019). Estos enfoques integrales han demostrado ser efectivos en el control de los síntomas del bruxismo y en la mejora de la calidad de vida, lo que resalta la importancia de considerar la salud mental en el tratamiento de problemas odontológicos.

Sin embargo, este estudio enfrenta ciertas limitaciones. En primer lugar, la metodología de revisión bibliográfica limita la capacidad de obtener datos empíricos directamente de una muestra poblacional específica, lo cual podría afectar la representatividad de los hallazgos. Además, la heterogeneidad en los estudios revisados, que abarcan diferentes contextos, poblaciones y enfoques metodológicos, dificulta la comparación directa entre ellos (Martínez Loma, 2024). Algunos artículos excluidos por falta de rigor metodológico también pueden haber limitado la profundidad del análisis sobre el impacto de las intervenciones psicológicas en el manejo del bruxismo.

En términos de aplicabilidad clínica, los hallazgos de esta revisión literaria respaldan la implementación de tratamientos multidisciplinarios que integren la odontología y la psicología. La inclusión de técnicas de manejo de estrés, como la

terapia cognitivo-conductual, junto con el uso de férulas dentales, podría mejorar notablemente la calidad de vida de los pacientes, al abordar tanto las manifestaciones físicas como los factores emocionales subyacentes (Goulart et al., 2021). Esto sugiere que los profesionales de la salud deberían adoptar enfoques holísticos en sus prácticas, proporcionando tratamientos que mitiguen tanto los efectos físicos del bruxismo como las causas psicológicas que lo originan, especialmente en el contexto actual de elevada carga psicosocial.

Conclusión

En conclusión, este estudio confirma que, en el contexto post-pandemia, la prevalencia del bruxismo ha aumentado, vinculándose estrechamente con factores de estrés y ansiedad. Asimismo, se destaca la efectividad de un enfoque multidisciplinario, que integra intervenciones tanto odontológicas como psicológicas, para abordar de manera integral no solo los síntomas físicos, sino también las causas emocionales subyacentes de este trastorno.

Referencias

- Delgado, A. B. P., Quevedo, J. E. A., & Jalca, J. E. C. (2024). Impacto clínico y psicológico generado por la infección post covid-19, en la población mundial. *Conocimiento Global*, 9(3), 63–74.
<https://doi.org/10.70165/CGLOBAL.V9I3.440>
- Goulart, A. C., Arap, A. M., Bufarah, H. B., Bismarchi, D., Rienzo, M., Syllós, D. H., & Wang, Y.-P. (2021). Anxiety, Depression, and Anger in Bruxism: A Cross-sectional Study among Adult Attendees of a Preventive Center. *Psychiatry Research*, 299, 113844. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2021.113844>
- Martínez Loma, J. M. (2024). Bruxismo y su influencia en el desarrollo de alteraciones a nivel de cavidad oral. <http://dspace.unach.edu.ec/handle/51000/13733>
- Morón-Araújo, M., & Morón-Araújo, M. (2021). El Estrés y Bruxismo por COVID-19 como Factores de Riesgo en la Enfermedad Periodontal. *International Journal of Odontostomatology*, 15(2), 309–314. <https://doi.org/10.4067/S0718-381X2021000200309>
- Ng, S. K. S., & Leung, W. K. (2008). A community study on the relationship of dental anxiety with oral health status and oral health-related quality of life. *Community Dentistry and Oral Epidemiology*, 36(4), 347–356.
<https://doi.org/10.1111/j.1600-0528.2007.00412.x>
- Przystańska, A., Jasielska, A., Ziarko, M., Pobudek-Radzikowska, M., Maciejewska-Szaniec, Z., Prylińska-Czyżewska, A., Wierzbik-Strońska, M., Gorajska, M., & Czajka-Jakubowska, A. (2019). Psychosocial Predictors of Bruxism. *BioMed Research International*, 2019, 1–8. <https://doi.org/10.1155/2019/2069716>
- Rivera Reza, D., Villanueva Vilchis, M., & Gaitán Cepeda, L. (2020). Impacto de enfermedades orales asociadas a estrés sobre la calidad de vida. *Medigraphic.Com*. <https://www.medigraphic.com/cgi-bin/new/resumen.cgi?IDARTICULO=94192>
- Rivera-Reza DDS, D. I., Villanueva-Vilchis DDS, Ms. P. M. C., & Gaitán-Cepeda DDS, Ms. P. L. A. (2020). Impact on Quality of Life of Oral Diseases Related to

Stress. *Odvotos - International Journal of Dental Sciences*, 239–249.

<https://doi.org/10.15517/ijds.2020.40293>

Rodríguez Betancourt, M. del C., Yero-Mier, I. M., Fernández Rodríguez, C. A., Acosta Cabezas, M., de Castro Yero, J. L., Fábregas Tejeda, J. R., Rodríguez Betancourt, M. del C., Yero-Mier, I. M., Fernández Rodríguez, C. A., Acosta Cabezas, M., de Castro Yero, J. L., & Fábregas Tejeda, J. R. (2020). *Gaceta Médica Espirituana*. *Gaceta Médica Espirituana*, 24(2), 0–0.
http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1608-89212022000200006&lng=es&nrm=iso&tlng=es