**Universidad de Ciencias Médicas Guantánamo**

**Facultad de Ciencias Médicas Guantánamo**

**I Jornada Científico Estudiantil Virtual de Estomatología y Periodoncia. Capítulo de Estomatología y Periodoncia.**

**Temática: Promoci**ó**n y prevenci**ó**n para la salud bucal**

**Titulo: Promoci**ó**n y prevenci**ó**n de la salud bucal infantil./ Promotion and prevention of children's oral health.**

**AUTORES:** Yanier Espinosa Goire1

José Manuel Padilla González.2

Miguel Velázquez Hernández3

**TUTORA:**Dra: Diana Quintero Castro\*

1Estudiante de Primer Año de la Carrera de Medicina. Universidad de Ciencias Médicas Guantánamo. Facultad de Ciencias Médicas Guantánamo. Autor Principal.ID: <https://orcid.org/0000-0003-1026-7932>. Correo: [yanier@infomed.sld.cu](mailto:yanier@infomed.sld.cu).

2Estudiante de Primer Año de la Carrera de Medicina. Universidad de Ciencias Médicas Guantánamo. Facultad de Ciencias Médicas Guantánamo. Correo: [josem.pg@nauta.cu](mailto:josem.pg@nauta.cu)ID:<https://orcid.org/0000-0001-8781-2885>.

3Estudiante de 2do año de la carrera de Medicina.Universidad de Ciencias Médicas Guantánamo. Facultad de Ciencias Médicas Guantánamo. Correo: [miguel00vh@nauta.cu](mailto:miguel00vh@nauta.cu). ORCID: 0000-0002-3772-3670. Móvil: 58321522.

\*Especialista de 1er grado en Medicina Interna. ID: <https://orcid.org/0000-0002-8843-5776>.

MODALIDAD: Revisión Bibliográfica.

**Resumen:**

**Introducción:** La Odontología es una de las [ciencias de la salud](https://es.wikipedia.org/wiki/Ciencias_de_la_salud) que se encarga del [diagnóstico](https://es.wikipedia.org/wiki/Diagn%C3%B3stico), [tratamiento](https://es.wikipedia.org/wiki/Tratamiento_(medicina)) y [prevención](https://es.wikipedia.org/wiki/Medicina_preventiva) de las enfermedades del [aparato estomatognático](https://es.wikipedia.org/wiki/Aparato_estomatogn%C3%A1tico). Las principales enfermedades de las que se ocupa la Odontología son la [caries dental](https://es.wikipedia.org/wiki/Caries_dental), la [maloclusión](https://es.wikipedia.org/wiki/Maloclusi%C3%B3n) y la [enfermedad periodontal](https://es.wikipedia.org/wiki/Enfermedad_periodontal). La salud bucal adquiere especial relevancia en los niños por la repercusión que tiene en él como niño, y en el día de mañana como adulto.

**Objetivo:** Describir las principales acciones de promoción y prevención de la salud bucal en edades pediátricas.

**Material y Métodos:**  Se realizó una bùsqueda basada en la metodología de investigación: Revisión Bibliográfica de 25 referencias avaladas por la Organización Mundial de la Salud, encontradas en la revista Scielo y el sitio Infomed.Se revisaron varias fuentes digitales como la Biblioteca Virtual de Salud y la Biblioteca Médica Nacional.

**Desarrollo:** La evidencia científica actual demuestra que el cepillado correcto y la lactancia materna contribuyen a una adecuada higiene bucal. Entre las medidas preventivas se encuentran: higiene bucal diaria, dieta sana, evitar hábitos perjudiciales, protección bucal en la practica deportiva y los tratamientos profesionales que incluyen: limpieza dental, Ortodoncia, aplicación de sellantes, además de visitar regularmente al dentista.

**Conclusiones:** 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.

**Palabras claves:** Odontología, higiene bucal, promoción, prevención.

**Abstract:**

**Introduction:** Dentistry is one of the health sciences that deals with the diagnosis, treatment and prevention of diseases of the stomatognathic system. The main diseases that Dentistry deals with are dental caries, malocclusion and periodontal disease. Oral health acquires special relevance in children due to the repercussion it has on them as a child, and in the future as an adult.

