



## Vínculos entre el bruxismo, factores psicosociales y su impacto en la salud bucodental

### Links between bruxism, psychosocial factors, and their impact on oral health

Delia María Villacrés-Yancha  
uq.dmvillacres72@uniandes.edu.ec

Universidad Regional Autónoma de los Andes, Quevedo, Los Ríos, Ecuador  
<https://orcid.org/0009-0009-1975-3153>

Marissa Jayli Suárez-Verdezoto  
marissasv31@uniandes.edu.ec

Universidad Regional Autónoma de los Andes, Quevedo, Los Ríos, Ecuador  
<https://orcid.org/0009-0006-2296-606X>

Juan Fernando Guillin-Barcia  
juangb03@uniandes.edu.ec

Universidad Regional Autónoma de los Andes, Quevedo, Los Ríos, Ecuador  
<https://orcid.org/0009-0002-4757-9972>

Jaime Jair Tóala-Angulo  
jaimeta51@uniandes.edu.ec

Universidad Regional Autónoma de los Andes, Quevedo, Los Ríos, Ecuador  
<https://orcid.org/0009-0002-4757-9972>

#### RESUMEN

**Objetivo:** analizar los vínculos entre el bruxismo, factores psicosociales y su impacto en la salud bucodental. **Método:** se aplicó revisión sistemática, la población se refinó a 15 artículos científicos.

**Resultados:** los factores biosociales, como el estrés laboral y familiar, son determinantes en la aparición del bruxismo en adultos, especialmente en aquellos con alta carga emocional y laboral.

**Conclusión:** la influencia de una gestión emocional inadecuada y hábitos orales poco saludables resalta la importancia de una aproximación integral en su prevención y tratamiento.

**Descriptor:** bruxismo; rehabilitación bucal; enfermedades dentales. (Fuente, DeCS).

#### ABSTRACT

**Objective:** to analyse the links between bruxism, psychosocial factors and their impact on oral health.

**Method:** a systematic review was applied, the population was refined to 15 scientific articles. **Results:** biosocial factors, such as work and family stress, are determinants in the occurrence of bruxism in adults, especially in those with a high emotional and work load. **Conclusion:** the influence of inadequate emotional management and unhealthy oral habits highlights the importance of a comprehensive approach to prevention and treatment.

**Descriptors:** bruxism; mouth rehabilitation; tooth diseases. (Source, DeCS).

Recibido: 13/10/2024. Revisado: 18/10/2024. Aprobado: 27/10/2024. Publicado: 06/11/2024.

Original breve



## INTRODUCCIÓN

El bruxismo es una actividad parafuncional caracterizada por el apretamiento o rechinamiento involuntario de los dientes, que ocurre tanto durante el sueño como en la vigilia (1). Aunque su etiología es multifactorial, se ha establecido una correlación significativa entre el bruxismo y factores psicosociales como el estrés, la ansiedad y la percepción de carga emocional, especialmente en situaciones de alta presión como la pandemia de COVID-19 (2). Diversos estudios han indicado que estos factores pueden exacerbar la incidencia y severidad del bruxismo, afectando negativamente la salud bucodental de quienes lo padecen (3,4).

Los efectos del bruxismo van más allá del desgaste dental, por cuanto incluyen dolor en la articulación temporomandibular, hipersensibilidad dental y problemas de oclusión, lo cual impacta la calidad de vida de los pacientes (5). El impacto del bruxismo es aún más significativo en poblaciones con alto nivel de ansiedad o que experimentan un manejo inadecuado de las emociones negativas, lo que sugiere una relación directa entre factores psicoemocionales y la aparición de esta condición (6,7), estudios han demostrado que el estrés percibido en estudiantes de odontología y otras áreas de la salud aumenta los síntomas de bruxismo (8,9).

