

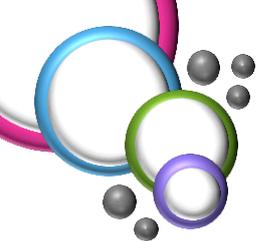


Guía de Promoción y Prevención en Salud Bucal para padres de niños con discapacidad auditiva

Facultad de Ciencias de la Salud

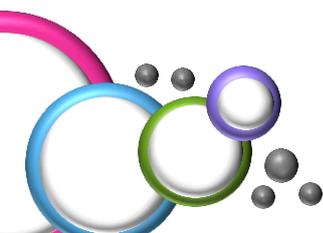
Carrera de Odontología

2019



Índice

Introducción	3
La Boca o cavidad oral	4
Funciones de la boca	6
Los dientes.....	7
Partes de los dientes	7
Clasificación de los dientes.....	8
Enfermedades bucales	9
Principales enfermedades bucales.....	10
Alimentación y Salud bucal	11
Alimentación saludable	12
Colación escolar	13
Dieta cariogénica	14
Consumo de agua potable	15
Hábitos de higiene bucal	16
Higiene bucal	17
Implementos de higiene bucal.....	18
Cepillo dental.....	18
Pasta dental.....	20
Hilo dental.....	20
Enjuague bucal.....	21
Recomendaciones para mantener la salud bucal de los niños	22
Promoción de la salud bucal en el hogar y la institución educativa.....	23
Consulta odontológica.....	24
Recomendaciones generales	25
Bibliografía	26



Introducción

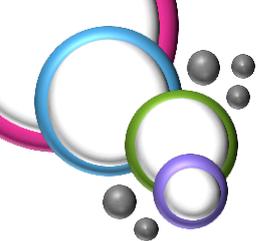
La Salud representa un estado de equilibrio entre el ser humano y el medio que lo rodea. Es decir un completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de enfermedades. ⁽¹⁾ La salud bucal se define como la ausencia de dolor bucal o facial, de cáncer en boca o garganta, de enfermedades en las encías, de infecciones, de caries y pérdida de dientes, así como otras enfermedades que limiten a las personas en su capacidad de morder, masticar, hablar, reír.

Los términos cavidad oral hacen referencia a la “boca”, que no incluye únicamente los dientes y las encías, sino también otras estructuras como el paladar, mucosas que recubren boca y garganta, los labios, la lengua, los músculos de la masticación, las glándulas salivales, etc. ⁽²⁾

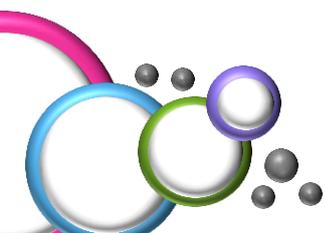
Es necesario que los padres conozcan la importancia de tener una correcta salud bucal, además sepan cómo prevenir las enfermedades bucales más frecuentes en sus hijos. ⁽³⁾ La prevención de estos problemas de salud es la forma más segura de evitar su aparición, utilizando medidas sencillas en el hogar y en la institución educativa. ⁽⁴⁾

La Guía de Promoción y Prevención en salud bucal para niños con discapacidad auditiva, tiene la finalidad de mejorar la salud bucal de la población, de manera que se mantenga saludable y obtenga los instrumentos necesarios para seguir en ese estado. Este propósito se consigue mediante diferentes estrategias que son:

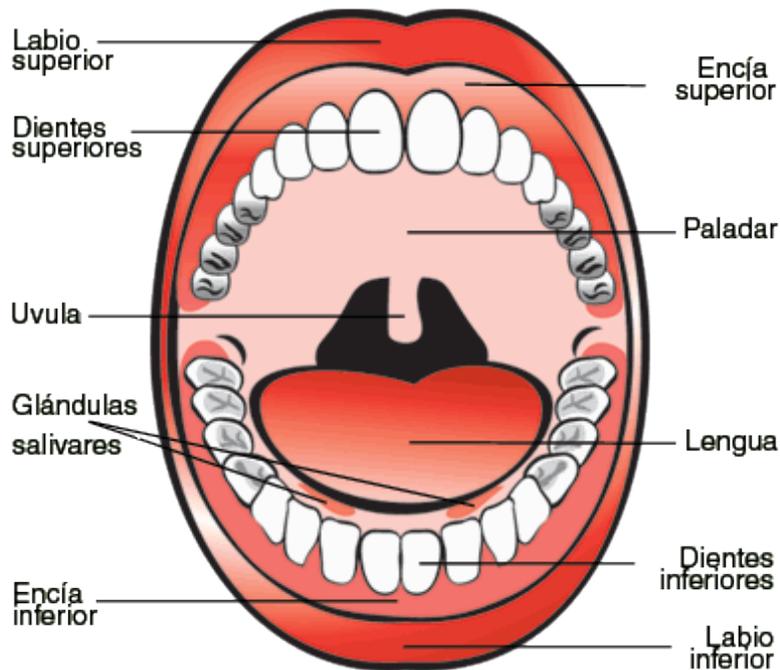
1. Promover hábitos de higiene bucal y alimentación saludable.
2. Plantear medidas de prevención de enfermedades bucales.
3. Fomentar el cuidado en la salud bucal de los niños con discapacidad auditiva, con la participación de los padres y maestros.