**Objective:** To describe the main actions of promotion and prevention of oral health in pediatric ages.

**Material and Methods:** A search was carried out based on the research methodology: Bibliographic review of 25 references endorsed by the World Health Organization, found in the Scielo magazine and the Infomed site. Several digital sources were reviewed, such as the Virtual Health Library. and the National Medical Library.

**Development:** Current scientific evidence shows that proper brushing and breastfeeding contribute to proper oral hygiene. Among the preventive measures are: daily oral hygiene, healthy diet, avoiding harmful habits, oral protection in sports practice and professional treatments that include: dental cleaning, orthodontics, application of sealants, in addition to visiting the dentist regularly.

**Conclusions:** The education and promotion of healthy habits is a cost-effective strategy, especially if we apply it to children and young people who are still healthy, since the strategies of promotion and prevention are less expensive than those of cure, rehabilitation or limitation of damage.

**Keywords:** Dentistry, oral hygiene, promotion, prevention.

**Introducción:**

La Odontología es una de las [ciencias de la salud](https://es.wikipedia.org/wiki/Ciencias_de_la_salud) que se encarga del [diagnóstico](https://es.wikipedia.org/wiki/Diagn%C3%B3stico), [tratamiento](https://es.wikipedia.org/wiki/Tratamiento_(medicina)) y [prevención](https://es.wikipedia.org/wiki/Medicina_preventiva) de las enfermedades del [aparato estomatognático](https://es.wikipedia.org/wiki/Aparato_estomatogn%C3%A1tico), el cual incluye además de los dientes, las encías, el tejido periodontal, el [maxilar superior](https://es.wikipedia.org/wiki/Maxilar_superior), el [maxilar inferior](https://es.wikipedia.org/wiki/Maxilar_inferior) y la [articulación temporomandibular](https://es.wikipedia.org/wiki/Articulaci%C3%B3n_temporomandibular). Las principales enfermedades de las que se ocupa la Odontología son la [caries dental](https://es.wikipedia.org/wiki/Caries_dental), la [maloclusión](https://es.wikipedia.org/wiki/Maloclusi%C3%B3n) y la [enfermedad periodontal](https://es.wikipedia.org/wiki/Enfermedad_periodontal).1

El término odontólogo deriva del [griego](https://es.wikipedia.org/wiki/Griego_antiguo) *odont(o)* (ὀδο-ύς/-ντος), que en español significa [diente](https://es.wikipedia.org/wiki/Diente). [Dentista](https://es.wikipedia.org/wiki/Dentista) proviene del latín *dents, dentis*, que en español significa diente. Se puede definir al odontólogo o dentista como [médico](https://es.wikipedia.org/wiki/M%C3%A9dico) de la [cavidad oral](https://es.wikipedia.org/wiki/Boca_humana) o [aparato estomatognático](https://es.wikipedia.org/wiki/Aparato_estomatogn%C3%A1tico). El [aparato estomatognático](https://es.wikipedia.org/wiki/Aparato_estomatogn%C3%A1tico) lo constituyen los [labios](https://es.wikipedia.org/wiki/Labio), la [lengua](https://es.wikipedia.org/wiki/Lengua_(anatom%C3%ADa)), los [dientes](https://es.wikipedia.org/wiki/Diente), el [periodonto](https://es.wikipedia.org/wiki/Periodonto), el [paladar](https://es.wikipedia.org/wiki/Paladar), la [mucosa oral](https://es.wikipedia.org/wiki/Moco), el [piso de la boca](https://es.wikipedia.org/wiki/Gl%C3%A1ndula_salival), las [glándulas salivales](https://es.wikipedia.org/wiki/Gl%C3%A1ndula_salival), las [amígdalas](https://es.wikipedia.org/wiki/Am%C3%ADgdala_(anatom%C3%ADa)) y la [orofaringe](https://es.wikipedia.org/wiki/Orofaringe). El término Estomatología deriva del griego στόμα (*estoma*), que en español significa [boca](https://es.wikipedia.org/wiki/Boca_humana) o [cavidad oral](https://es.wikipedia.org/wiki/Boca_humana) se emplea en general como sinónimo de odontología.1