A partir de estas consideraciones, el presente artículo tiene como objetivo analizar los vínculos entre el bruxismo, factores psicosociales como el estrés y la ansiedad, y su impacto en la salud bucodental. Para ello, se revisará la literatura que explora esta relación y se evaluarán los factores que predisponen o exacerban el bruxismo en diferentes poblaciones, proporcionando una visión integral de sus consecuencias clínicas y la importancia de abordajes preventivos (10-12).



Este artículo tiene por objetivo analizar los vínculos entre el bruxismo, factores psicosociales y su impacto en la salud bucodental.

## MÉTODO

Se realizó una revisión sistemática siguiendo los lineamientos del Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses (PRISMA).

La selección incluyó 15 artículos científicos específicamente relacionados con el bruxismo, factores psicosociales y su impacto en la salud bucodental.

La búsqueda se llevó a cabo en bases de datos electrónicas como PubMed, Scopus, Cochrane Library y CINAHL, utilizando términos clave como "bruxism", "psychosocial factors", "oral health", "stress", "anxiety" y "dental health", combinados mediante operadores booleanos ("AND", "OR"). La revisión abarcó estudios publicados entre 2000 y 2023.

## ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS

La relación entre el bruxismo y los factores psicosociales ha sido ampliamente discutida en la literatura científica, mostrando cómo el estrés y la ansiedad pueden desencadenar o agravar esta condición, Rodríguez Betancourt et al. (1) destacan que, durante la pandemia de COVID-19, el aumento de la ansiedad impactó significativamente en la prevalencia del bruxismo en la población general, observándose una relación directa entre altos niveles de estrés y síntomas severos de bruxismo. En consonancia, Alcolea-Rodríguez et al. (2) argumentan que los factores biosociales, como el estrés laboral y familiar, son determinantes en la aparición del bruxismo en adultos, especialmente en aquellos con alta carga emocional y laboral.



Vínculos entre el bruxismo, factores psicosociales y su impacto en la salud bucodental  
Links between bruxism, psychosocial factors, and their impact on oral health  
Delia María Villacrés-Yancha  
Marissa Jayli Suárez-Verdezoto  
Juan Fernando Guillin-Barcia  
Jaime Jair Tóala-Angulo

Otros estudios, como el de Estrada-Murillo y Evaristo-Chiyong (3), respaldan esta correlación al analizar la incidencia de bruxismo en estudiantes de odontología, quienes experimentan elevados niveles de estrés académico. Estos hallazgos son consistentes con los de Martínez-Hernández et al. (4), quienes afirman que los estudiantes de las áreas de salud presentaron un incremento en los signos de bruxismo debido a la percepción de estrés generado durante la pandemia. Esta evidencia sugiere que los entornos de alta presión emocional aumentan el riesgo de desarrollar bruxismo, reflejando una clara influencia de los factores psicosociales en su aparición y progresión.

El análisis de Hernández-Reyes et al. (5) amplía el enfoque al incluir factores de riesgo específicos, como el consumo de estimulantes y el mal manejo del estrés, que también se asocian con el bruxismo en adultos. Este hallazgo es complementado por Peláez-Gonzales et al. (6), quienes en su revisión sobre bruxismo del sueño en niños encontraron que el estrés familiar y escolar influye en el desarrollo de esta condición, indicando que la exposición a factores estresantes desde temprana edad puede predisponer al bruxismo en la adultez.

Por otro lado, Cruz Fierro y González-Ramírez (7) aportan un análisis de caso que muestra cómo el estrés percibido en contextos familiares afecta a todos los miembros de una familia, con manifestaciones de bruxismo asociadas a una deficiente gestión emocional. Este hallazgo coincide con los estudios de García-García et al. (8), quienes hallaron que las alteraciones funcionales y los hábitos orales en estudiantes están significativamente relacionados con situaciones de estrés y maloclusión. En línea con estos resultados, Queiroz et al. (9) concluyen que el dolor autoinformado y las condiciones de salud bucal en jóvenes deportistas están condicionados por factores psicosociales, reflejando una interconexión entre el manejo emocional y la salud bucodental.