1 La Boca o cavidad oral



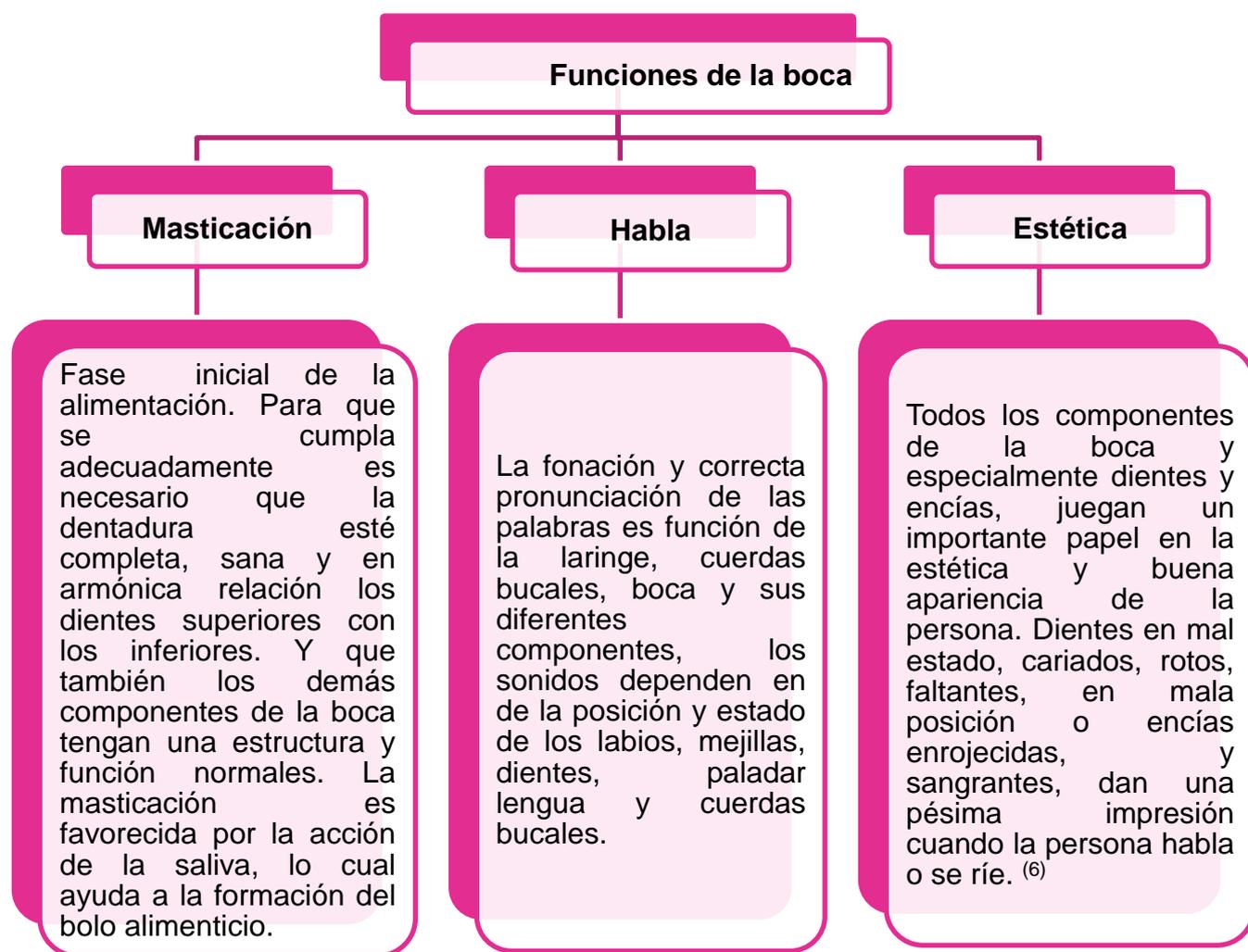
La boca y sus partes



La boca es una parte del cuerpo humano que desempeña un papel fundamental en la vida y en salud de las personas. Es por ello que se debe mantener un buen cuidado de la misma, para que pueda cumplir todas sus funciones. Está formada por labio superior e inferior, mejillas, dientes, encías, paladar y lengua. ⁽⁵⁾

Funciones de la boca

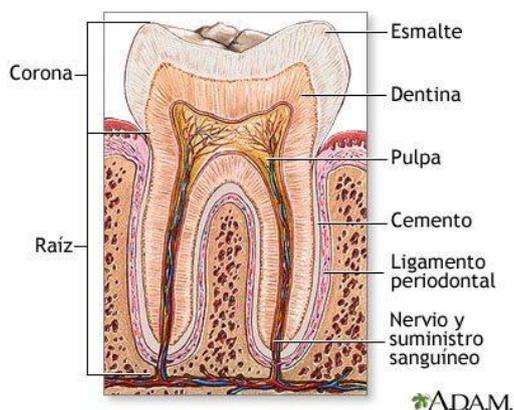
El perfecto funcionamiento de sus componentes permite a la boca cumplir con sus funciones. Entre las más importantes son:



Los dientes

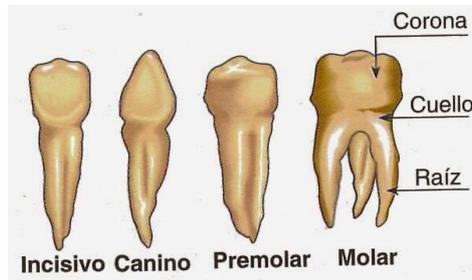
Los dientes son un componente de la boca compuestos por tejido mineralizado que nos ayudan a masticar y participan también en la comunicación oral.

