

L'ODONTOLOGIA ESPORTIVA

19 desembre, 2018



L'odontologia esportiva implica la prevenció de les lesions en els teixits durs i tous de la boca mitjançant l'ús correcte de protectors bucals personalitzats. Al contrari del que es pugui pensar, l'odontologia esportiva està dirigida a tots els esportistes, no només als professionals, ja que qualsevol esportista corre el risc de patir una lesió dental.

Prevenir lesions amb l'odontologia esportiva

En els darrers anys, l'odontologia esportiva ha guanyat importància en el món de l'esport, no només per incrementar les mesures de seguretat dels esportistes si no per millorar el rendiment dels esportistes d'alt nivell, com és el cas de Cristiano Ronaldo que utilitza un protector bucal que a més a més de prevenir una lesió bucal, li dona un major rendiment. Com? Li ajuda a col·locar correctament la mandíbula i al mossegar li genera un augment de potència als músculs.

Tradicionalment, la prevenció de les lesions esportives en alguns esports, sobre tot als EEUU, s'ha basat en l'educació de pares i joves esportistes en relació als beneficis d'utilitzar protectors bucals, màscares i qualsevol altre tipus de material que protegeixi la cara o la boca.

Els protectors bucals són l'estendard de la prevenció en odontologia esportiva i protegir les dents dels cops, a més a més d'estabilitzar l'articulació mandibular i ajudar a prevenir lesions en la seva articulació. A més, poden reduir substancialment les lesions dels teixits tous, tant en genives com en llavis. Per tant, el protector bucal no només protegeix les dents, si no que preveu qualsevol tipus de lesió en tota la boca i el cap.

Tractament de les lesions esportives de la boca

L'odontologia esportiva també implica el tractament d'esportistes per reparar lesions dentals o orals provocades durant la competició. Les lesions esportives de la boca poden provocar greus problemes i grans costos econòmics per la seva recuperació. Moltes d'ells es poden prevenir mitjançant proteccions com el protector bucal. Els segurs esportius com el de la **Mutualitat Catalana de Futbolistes** cobreixen només una part del cost, la resta ha de ser sufragat per l'esportista. Hi ha altres segurs esportius que no ho cobreixen.

Tipus de protectors bucals en odontologia esportiva

Els dentistes ajuden als esportistes a prevenir les lesions de la boca a partir de la protecció dels teixits durs (dents i maxil·lars) i els teixits tous mitjançant un protector bucal personalitzat. Comptar amb una fèrula que encaixi a la perfecció és vital ja que aconseguir una major protecció a més de no molestar als esportistes.

Millora el teu rendiment des de la boca

En els últims anys, s'han incrementat els estudis que es fixen en la relació entre el rendiment esportiu i odontologia. Les seves conclusions han fet desenvolupar protectors bucals especials que incrementen el rendiment dels esportistes a partir de la fisiologia neurometabòlica craniofacial. És a dir, aquests protectors bucals ofereixen una millora del rendiment físic a través de l'alineació òptima de la mandíbula.

La teoria afirma que a l'alinejar la mandíbula de manera ideal, el cos és capaç de millorar les seves funcions i incrementar la força, la resistència i velocitat. És el cas que explicàvem sobre la utilització d'aquests protectors per part de Cristiano Ronaldo o la majoria dels pilots de Moto GP.

Dr. Dario Vieira Pereira