



Rev Mex Med Forense, 2020, 5(suppl 1):93-96

ISSN: 2448-8011

Salud Bucal como parte de mi Salud Integral Propuesta Original

Oral Health as part of my Integral Health

Barranca Enríquez, Antonia *; Martínez Fuentes, Alexey *

Recibido: 15 Oct 2019, Aceptado: 15 Nov 2019, Publicado: 15 Marzo 2020

* Centro de Estudios y Servicios en Salud. Universidad Veracruzana, Región Veracruz
Autor de correspondencia: Antonia Barranca Enríquez, abarranca@uv.mx

INTRODUCCIÓN

Las principales enfermedades bucales, como la caries dental y la periodontitis, son prevenibles. La educación y la promoción de hábitos saludables es una estrategia costo-efectiva, sobre todo si la aplicamos en los niños y jóvenes aún sanos, puesto que las estrategias de promoción y prevención son menos costosas que las de curación, rehabilitación o limitación del daño. Las escuelas son los ambientes ideales para

impartir educación en salud general y en salud bucal para los alumnos, sus familias y sus maestros. El promover la salud bucal también puede emplearse como una plataforma para el fomento de la salud general y puede causar un impacto en las enfermedades no transmisibles¹. La educación en salud es un proceso que promueve cambios de conceptos, comportamientos y actitudes frente a la salud, a la enfermedad y al uso de los servicios y que refuerza conductas positivas. Este proceso implica un trabajo

compartido que facilita al personal de salud y a la comunidad, la identificación y el análisis de los problemas y la búsqueda de soluciones de acuerdo con el contexto social y cultural². Existe, también, una evidencia creciente de que las enfermedades bucales no tratadas poseen consecuencias sistémicas y agravan el curso de las enfermedades no transmisibles³. Por lo cual el reto es pasar de la odontología curativa que beneficia como máximo al 10 % de la población, a una odontología que promueva la salud bucal y que incluya el cuidado de la salud general para generar mayor cobertura e impacto⁴.

OBJETIVO

Crear grupos de alumnos promotores de Salud Bucal que fomenten hábitos de higiene bucal adecuados, para la prevención de enfermedades bucales y sistémicas

METODOLOGÍA

A través de la experiencia educativa del AFEL y de las ferias de Salud, se han generado conciencia sobre la importancia de la prevención en salud oral la cual consiste en el conjunto de actividades orientadas a evitar la ocurrencia de enfermedades orales susceptibles de ser adquiridas por un individuo, a partir del control de los factores de riesgo, en este caso, de dos de las enfermedades más prevalentes en el ser humano, la caries y las enfermedades periodontales⁵. La placa bacteriana es uno de los factores etiológicos de estas dos enfermedades⁶, razón por la cual su remoción y control cobra especial relevancia, no solo durante los procedimientos odontológicos en los diferentes niveles de prevención - principalmente en el primario- sino

también como parte de los mecanismos terapéuticos -físicos y químicos- de higiene oral con que cuentan los seres humanos⁷. La promoción y prevención en salud oral hacen parte del nivel de atención primaria y su instauración obedece a políticas establecidas en el Plan Nacional de Salud Oral que incorpora la educación en salud oral, encaminada hacia la predisposición, establecimiento y refuerzo del comportamiento voluntario de todo individuo con base en experiencias de aprendizaje que busquen controlar los factores de riesgo de dichas enfermedades. No obstante, el control de la placa bacteriana, además de ser una medida preventiva primaria, es una medida de la prevención secundaria porque también actúa como tratamiento precoz de las gingivitis y por, su influencia, en el control de la progresión de las caries incipientes y de las enfermedades periodontales; de igual forma, hace parte de la prevención terciaria ya que en aquellos pacientes a quienes se les ha diagnosticado gingivitis o periodontitis es parte del tratamiento necesario para mantener los resultados y evitar la recurrencia de la enfermedad⁸. El control físico mecánico y químico terapéutico de la placa bacteriana conforma en una serie de técnicas preventivas y tratamientos no invasivos que constituyen parte de lo que se ha denominado promoción y prevención en salud oral⁹.

De esta forma, uno de los desafíos más importantes en la actualidad es lograr que los individuos controlen el acumulo y retención de placa bacteriana; y se ha visto que no tenemos insertado el hábito de cepillarse los dientes de manera frecuente y adecuada, por lo cual es importante informar y promover el adecuado cepillado dental después de ingerir alimentos, aun encontrándonos en un entorno escolar.

Así que principalmente dentro de la experiencia educativa el alumno adquiere la información sobre el origen de las principales enfermedades de la boca y su relación con su cuerpo y se realizan actividades para que las pongan en práctica con ellos y posteriormente las promuevan.

Actividades realizadas

- Cartel promocional sobre la importancia de la salud bucal
- Técnica de cepillado e hilo dental
- Cada alumno promueve y enseña la técnica adecuada a su familia y amigos.
- Se realiza de manera aleatoria durante el curso la detección de placa dentobacteriana y el alumno lleva un registro.
- Se promueve traer siempre cepillo y pasta dental en la mochila.