Partes de los dientes



- **Corona:** parte normalmente visible del diente al abrir la boca.
- **Cuello:** línea de unión entre los dientes y las encías.
- **Raíz:** parte del diente no visible que se inserta en el hueso.
- **Esmalte:** capa externa del diente. Es el tejido más duro y mineralizado del cuerpo; pero, puede deteriorarse si los dientes no reciben los cuidados necesarios.
- **Dentina:** capa del diente que está debajo del esmalte.
- **Pulpa:** tejido blando que se encuentra en el centro de todos los dientes, donde están el tejido nervioso y los vasos sanguíneos. Si la caries alcanza la pulpa, por lo general, se siente dolor. ⁽⁷⁾

Clasificación de los dientes

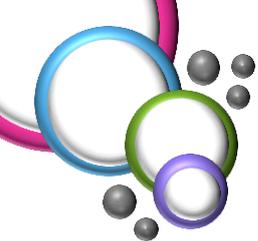


Los dientes se clasifican en:

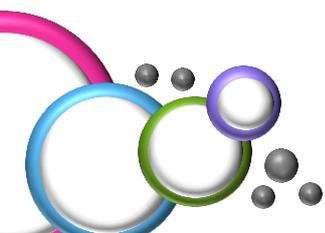
- **Incisivos:** dientes anteriores con bordes afilados en forma cuadrada (cuatro superiores y cuatro inferiores), son utilizados para cortar los alimentos.
- **Caninos:** dientes con forma puntiaguda (de cúspide) que se utilizan para desgarrar los alimentos (dos superiores y dos inferiores).
- **Premolares:** dientes tienen dos cúspides puntiagudas en su superficie de masticación. Su función es aplastar y desgarrar (cuatro superiores y cuatro inferiores).
- **Molares:** dientes utilizados para moler, estos dientes tienen varias cúspides (seis superiores y seis inferiores).⁽⁷⁾

Tipos de dentición:

- **Dentición temporal o de leche:** tiene 20 piezas dentales divididas en 10 superiores y 10 inferiores (4 incisivos, 2 caninos, 4 molares en cada arco).
- **Dentición Definitiva:** tiene 32 piezas dentales (4 incisivos, 2 caninos, 4 premolares y 6 molares en cada arco).



2 Enfermedades bucales



Principales enfermedades bucales



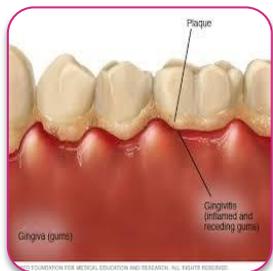
Caries

Grieta que aparece en los dientes causada por los ácidos producidos por los alimentos en proceso de descomposición. Produce dolor y cambio de coloración en el diente, cuando la lesión avanza puede alcanzar la pulpa dental (nervio), ocasionando un incremento del dolor e inflamación de la zona. ⁽⁸⁾



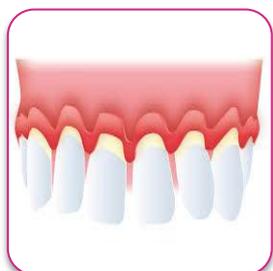
Halitosis

Mal aliento, es un conjunto de olores desagradables que se emiten por la boca. Está relacionada con una higiene bucal deficiente o con enfermedades de la boca u otro tipo de enfermedades. ⁽⁹⁾



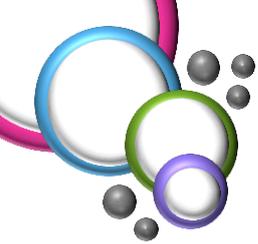
Gingivitis

Inflamación de las encías causada por una infección o acumulación de sarro y placa bacteriana. Se manifiesta con: sangrado, inflamación y enrojecimiento de las encías, halitosis. ⁽¹⁰⁾

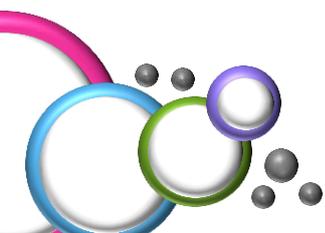


Periodontitis

Infección progresiva de las encías que produce la pérdida de los tejidos que protegen al diente. Es causada por la acumulación de sarro y placa bacteriana. Sus síntomas son enrojecimiento y sangrado leve de la encía, inflamación al cepillado. ⁽¹¹⁾



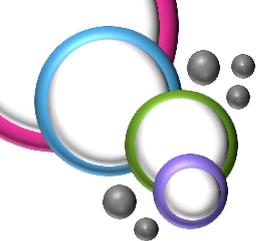
3 Alimentación y Salud bucal



Alimentación saludable

Una adecuada alimentación es sumamente importante para mantener una buena salud bucal y general. Una dieta sana, capaz de prevenir enfermedades, debe contener la siguiente variedad de alimentos:

GRUPO ALIMENTICIO	EJEMPLOS	FRECUENCIA DE CONSUMO	BENEFICIOS
Lácteos	Leche, yogur, queso.	De 2 a 3 veces al día	Proporcionan calcio, necesario para mantener los dientes sanos y fuertes
Verduras y frutas	Vegetales verdes y amarillos y frutas de toda clase	De 2 a 3 veces al día	Proporcionan vitaminas, principalmente A y C
Granos	Garbanzos, porotos, arvejas, lentejas.	Al menos dos veces a la semana.	Son una fuente alta de proteínas.
Carnes y derivados de origen animal	Pescado, res, pollo, huevos.	Dos veces por semana.	Proporcionan proteínas, hierro y vitamina A.
Carbohidratos	Alimentos que contienen trigo, cebada, avena, maíz, centeno.	Dos veces al día.	Proporcionan hierro y vitaminas. Son la fuente de energía para las actividades diarias.