En el contexto universitario, Castro et al. (10) examinan los síntomas de bruxismo en estudiantes de odontología, quienes reportaron niveles elevados de estrés y ansiedad debido a las demandas académicas, lo que evidencia cómo el entorno educativo influye en la prevalencia del bruxismo. Gutiérrez et al. (11) refuerzan esta idea al señalar que el bruxismo puede también estar relacionado con factores otorrinolaringológicos, especialmente en pacientes con altos niveles de tensión psicológica, indicando una relación compleja entre los sistemas fisiológicos y los factores emocionales.

El trabajo de Cruz-Fierro et al. (12) sostiene que una mala gestión de las emociones negativas, como la ansiedad y el enojo, aumenta significativamente el riesgo de bruxismo. Estos hallazgos son respaldados por Stefanelli et al. (14), quienes identifican una alta prevalencia de bruxismo en estudiantes de educación física que experimentan ansiedad y presión emocional. Asimismo, el estudio de Vavrina (15) clasifica el bruxismo en función de su etiología y propone que tanto los factores psicológicos como los neurológicos pueden ser desencadenantes de esta condición.

## **CONCLUSIÓN**

En síntesis, la revisión evidencia que el bruxismo no solo es una manifestación física de factores psicosociales, sino que responde a una interacción compleja entre el estrés, la ansiedad y los entornos de alta demanda emocional, tanto académicos como laborales y familiares. Los estudios destacan que estas presiones psicosociales incrementan la severidad del bruxismo, afectando la salud bucodental con consecuencias que van desde el desgaste dental hasta alteraciones en la articulación temporomandibular y problemas de oclusión. Asimismo, la influencia de una gestión emocional inadecuada y hábitos orales poco saludables resalta la importancia de una aproximación integral en su prevención y tratamiento. Las



intervenciones eficaces deberían enfocarse no solo en el manejo odontológico, sino en la promoción de técnicas de reducción de estrés y entrenamiento emocional, abordando así los factores psicosociales que subyacen en el bruxismo y ofreciendo una mejora en la calidad de vida de quienes lo padecen.

### **FINANCIAMIENTO**

No monetario

### **CONFLICTO DE INTERÉS**

No existe conflicto de interés con personas o instituciones ligadas a la investigación.

### **AGRADECIMIENTOS**

A la dirección de investigación de UNIANDES.

### **REFERENCIAS**

1. Rodríguez Betancourt Mylene del C., Yero-Mier Ileana María, Fernández Rodríguez Camilo Adrián, Acosta Cabezas Maribel, de Castro Yero Jorge Luis, Fábregas Tejeda Juan Rafael. Grado de afectación del bruxismo y estado de ansiedad durante la pandemia de la COVID-19. *Gac Méd Espirit* [Internet]. 2022; 24(2).
2. Alcolea-Rodríguez José Rolando, Herrero Escobar Pilar, Ramón Jorge Mariela, Labrada Sol Elena Trinidad, Pérez Téllez Mercedes, Garcés Llauger Dolores. Asociación del bruxismo con factores biosociales. *CCM* [Internet]. 2014; 18(2): 190-202.
3. Estrada-Murillo Nilvert A., Evaristo-Chiyong Teresa A. Estados psicoemocionales y presencia de bruxismo en estudiantes de odontología peruanos. *Odovtos* [Internet]. 2019; 21(3): 111-117.
4. Martínez-Hernández Margarita Mahetzi, González-Alamilla Ramón, Gutiérrez-Sánchez Jairo Eduardo, Cuevas-Suárez Carlos Enrique, Monjarás-Ávila César U., Monjarás-Ávila Ana Josefina. Self-Report of the perception of stress and signs of bruxism generated during the pandemic in student of the health area. *Odovtos* [Internet]. 2022; 24(3): 200-212.
5. Hernández-Reyes Bismar, Díaz Gómez Silvia María, Hidalgo Hidalgo Siomara, López Lamezón Sandra, García Vitar Lourdes, Noy José Enrique. Factores de riesgo de bruxismo en pacientes adultos: Risk factors of bruxism in adult patients. *AMC* [Internet]. 2017; 21(3): 311-320.
6. Peláez-Gonzales E, Campos Campos K, Alvarez-Vidigal E. Factores de riesgo relacionados al bruxismo del sueño en niños de 3 a 12 años: revisión de literatura. *Odo. Vit.* [Internet]. 2022;1(36):76-91.