Se realizó un cuestionario de 10 preguntas para medir el impacto después de haber cursado la experiencia educativa y haber realizado las actividades durante el semestre.

RESULTADOS

Se realizó cuestionario a 51 alumnos que cursaron la experiencia educativa Salud bucal, de los cuales el 66.7% (17) fueron del sexo femenino y el 33.3% masculinos. Con un rango de edad de 19 a 26 años, los programas educativos de procedencia de los alumnos fueron de: Bionátesis, Enfermería, Ingeniería Mecánica, Nutrición, Odontología y Psicología.

El 92.15% (47) respondieron que es importante su salud bucal porque es

parte de su salud integral y el 7.84% (4) que no es importante porque sus dientes se ven blancos y bien.

El 66.7% (34) acuden por lo menos 1 vez al año a consulta odontológica, el 56.90% (29) su última visita fue hace menos de 6 meses, el 13.7% (7) un año, el 17.6% (9) no recuerda y el 11.8% (6) nunca han acudido a consulta.

Las veces que se cepillan los dientes al día obtuvo la siguiente distribución: 2 veces 29.4% (15), 3 veces 52.90% (27) y más de 3 veces 17.6% (9)

El 82% (41) se realizan autoexploración de su boca, el 60% (31) han acudido a realizarse una profilaxis dental y el 60.80% (31) acostumbran traer cepillo y pasta dental en su mochila.

Solo el 15.70% (8) se han realizado un blanqueamiento dental y el 74.50% (38) cambian su cepillo dental de 3 a 6 meses.

Y el 99% manifestaron haber adquirido algún hábito o cambio para beneficio de su salud bucal

CONCLUSIONES

Es evidente que un porcentaje considerable de alumnos incorporo hábitos de higiene bucal como el cepillado aun dentro de su tiempo de clases, ya que varios traen su cepillo dental y realizan el cepillado 3 o más veces al día. Cuando datos del Examen de Salud Integral en el interrogatorio nos arroja el 95% solo se cepilla los dientes 2 veces al día, solo del 10 al 15% se han realizado una limpieza dental en el último año y el 30% realiza un cepillado adecuado, Así que es importante continuar con actividades que fomenten y den un seguimiento sobre la importancia de incorporar el hábito del cepillado, acudan de manera frecuente a revisión

dental y se realicen autoexploración para detectar a tiempo inicios de enfermedad, realizando una odontología menos invasiva y conservadora.

Por lo cual es importante seguir realizando platicas de información y capacitación para académicos y alumnos sobre la importancia del cepillado dental después de ingerir alimentos dentro de las ferias de salud y actividades afines. Realizar una campaña con capsulas informativas con el slogan “cepilla y sonríe para una salud integral” mediante las redes sociales de la universidad dirigida a estudiantes y académicos, para motivar y fomentar que todos puedan portar su cepillo y pasta dental, ya que así como se ha promovido por años y existen letreros acerca del hábito de “lávese las manos antes y después de comer” o “lávese las manos antes y después de ir al baño”, se puede promover y colocar en los baños mensajes como “Después de comer cepilla tus dientes y sonríe”. Este hábito debe ser fomentado y visto como un cuidado de salud e higiene personal importante y que es normal cepillarse los dientes dentro de un baño público. De esta manera se puede fortalecer el cepillado en los espacios escolares, ya que teniendo una higiene oral adecuada obtenemos beneficios como; reducir la halitosis, buena presentación al hablar, prevención de caries y enfermedad periodontal.

REFERENCIAS

1. Colombia, Congreso de la República (2011, 19 de enero), “Ley 1438 de 2011 Por medio de la cual se reforma el Sistema General de Seguridad Social en Salud y se dictan otras disposiciones”, en Diario Oficial núm. 47.957, 19 de enero de 2011.
2. GREENE W. H., MORTON SIMONS B.G. Educación para la salud. Editorial Interamericana. México D.F. 1988
3. Contreras A. Compelling evidence reveals that oral chronic infection and oral inflammation generate systemic consequences. *Colomb Med.* 2011;42:416-7
4. Eaton KA. Global oral public health, the current situation and recent developments. *J Public Health Policy.* 2012;33:382-6.
5. Alpiste F, Gil FJ, Domínguez E. Efectos adversos del control mecánico de la placa bacteriana. En: Sanz M (editor), control de placa e higiene bucodental. Primer Workshop Ibérico. Ergón editores. Madrid: 2003; p.159-79.
6. Reich E, Lussi A, Newbrun E. Caries-risk assessment. *International Dental Journal* 1999; 49 (49):15-26.
7. Abello R, Herazo B. Enfermedad periodontal en Colombia y en el mundo. En: Ferro MB, Gómez M (editores), fundamentos de la odontología. Primera edición. Javegraf impresores. Santa fe de Bogotá: 2000; p. 68-84.
8. Legido B, Casa A. Educación y motivación para el control mecánico de la placa. En: Sanz M (editor), Primer Workshop Ibérico, control de placa e higiene bucodental. 2002; p. 271-302