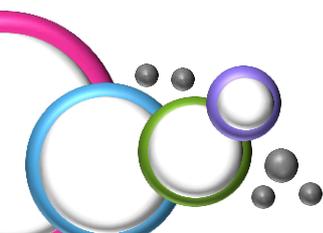


Aspectos a tomar en cuenta:

- Consumir alimentos con menor contenido de grasas saturadas y colesterol.
- Reducir el consumo de sal y azúcar
- Ingerir de 6 a 8 vasos de agua al día.

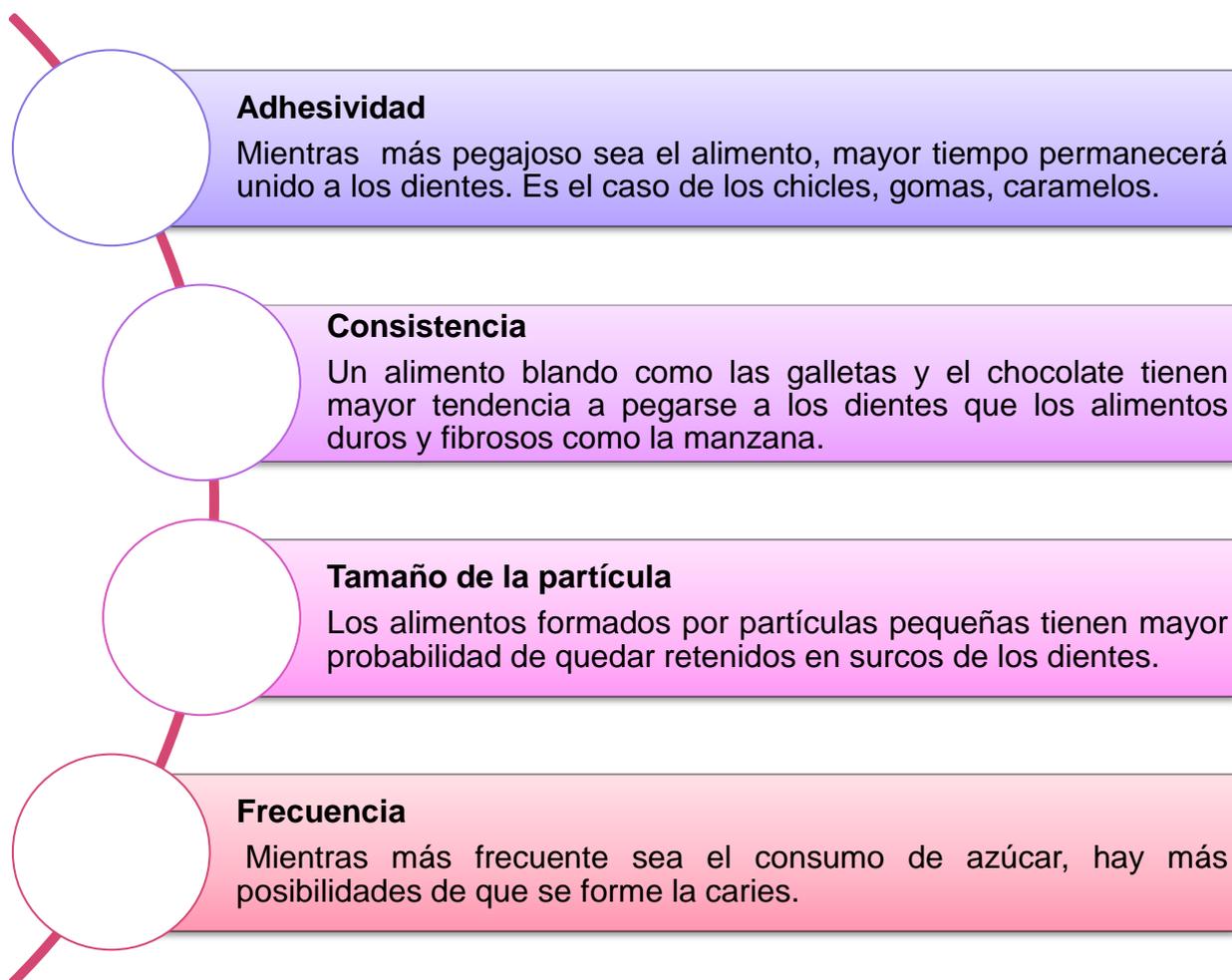
Colación escolar

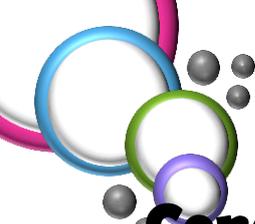
Una colación ideal debe constar de productos lácteos, frutas, cereales y frutos secos. Se debe evitar incluir en la colación del niño o niña alimentos con alto contenido de grasa, sal y azúcar, como es el caso de snacks, chocolates, caramelos, jugos artificiales y bebidas carbonatadas. ⁽⁴⁻⁵⁾