Vínculos entre el bruxismo, factores psicosociales y su impacto en la salud bucodental  
Links between bruxism, psychosocial factors, and their impact on oral health  
Delia María Villacrés-Yancha  
Marissa Jayli Suárez-Verdezoto  
Juan Fernando Guillin-Barcia  
Jaime Jair Tóala-Angulo

7. Cruz Fierro N, González-Ramírez MT. Estrés percibido y factores asociados al bruxismo. Reporte de caso de una familia. *Ajayu Órgano de Difusión Científica del Departamento de Psicología UCBSP*. 2017;15(2):133-152.
8. García-García V.J., Ustrell Torrent J.M., Sentís Vilalta J. Evaluación de la maloclusión, alteraciones funcionales y hábitos orales en una población escolar: Tarragona y Barcelona. *Av Odontoestomatol [Internet]*. 2011; 27(2): 75-84.
9. Queiroz RL da S, et al. Oral health conditions and self-reported presence of pain in rowers: an epidemiology study. *Rev Bras Med Esporte*. 2021;27(6):549-552. Available from: [https://doi.org/10.1590/1517-8692202127062021\\_0131](https://doi.org/10.1590/1517-8692202127062021_0131)
10. Castro SRN, Achupatin ANN, Briones FMA, Cobos JDM. Estudio de la presencia de síntomas bruxismo en estudiantes de la carrera de odontología en la Universidad Regional Autónoma de los Andes. *Rev Conrado*. 2022;18(S2):47-53.
11. Gutiérrez R. Mario Felipe, Miralles L. Rodolfo, Fuentes del C. Aler Daniel, Santander N. Hugo, Valenzuela F. Saúl, Gamboa C. Natalia Andrea et al. Bruxismo y su relación con otorrinolaringología: una revisión de la literatura. *Rev. Otorrinolaringol. Cir. Cabeza Cuello [Internet]*. 2021; 81(1): 153-162.
12. Cruz-Fierro N, Vanegas-Farfano MTJ, González-Ramírez MT, Landero-Hernández R. Síntomas de ansiedad, el manejo inadecuado de las emociones negativas y su asociación con bruxismo autoinformado. *Ansiedad Estrés*. 2016;22(2):62-7.
13. Queiroz RL da S, et al. Oral health conditions and self-reported presence of pain in rowers: an epidemiology study. *Rev Bras Med Esporte*. 2021;27(6):549-552. Available from: [https://doi.org/10.1590/1517-8692202127062021\\_0131](https://doi.org/10.1590/1517-8692202127062021_0131)
14. Stefanelli Maria Lucía, Meléndez Gallardo José, Kreiner Feder Marcelo, Fernández Rey Luis Ignacio, Scarrone Pessano Daniela Lucia, Bentancort Santiago. Bruxismo de la vigilia por autoreporte y factores asociados en estudiantes universitarios de educación física. *Odontoestomatología [Internet]*. 2022;24(40): e227.
15. Vavrina J, Vavrina J. Bruxismus: Einteilung, Diagnostik und Behandlung [Bruxism: Classification, Diagnostics and Treatment]. *Praxis (Bern 1994)*. 2020;109(12):973-978. doi:10.1024/1661-8157/a003517

**Derechos de autor: 2024 Por los autores. Este artículo es de acceso abierto y distribuido según los términos y condiciones de la licencia Creative Commons Atribución-NoComercial-CompartirIgual 4.0 Internacional (CC BY-NC-SA 4.0)**  
<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/>