

## COMUNICACIÓN CORTA

# RELACIÓN ENTRE LOS TRASTORNOS TEMPOROMANDIBULARES Y LOS PROBLEMAS DEL SUEÑO

*The relationship between temporomandibular disorders and sleep problems*

POR

GUSTAVO TRIVILION

Doctor en Ciencias Odontológicas, La Universidad del Zulia.  
Profesor invitado del Postgrado de Rehabilitación Bucal, FOULA.  
Práctica privada. Barinas-Venezuela.  
[gtrivillion@gmail.com](mailto:gtrivillion@gmail.com)

 [orcid.org/0000-0003-0399-2562](https://orcid.org/0000-0003-0399-2562)

La evidencia reciente sugiere mayor prevalencia de Trastornos Temporomandibulares (TTM) dolorosos en personas con insomnio<sup>1</sup>. A nivel pronóstico, cohortes longitudinales indican que insomnio y somnolencia contribuyen a la transición de TTM agudo a crónico y a su persistencia<sup>2</sup>. Reforzando esta idea, un estudio de cohorte a gran escala de 8 años en Corea del Sur demostró una incidencia significativamente mayor de TTM en personas previamente diagnosticadas con trastornos primarios del sueño, sugiriendo la necesidad de un cribado activo de TTM en esta población<sup>3</sup>. Revisiones/metaanálisis recientes sugieren asociación entre SAOS y TTM, aunque con heterogeneidad y riesgo de sesgo<sup>4</sup>. La evidencia sobre osteoartritis de ATM no es concluyente<sup>5</sup>. Sin embargo, las intervenciones en SAOS (p. ej., CPAP/MAD) pueden reducir el dolor por TTM<sup>6</sup>. Se ha descrito un entrelazamiento entre bruxismo, dolor orofacial y trastornos del sueño, con “relaciones causa-efecto complejas”<sup>7</sup>.

Una revisión sistemática específica sobre este tema encontró una mayor prevalencia de bruxismo en individuos que presentan TTM y apnea obstructiva del sueño, así como una mayor duración e intensidad de síntomas como el dolor orofacial en pacientes bruxistas<sup>8</sup>.

Se requieren cohortes poblacionales y ensayos pragmáticos que empleen DC/TMD y polisomnografía, controlen factores de confusión y evalúen desenlaces clínicamente significativos. Investigaciones en poblaciones específicas, como estudiantes universitarios, también continúan explorando esta relación para entender mejor sus manifestaciones en distintos grupos<sup>9</sup>.

## Bibliografía

1. Alqutaibi AY, Alhammad MS, Hamadallah HH, Altarjami AA, Malosh OT, Aloufi AM, Alkahtani LM, Alharbi FS, Halboub E, Almashraqi AA. Global prevalence of temporomandibular disorders: a systematic review and meta-analysis. *J Oral Facial Pain Headache*. 2025 Jun; 39(2): 48-65. doi: 10.22514/jofph.2025.025. Epub 2025 Jun 12. PMID: 41070533; PMCID: PMC12531580.
2. Elsaraj SM, Gornitsky M, Hovey R, Samim F, Der Khatchadourian Z, Velly A. The Contribution of Insomnia and Obstructive Sleep Apnea on the Transition from Acute to Chronic Painful Temporomandibular Disorders and their Persistence: A Prospective 3-Month Cohort Study. *Can J Pain*. 2023 Nov 28; 7(2): 2266738. doi: 10.1080/24740527.2023.2266738. PMID: 38126045; PMCID: PMC10732622
3. Kim SJ, Park SM, Cho HJ, Park JW. The Relationship Between Primary Sleep Disorders and Temporomandibular Disorders: An 8-Year Nationwide Cohort Study in South Korea. *Int J Gen Med*. 2021 Oct 25; 14: 7121-7131. doi: 10.2147/IJGM.S331387. PMID: 34729021; PMCID: PMC8555531.
4. Machado CAO, de Resende CMBM, Stuginski-Barbosa J, Porporatti AL, Carra MC, Michelloti A, Boucher Y, Simamoto Junior PC. Association between obstructive sleep apnea and temporomandibular disorders: A meta-analysis. *J Oral Rehabil*. 2024 Oct; 51(10): 2220-2233. doi: 10.1111/joor.13794. Epub 2024 Jul 15. PMID: 39007230.
5. Kang JH, Lee JK. Associations between obstructive sleep apnea and painful temporomandibular disorder: a systematic review. *Journal of the Korean Association of Oral and Maxillofacial Surgeons*. 2022 Oct; 48(5): 259-266. DOI: 10.5125/jkaoms.2022.48.5.259. PMID: 36316183; PMCID: PMC9639245. DOI:10.5125/jkaoms.2022.48.5.259
6. Machado C, Resende C, Stuginski-Barbosa J, Porporatti A, Boucher Y, Michelloti A, Simamoto Júnior P. Association between Obstructive Sleep Apnea and Temporomandibular Disorders. A Meta-Analysis. *Sleep Science*. 2023. 16. 10.1055/s-0043-1770176.
7. Alessandri-Bonetti, A; Lobbezoo, F, Mangino, G et al. Obstructive sleep apnea treatment improves temporomandibular disorder pain. *Sleep Breath*. 2024 28: 203-209. <https://doi.org/10.1007/s11325-023-02883-4>
8. Zapién Espinosa, V; Murillo, A; Vargas López, I; Díaz Aguilar, F. Relación entre el bruxismo del sueño con trastornos temporomandibulares, dolor orofacial y apnea del sueño: revisión sistemática. *Difusión Científica*. 2024. 6(11): 180-195. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=9720700>
9. Cáceres Claussen B. Relación de la calidad del sueño y las alteraciones temporomandibulares en los estudiantes de odontología de la Universidad Norbert Wiener en el periodo 2023-2. Internet]. Universidad Privada Norbert Wiener; 2025 [citado: 2026, febrero]