Dieta cariogénica

Existen alimentos que aumentan el riesgo de producción de caries. El azúcar se encuentra en la mayoría de alimentos, por ejemplo la leche, los jugos, las bebidas artificiales y otros alimentos dulces como la salsa de tomate, pan, galletas, entre otros. Cada vez que las bacterias de la boca están en contacto con el azúcar, producen un ácido que ataca a los dientes. ⁽⁴⁾ Existen factores que convierten a los alimentos en potenciales productores de caries entre ellas están:



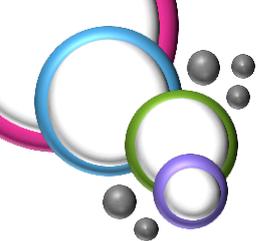


Consumo de agua potable

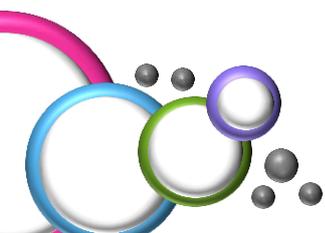
En Ecuador, el agua potable del 91% de la población contiene flúor, lo cual aporta a la protección contra la caries dental y la disminución de su avance. El Flúor en el agua en las cantidades adecuadas contribuye considerablemente a mejorar la salud bucal de los niños. Además la ingesta de agua purificada permite una hidratación correcta y un equilibrio de los fluidos corporales, de esa forma las funciones del cuerpo se llevan a cabo adecuadamente. ⁽¹²⁾

El agua cumple las siguientes funciones:

- Permite la absorción de todos los nutrientes contenidos en los alimentos.
- Participa en la contracción de los músculos y en las funciones neuronales.
- Ayuda en la excreción de desechos.
- Normaliza el buen funcionamiento del aparato digestivo, desde que la saliva se mezcla con los alimentos, hasta que son eliminados del cuerpo.
- Regula la producción de saliva, lo cual es muy importante en la prevención de las caries. ⁽⁴⁾



4 Hábitos de higiene bucal

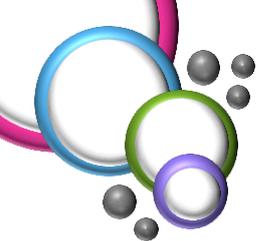


Higiene bucal

La higiene bucal es la práctica que consiste en mantener la boca limpia y libre de enfermedades, mediante el cepillado regular de los dientes y la limpieza de la cavidad bucal. Es decir una boca que está bien, luce bien y huele bien. Es muy importante que este buen hábito empiece desde la infancia. Una correcta limpieza de los dientes en la mañana, en la tarde y en la noche, antes de dormir es necesaria para evitar la formación de la placa bacteriana. Es necesario que el cepillado dental sea supervisado por los padres para estimular la rutina, corregir la técnica y colocar la cantidad apropiada de pasta dental. ⁽¹³⁾

Existen varios implementos utilizados en la higiene de la boca, aunque el cepillo puede ser considerado el más importante, existen otros que son sumamente importantes para una buena higiene oral como: el hilo dental y el enjuague bucal, los mismos que deben ser empleados conjuntamente con la pasta dental. ⁽¹⁴⁾





Implementos de higiene bucal

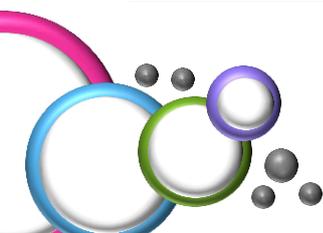
Cepillo dental

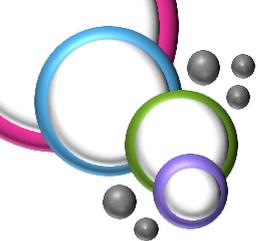
Elemento de aseo manual o eléctrico con un mango recto, un cabezal que permita el fácil acceso a las diferentes partes de la boca, de cerdas suaves, semiduras y duras que permite eliminar la placa bacteriana depositada en los dientes y de esta manera prevenir su acumulación y la aparición de enfermedades. ⁽¹⁵⁾

Técnica:

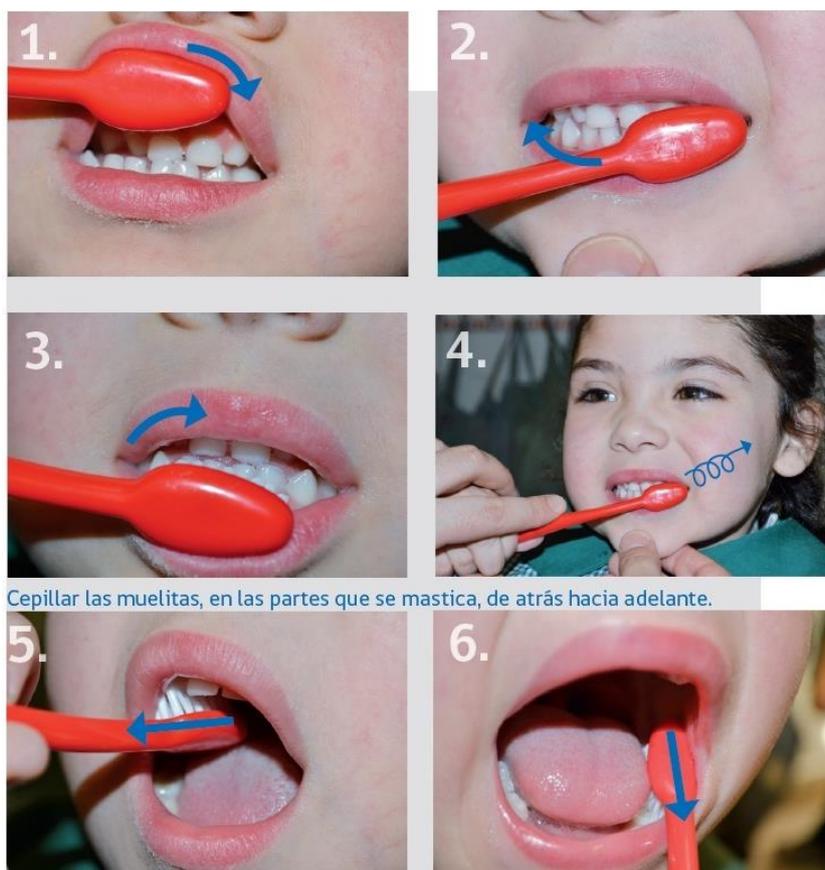
El cepillado requiere de varios movimientos que aseguren alcanzar todas las superficies dentales para realizar una limpieza eficiente de placa bacteriana.