El campo de acción del [Odontólogo](https://es.wikipedia.org/wiki/Odont%C3%B3logo) o estomatólogo no abarca únicamente el estudio y tratamiento de los [dientes](https://es.wikipedia.org/wiki/Diente), pues comprende además toda la [cavidad oral](https://es.wikipedia.org/wiki/Boca_humana), así como los [maxilares](https://es.wikipedia.org/wiki/Maxilar), [músculos](https://es.wikipedia.org/wiki/M%C3%BAsculo), [piel](https://es.wikipedia.org/wiki/Piel), [vasos](https://es.wikipedia.org/wiki/Vaso_sangu%C3%ADneo) y [nervios](https://es.wikipedia.org/wiki/Nervio) que dan conformación a esta cavidad y que están conectados con todo el organismo. La odontología se relaciona con varias especialidades médicas como [cirugía maxilofacial](https://es.wikipedia.org/wiki/Cirug%C3%ADa_maxilofacial), [otorrinolaringología](https://es.wikipedia.org/wiki/Otorrinolaringolog%C3%ADa), [oftalmología](https://es.wikipedia.org/wiki/Oftalmolog%C3%ADa), [neurología](https://es.wikipedia.org/wiki/Neurolog%C3%ADa) y [pediatría](https://es.wikipedia.org/wiki/Pediatr%C3%ADa). No todas las enfermedades de la boca son tratadas por el odontólogo, las lesiones malignas (cáncer) entran en el campo de la [patología oral](https://es.wikipedia.org/wiki/Patolog%C3%ADa_oral), la [cirugía maxilofacial](https://es.wikipedia.org/wiki/Cirug%C3%ADa_maxilofacial) y la [oncología](https://es.wikipedia.org/wiki/Oncolog%C3%ADa). Las lesiones de la orofaringe y las amígdalas tampoco son tratadas por el odontólogo, sino por el otorrinolaringólogo, las parálisis de los músculos que mueven las estructuras orales son tratadas por el [neurólogo](https://es.wikipedia.org/wiki/Neur%C3%B3logo), las enfermedades del labio son tratadas y valoradas generalmente por el [dermatólogo](https://es.wikipedia.org/wiki/Dermat%C3%B3logo).1

La promoción de salud consiste en proporcionar a las comunidades los medios necesarios para mejorar su salud y ejercer un mayor control sobre esta. Uno de los aspectos a enfatizar en la promoción de salud es el autocuidado, que no es más que el conjunto de acciones y decisiones que toma una persona para mantener y mejorar su estado de salud, así como para prevenir, diagnosticar y atenuar el impacto negativo de las enfermedades.2

La salud bucal es primordial porque tiene implicancias en la salud general y en el bienestar del individuo. En el caso de los niños, adquiere especial relevancia, por la repercusión que tiene en él como niño, y en el día de mañana como adulto porque puede tener consecuencias en la formación de su personalidad.3-4

La caries dental continua siendo la causa principal de la pérdida de los dientes. La misma se ha considerado como la enfermedad de mayor peso en la historia de la morbilidad bucal a nivel mundial. Es una enfermedad ampliamente extendida en el mundo. Para la Organización Mundial de la Salud (OMS) la caries dental es la tercera calamidad sanitaria después de las enfermedades cardiovasculares y el cáncer.5-6-7

La Organización Mundial de la Salud (OMS) establece que las enfermedades bucodentales comparten factores de riesgo con 4 enfermedades crónicas importantes: las enfermedades cardiovasculares, el cáncer, las enfermedades respiratorias crónicas y la diabetes, porque se ven favorecidas por las dietas no saludables, el tabaco y el consumo nocivo de alcohol; otro factor es una higiene bucodental deficiente.8