Niños
El cepillo se ubica de forma horizontal sobre la cara visible de los dientes, cuando el niño junta sus dientes. Se realizan movimientos circulares sobre los dientes, y se avanza lentamente y en orden, de derecha a izquierda. El procedimiento se repite en las caras palatinas o linguales (caras posteriores de los dientes), con la boca abierta. Las caras oclusales (caras con las que se muerde), se cepillan desde adelante hacia atrás.
Adultos
<ol style="list-style-type: none">1. Divida mentalmente la boca en cuatro zonas: superior derecha e izquierda, inferior derecha e izquierda. Cada zona se cepilla durante 45 segundos.2. Comience por la zona superior derecha, colocando el cepillo en un ángulo de 45°, y barra desde la encía hacia abajo, con movimientos cortos sin presión. De esta forma avance hacia el lado izquierdo, limpiando las caras visibles de los dientes y muelas. Una vez terminado continúe cepillando las caras internas de los dientes superiores.3. Continúe con las zonas inferiores, comenzando por las caras externas de las muelas inferiores del lado derecho, avanzando hacia el lado izquierdo. Siga por dentro, en la zona de los incisivos inferiores, deberá colocar el cepillo en posición vertical. Complete las superficies dentales, limpiando las caras de masticación de las muelas, con movimientos cortos y circulares. ⁽⁴⁾





-Guía de Promoción y Prevención en Salud Bucal para padres de niños con discapacidad auditiva -

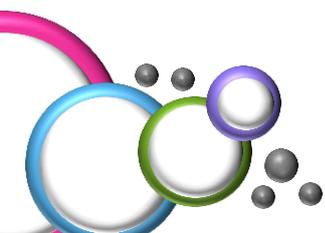


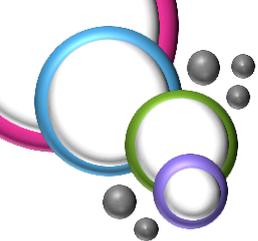
Cepillar las muelitas, en las partes que se mastica, de atrás hacia adelante.

Fuente: https://diprece.minsal.cl/wrdprss_minsal/wp-content/uploads/2015/05/Gu%C3%ADa-para-el-cepillado-de-dientes-en-escolares.pdf



Fuente: <https://www.dentalcare.com.mx/es-mx/educacion-al-paciente/materiales-de-educacion-al-paciente/tecnica-de-cepillado-y-uso-del-hilo-dental>





Pasta dental

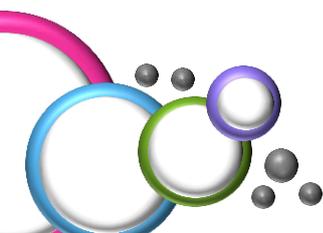
Mezcla de elementos sólidos en agua que permite la limpieza de los dientes complementado la acción del cepillo. Contienen sustancias químicas y poseen efectos terapéuticos con la finalidad de prevenir enfermedades bucales. Uno de los principales elementos de la pasta dental es el flúor el mismo que protege a los dientes de las caries, pero cuando es consumido en altas concentraciones, puede provocar problemas de malformación del diente, afectando su apariencia y su función. ^(4, 16)

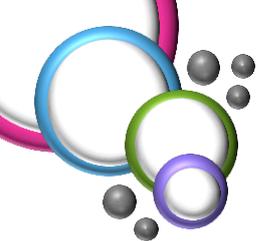
La concentración de flúor en la pasta dental, puede ser como Mono flúor Fosfato de Sodio o Fluoruro de Sodio, en la siguiente tabla se detallan las concentraciones óptimas para niños y adultos. ⁽⁴⁾

Edad	Concentración de flúor
Niños menores de 6 años	500 ppm
Niños mayores de 6 años	1.100 ppm
Adultos	1.500ppm
Adultos en casos terapéuticos	Hasta 5.000ppm

Hilo dental

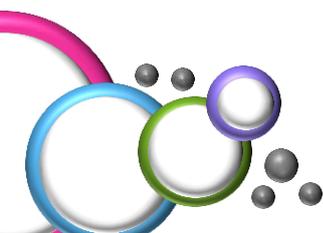
Complemento del cepillado dental, compuesto por seda, plástico o nailon. Permite una profunda limpieza, eliminando los restos de comida y bacterias que se acumulan entre los dientes y de lugares de difícil alcance. Su uso debería iniciar alrededor de los 2 a 3 años, bajo las instrucciones del odontólogo. Antes de esa edad, su uso no es necesario. Los padres deben supervisar la limpieza con hilo dental de sus hijos hasta la edad de 8 a 10 años. ⁽¹⁷⁾





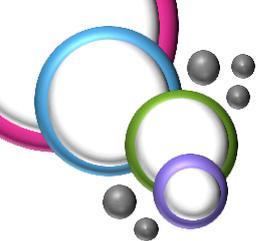
Enjuague bucal

Soluciones que contienen agua, alcohol y los mismos elementos que las pastas dentales. Tienen un papel fundamental en la prevención de caries y eliminación de placa bacteriana.⁽¹⁸⁾ El requisito fundamental para escoger un enjuague bucal para los niños es evitar aquellos que tengan alcohol. La supervisión de los padres durante su uso es muy importante. El enjuague debe ser introducido en la higiene bucal de los niños a partir de los cuatro años, edad en la cual se enjuagan y escupen el producto. Los enjuagues que contienen alcohol están recomendados a partir de los 12 años en adelante.⁽¹⁹⁾



5 Recomendaciones para mantener la salud bucal de los niños



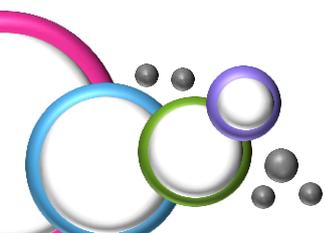


Promoción de la salud bucal en el hogar y la institución educativa

En cuanto a la promoción y prevención de salud bucal, es importante que los educadores, tomen en cuenta actividades educativas con los niños y niñas; relacionados con la formación de hábitos de alimentación y de higiene bucal saludables.

Dichas actividades requieren de la colaboración de los padres en el hogar, por lo que es necesaria la adquisición de conocimiento en la familia, con la finalidad de reforzar en casa los aprendizajes obtenidos.

Se deben aclarar dudas e inquietudes, respecto a cuándo iniciar la limpieza de los dientes, cuándo usar pasta dental y en qué cantidad, cómo debe ser el cepillo de dientes, por qué los alimentos azucarados pueden producir caries, cuántas veces al día es necesario cepillarse los dientes. ⁽⁴⁾



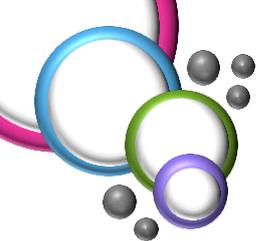
Consulta odontológica

Visitar al odontólogo desde una edad temprana, le enseña al niño, que mantener su salud bucal es importante. Hay una mayor probabilidad de que los niños que acuden a consulta en los primeros años de su vida, tengan una mejor actitud y disposición hacia la consulta odontológica. ⁽²⁰⁾

Para el odontólogo, es de vital importancia que los niños tengan una experiencia satisfactoria, a fin de que la consulta no se convierta en una experiencia traumática. Es decir que el profesional busca lograr y mantener la colaboración del niño mediante un proceso de enseñanza y aprendizaje. El comportamiento de los padres moldea el comportamiento del niño, ya que ellos ejercen una gran influencia sobre la personalidad de sus hijos. ⁽²¹⁾

Las visitas de los niños al odontólogo deben realizarse cada 6 meses, para evaluar y controlar el estado de salud bucal del niño y de esta manera prevenir la aparición de enfermedades bucales o tratar las enfermedades presentes y evitar que las mismas se agraven. ⁽²⁰⁾

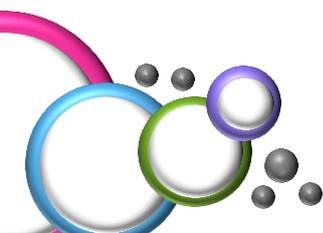


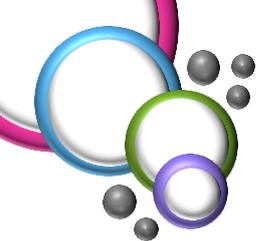


Recomendaciones generales

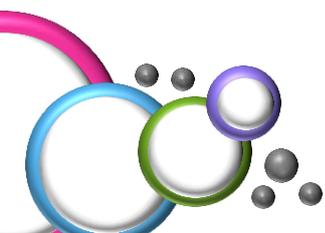
Las recomendaciones para promover la salud bucal en los niños deben considerar:

- Una alimentación saludable, con las porciones adecuadas de los alimentos y con un consumo limitado de alimentos y bebidas azucaradas
- El padre de familia debe iniciar la limpieza de los dientes de sus hijos, desde que erupciona el primer diente (6 a 9 meses), utilizando una gasa, y después con un cepillo suave y pequeño, sin pasta dental.
- A partir de los 3 años se debe iniciar el cepillado de dientes con pasta dental infantil con flúor, supervisado por el padre.
- Los padres deben supervisar la higiene bucal de sus hijos hasta los 10 años, es decir revisar que la cantidad de pasta dental y enjuague bucal sean las necesarias y que el niño aplique la técnica adecuadamente.
- El cepillado de dientes debe realizarse después de cada comida, teniendo en cuenta que el cepillado nocturno es el más importante.
- El cepillo dental se debe cambiar cada tres meses.
- El niño debe acudir a consulta odontológica cada seis meses⁽⁴⁾