Según estimaciones publicadas en el estudio sobre la carga mundial de morbilidad 2017 (Global Burden of Disease Study 2017), las enfermedades bucodentales afectan a cerca de 3500 millones de personas en todo el mundo, y la caries en dientes permanentes es el trastorno más frecuente. Se estima que, en todo el mundo, 2300 millones de personas padecen caries en dientes permanentes y que más de 530 millones de niños sufren de caries en los dientes de leche.8

En Cuba, la salud bucal constituye una de las estrategias priorizadas del Ministerio de Salud Pública. Esto permite inferir que se confiere un especial esmero a la atención primaria y al logro de un estado de salud bucal satisfactorio desde la más temprana edad, lo cual es una aspiración de todos, pues garantizará la salud bucal del futuro adulto.9

En Guantanamo se han alcanzado importantes logros en el campo de la salud bucal y constituye un reto consolidar avances, vencer amenazas, superardebilidades e innovar estrategias para alcanzar un desarrollo integral que fomente una vida saludable. La promoción de salud infantil a través de la escuela ha sido una importante meta de la OMS, de la UNESCO y de la UNISEF desde los decenios de 1950.10

Es de gran importancia y relevancia el trabajo con los niños y las niñas de la educación sobre aspectos que les permitan cuidar de su salud, lo cual se considera una prioridad que contribuye al desarrollo humano.

Por lo anterior expuesto se plantea el siguiente **problema científico** del presente trabajo: ¿ cúales son las las principales acciones de promoción y prevención de la salud bucal en edades pediátricas.?

**Objetivo:** Describir las principales acciones de promoción y prevención de la salud bucal en edades pediátricas.

**Material y Métodos:**

Se realizó un estudio basado en la metodología de la investigación: Revisión Bibliográfica.Se efectuò una bùsqueda exhaustiva sobre el tema de 25 referencias avaladas por la Organización Mundial de la Salud encontradas en la revista Scielo (dentro de esta la Revista Cubana de Medicina) y el sitio Infomed, entre otras, para lo cual se tomaron como fundamentos algunos artículos publicados hasta el 2021. También se tomó en cuenta las recomendaciones realizadas por los siguientes organismos: American Cancer Society, Organización Panamericana de la Salud (OPS), Centers for Disease Control and Prevention (CDC), European Centre for Disease Prevention and Control (ECDC) y Foundation for Innovative New Diagnostics (FIND). Se revisaron varias fuentes primarias digitales de información, entre ellas las bases de datos médicas, incluidas en la Red Telemática de Salud en Cuba, que se visualizan en la Biblioteca Virtual de Salud y la Biblioteca Médica Nacional. Se consultaron libros de Oncología, Estomatología, Cirugía y Medicina Interna.

**Desarrollo:**

La educación para la salud es considerada como la herramienta fundamental en la promoción de salud y la prevención de enfermedades, pues contribuye a desarrollar actitudes positivas hacia la salud bucal y general.La promoción de salud está relacionada con muchos aspectos, por ejemplo: la cultura, el deporte, la recreación, entre otros.11

La boca es una de las partes más importantes del cuerpo, ya que cumple diversas funciones como masticar alimentos, beber líquidos, inhalar y exhalar aire, emitir sonidos (hablar, cantar) y hasta demostrar emociones como sonrisa, enfado, sorpresa, etc. Es por ello por lo que **tener la boca saludable es esencial para la salud**.La [Organización Mundial de la Salud (OMS)](https://www.who.int/es) define a la salud bucodental como “la ausencia de dolor bucal o facial, de infecciones o llagas bucales, de enfermedades de las encías, caries, pérdida de dientes y otras patologías o trastornos que limiten la capacidad de morder, masticar, sonreír y hablar, y que repercutan en el bienestar psicosocial”.12