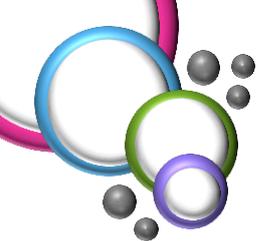




6 Bibliografía



1. OMS. *Organización Mundial de la Salud*. <https://www.who.int/es/about/who-we-are/frequently-asked-questions> (último acceso 06 agosto 2019)
2. FDI. *El Desafío de las Enfermedades Bucodentales*. (2ª ed). Suiza:Myriad; 2015.
3. Sogi S, Hugar S, Nalawade T, Singha A, Mallikarjuna R. Knowledge, attitude, and practices of oral health care in prevention orf early childhood caries among parents of children in Belagavi city: A Questionnaire study. *Journal of Family Medicine and Primary Care* 2016; 5(2):2 286-290.
4. Gobierno de Chile. *Programa de Promoción y Prevención en Salud Bucal para Niños y Niñas Preescolares*. Ministerio de Salud; 2007. <http://www.crececontigo.gob.cl/wp-content/uploads/2015/11/Programa-de-promocion-y-prevencion-en-salud-bucal-para-ninos-y-ninas-preescolares-2007.pdf> (último acceso 06 agosto 2019).
5. Raza X, Pinto G, Ayala E. *Manual de Educación para Salud Bucal para Maestros y Promotores* Ministerio de Salud Pública; 2010 <https://aplicaciones.msp.gob.ec/salud/archivosdigitales/documentosDirecciones/dnn/archivos/MANUAL%20EDUCATIVO%20PARA%20LA%20SALUD%20BUCAL%20PARA%20MAESTROS%20Y%20PROMOTORES.pdf> (último acceso 06 agosto 2019)
6. Rojas R. *Moron*. Moron; 2010 <http://morontecnicaturaim.es.blogspot.com/> (último acceso 06 agosto 2019)
7. Colgate – Palmolive Company. *Colgate*. <https://www.colgate.com/es-ec/oral-health/basics/mouth-and-teeth-anatomy/tooth-anatomy> (último acceso 06 agosto 2019)
8. NIH. *Instituto Nacional de Investigación Dental y Craneofacial*. <https://www.nidcr.nih.gov/espanol/temas-de-salud/la-caries-dental/informacion-adicional> (último acceso 06 agosto 2019).
9. American Dental Association. *Mouth Healthy*. <https://www.mouthhealthy.org/es-MX/az-topics/h/halitosis> (último acceso 06 agosto 2019).
10. Colgate-Palmolive Company. *Colgate*. <https://www.colgate.com/es-do/oral-health/conditions/gum-disease/what-is-gingivitis-signs-and-symptoms> (último acceso 06 agosto 2019).
11. Seguén Hernández J, Silva Guevara S, Ortiz Moncada C, Clavería Clark R, Font Jay M. Evolución de la periodontitis del adulto tratada con Apafill-G^R. *Medisan* 2017; 17(6): 971-980.



12. Molina A, Pozo M, Serrano J. *Agua, saneamiento e higiene: medición de los ODS en Ecuador*. Instituto Nacional de Estadística y Censos y UNICEF (INEC-UNICEF). Quito-Ecuador. https://www.ecuadorencifras.gob.ec/documentos/web-inec/Bibliotecas/Libros/AGUA,_SANEAMIENTO_e_HIGIENE.pdf (último acceso 06 agosto 2019).
13. Colgate-Palmolive Company. *Colgate*. <https://www.colgate.com/es-cl/oral-health/life-stages/adult-oral-care/what-is-good-oral-hygiene> (último acceso 06 agosto 2019).
14. Vieira D. *Propdental*. <https://www.propdental.es/blog/odontologia/utensilios-para-una-buena-higiene-oral/> (último acceso 06 agosto 2019).
15. JOHNSON & JOHNSON S.A. *LISTERINE*. <https://www.listerine.es/definicion/cepillo-de-dientes> (último acceso 06 agosto 2019).
16. Casals E. *Guía de Formación – Campaña Mes de la Salud Bucal I*. Ministerio de Sanidad y Política Social. Facultad de Odontología. Universidad de Barcelona. http://www.portalfarma.com/Profesionales/campanaspf/categorias/Documents/Mes_de_la_salud_bucal_I.pdf (último acceso 06 agosto 2019).
17. Stanford Children's Health. *Lucile Packard Children's Hospital Stanford*. <https://www.stanfordchildrens.org/es/topic/default?id=uso-del-hilo-dental-90-P04955> (último acceso 06 agosto 2019).
18. JOHNSON & JOHNSON S.A. *LISTERINE*. www.listerine.es/importancia-enjuague-bucal (último acceso 06 agosto 2019).
19. Colgate. *Terra*. <https://www.terra.com.br/vida-e-estilo/saude/salud-bucal/actualidades/los-ninos-tambien-pueden-usar-el-enjuague-bucal-sin-miedo,f8d5b84046eb8410VgnVCM10000098cceb0aRCRD.html> (último acceso 06 agosto 2019).
20. Brush Up on Oral Health Newsletter. *Healthy Children*. <https://www.healthychildren.org/Spanish/healthy-living/oral-health/Paginas/Why-Regular-Dental-Visits-Are-Important.aspx> (último acceso 06 agosto 2019).
21. Medina P, Josefa P. *Acta Odontológica Venezolana*. <https://www.actaodontologica.com/ediciones/1998/2/art-4/> (último acceso 06 agosto 2019).