Mantener saludable la boca no siempre es fácil y necesita cierta atención. De hecho, la OMS estima que **9 de cada 10 personas en el mundo** está en riesgo de sufrir algún tipo de enfermedad bucodental y, en los países desarrollados, **entre el 60% y el 90% de los** [niños en edad escolar tiene caries](https://www.kernpharma.com/es/blog/cuida-la-sonrisa-de-los-mas-pequenos-salud-dental-infantil). Cifras contundentes que demuestran que no se le brinda suficiente importancia al problema.12

Los dientes sanos son importantes para la salud general de un niño. Desde el momento del nacimiento, hay cosas que se pueden hacer para promover los dientes sanos y prevenir [caries](https://medlineplus.gov/spanish/toothdecay.html). En los bebés, se deben limpiar los dientes con un paño suave y limpio o con un cepillo de dientes para bebés. Evite acostar al niño con un biberón y revísele los dientes regularmente para detectar manchas.13

En todos los niños se debe: Comenzar a usar una pequeña cantidad de pasta dental con flúor a los dos años de edad, ofrecer alimentos sanos y limitar los refrigerios y las bebidas dulces, programar visitas periódicas al odontólogo, entre oras acciones que favorezcan a una correcta higiene. Formar buenos hábitos alimenticios a una edad temprana puede ayudar al niño a tener dientes sanos para toda la vida.

Tener una boca sana es más importante de lo que piensa. Considere todo lo que espera que haga la boca todos los días. Usa la boca para comer, sonreír, hablar y más. La mala salud bucal puede afectar todas estas cosas.Tener una boca, dientes y encías saludables también puede tener beneficios generales para la salud. Las enfermedades sistémicas como la diabetes y las enfermedades cardíacas mejoran con una mejor salud dental.La buena salud bucal no es difícil de lograr, pero requiere disciplina.13

* El primer par de dientes de un bebé se forma casi por completo al nacer. Al principio, estos dientes se “esconden” debajo de las encías. Por lo general, a los bebés les sale el primer diente cuando tienen alrededor de 6 meses. Estos dientes de leche le permiten al bebé masticar comida y hablar bien. El primer grupo de dientes del bebé también tiene el espacio donde eventualmente estarán los dientes permanentes. Ayudan a que los dientes permanentes crezcan rectos. algunos consejos para mantener una adecuada higiene bucal en estos seres son: Limpie los dientes nuevos del bebé todos los días. Cuando los dientes salgan por primera vez, límpielos frotándolos suavemente con un paño limpio y húmedo. Cuando los dientes sean más grandes, use un cepillo de dientes para niños.
* Limite el uso de chupones. Pueden afectar la salud bucal y la forma en que crecen los dientes.
* No deje que su bebé se duerma con un biberón. Esto puede dejar leche o jugo en los dientes y causar caries que se conocen como “caries de biberón”.
* Los niños menores de 2 años no deben usar pasta de dientes. En cambio, use agua para cepillar los dientes de su hijo.
* Enseñe a sus hijos cómo cepillarse los dientes adecuadamente y la importancia de mantenerlos limpios. Asegúrese de que también se cepillen la lengua. También asegúrese de que escupan toda la pasta de dientes y que no la traguen.
* Lleve a sus hijos al dentista regularmente. La Asociación Dental Americana recomienda que los niños vean a su dentista a partir del primer año de edad.
* Anime a los niños mayores a comer bocadillos bajos en azúcar, como frutas, queso y verduras. Evite darle a su hijo dulces pegajosos y masticables.

El cuidado oral continuo es importante a medida que los hijos se convierten en adolescentes. Ahora tienen dientes adultos (permanentes). Ayudarlos a cuidar la boca y dientes les ayudará a tener aliento fresco, una sonrisa agradable y menos caries. Estas son algunas cosas simples que pueden hacer:

* Cepillarse los dientes al menos dos veces al día con una pasta dental con flúor. Cepillarse también la lengua.
* Usar hilo dental al menos una vez al día.
* No fumar ni masticar tabaco, que puede manchar los dientes, dar mal aliento y causar cáncer.
* Usar el casco protector adecuado mientras practica deportes de contacto.
* Visitar al dentista cada 6 meses para hacerse chequeos y limpiezas regulares.

La lactancia materna exclusiva sobre todo en los primeros seis meses de vida es de vital importancia hoy en día, calificada como el alimento perfecto para el niño. Dicho proceso representa un fenómeno biocultural: combinación entre acto natural y comportamiento aprendido.14-15

La evidencia científica actual demuestra sus beneficios sobre cualquier otra forma de alimentación en el recién nacido. Entre los múltiples beneficios que aporta la lactancia materna al bebé figura el estímulo en el desarrollo y crecimiento de todas las estructuras del aparato bucal y del sistema respiratorio en el recién nacido;17 es decir el enérgico trabajo muscular necesario para realizar la extracción de la leche va a tener un impacto directo o indirecto sobre el crecimiento de los huesos, donde estos músculos son insertados. Habrá una maduración neurofuncional adecuada, de la cual dependerá el crecimiento anteroposterior y transversal de los maxilares y, por ende, el buen desarrollo de todo el macizo facial.16

El tipo de lactancia, así como los hábitos orales disfuncionales pueden influir sobre la morfología definitiva de los maxilares y la oclusión dentaria. Los incalculables beneficios de la LM justifican todos los esfuerzos realizados en Cuba en favor de la salud y el desarrollo de su infancia.18

Autores plantean que se considera prevención no solo el proceso encargado de prevenir la aparición de una afección, sino también los mecanismos que se ponen en marcha para detener su progreso hasta llegar a la completa curación o, al menos, hasta aminorar al máximo su progreso. En esta línea, existen tres niveles de prevención:19

* **Primaria:**Es la fase encargada de reducir las posibilidades de afectación de una enfermedad o afección bucal entre los pacientes que aún no presentan la patología. Por tanto la prevención primaria comprende las medidas que se toman, sobre un individuo, un colectivo o la sociedad al completo, con el fin de evitar que la enfermedad aparezca. La fluoración de las aguas de abastecimiento público sería un ejemplo de un mecanismo primario de aplicación general para prevenir la caries dental.
* **Secundaria:**La segunda fase de la prevención actúa cuando la primaria ha fallado. Una vez la enfermedad ha irrumpido, todos los esfuerzos se centran en interrumpir la afección con tratamientos específicos. A través de una prevención secundaria, y diagnósticos y tratamientos precoces, los especialistas consiguen mejorar el pronóstico de la enfermedad y ponerla bajo control con mayor facilidad.
* **Terciaria:**Esta tercera fase se pone en marcha cuando la enfermedad ya está establecida. Esta prevención es la encargada de limitar la lesión y evitar que se desencadene alguna complicación derivada de la afección bucal.

**Técnicas preventivas**

Existen diferentes técnicas en la odontología preventiva que pueden ayudar a cuidar y proteger la boca de los pacientes y prevenir, por tanto, la aparición y desarrollo de patologías:19

* **Higiene bucal diaria:**Una higiene completa diaria es fundamental para evitar el desarrollo de enfermedades bucales. La higiene pasa por tres fases: cepillado, enjuague e hilo dental. La rutina de higiene consta de tres cepillados al día de dos minutos, acompañado de un enjuague bucal y el uso de hilo dental para limpiar los espacios interproximales (entre los dientes), donde no llega el cepillo.
* **Dieta sana:**Se recomienda que la dieta sea equilibrada y baja en alimentos con alto contenido en azúcar y/o carbohidratos. También es importante cuidar los niveles de calcio para que los huesos no se deterioren y queden demasiado expuestos al desarrollo de enfermedades periodontales.
* **Evitar hábitos perjudiciales:**Conviene evitar hábitos como el tabaquismo o el consumo de alcohol, ya que favorecen la sequedad y la acumulación de placa bacteriana en la boca, hecho que favorece el desarrollo y la proliferación de enfermedades bucales.
* **Protección bucal en la practica deportiva:**Usar un protector bucal puede ayudar a proteger la boca, dientes y lengua en caso de practicar deportes de contacto o deportes con un alto índice de lesiones, por ejemplo, el fútbol americano, el baloncesto, el hockey, el voleibol, las artes marciales, el boxeo y la lucha libre. Se puede optar por protectores estándares o por aquellos personalizados que se adaptan a la forma de cada boca. El odontólogo se encarga de fabricarlos a medida.
* **Tratamientos profesionales:19**
  + *Limpieza dental:*Es una técnica realizada en la clínica dental que se encarga de remover las manchas del esmalte y la placa bacteriana (conocida coloquialmente como sarro) que se aloja en los dientes. Es una técnica muy común, se caracteriza por ser bastante simple e indolora. Los especialistas recomiendan realizar una limpieza dental cada 12 meses.
  + *Ortodoncia:*Es un tratamiento odontológico que se ocupa de corregir la posición de dientes y problemas de oclusión. Esta técnica dejó de estar dirigida únicamente a niños y adolescentes, para empezar a popularizarse entre los pacientes adultos. Los dientes apiñados, por ejemplo, pueden dificultar la limpieza íntegra de los dientes y crear las condiciones bacterianas para que aparezca una enfermedad bucal.
  + *Aplicación de sellantes:*Se aplican sellantes dentales para proteger los dientes, especialmente de niños y adolescentes, contra los alimentos y bacterias que producen caries. Según datos oficiales de la Academia Americana de odontología pediátrica, su colocación ha mostrado una reducción de la incidencia de caries del 86% después de un año y del 58% después de cuatro años.
* *Visitar regularmente al dentista*

El fluoruro es un mineral que ayuda en la prevención de caries. El fluoruro se encuentra en algunos alimentos y en el agua potable en ciertas áreas. También está disponible en pastas dentales y en aplicaciones de flúor en el consultorio del dentista.

* Los niños necesitan fluoruro empezando a la edad de 6 meses. Hay que preguntar al médico cuánto fluoruro necesita el niño. Los niños menores de 6 años pueden desarrollar fluorosis si reciben demasiado fluoruro. La fluorosis es una afección que cambia la apariencia de los dientes del niño. La fluorosis puede ocurrir cuando los dientes del niño se están formando debajo de sus encías.
* Los niños entre 6 meses y 2 años de edad pueden recibir fluoruro del agua potable. Hay que preguntar al dentista si el agua potable contiene suficiente fluoruro. Si no contiene suficiente fluoruro, es probable que el niño necesite un suplemento.
* Los niños mayores de 2 años de edad pueden recibir fluoruro del agua potable y pastas de dientes.20

La medida más efectiva para la prevención de la caries es la exposición a flúor, que inhibe la producción bacteriana de ácidos y frena la desmineralización del esmalte dental. Por ello, la práctica de cepillado con pasta dental fluorada, es uno de los métodos más costo-efectivos y recomendados. Las pastas dentales fluoradas que son eficaces en reducir el riesgo de caries contienen más de 1000 partes por millón (ppm) de flúor, y su uso debe ser en cantidades adecuadas según la edad.20

Los dientes son la única parte de nuestro cuerpo que no se regenera por sí mismo, por ello es tan importante prevenir y detectar precozmente las caries. La caries de la primera infancia o “del biberón” puede producirse desde el mismo momento en que aparecen los dientes de leche.

Se requiere de controles periódicos ya que permiten detectar patologías a tiempo, porque si no se tratan de manera precoz, se pueden ir agravando y requiriendo procedimientos más complejos. Según la última [Encuesta Nacional de Salud](https://www.minsal.cl/wp-content/uploads/2017/11/ENS-2016-17_PRIMEROS-RESULTADOS.pdf), el 62% de los niños mayores de 12 años tiene caries y 2 de cada 10 presenta caries a los dos años, aumentando la cifra a 5 de cada 10 a  los cuatro años. El número sigue creciendo a los seis años, ya que 7 de cada 10 niños presenta esta patología a esa edad.21

**Recomendaciones para una higiene adecuada en niños**

* Usar un cepillo dental con cabeza pequeña y cerdas suaves.
* Cepillar los dientes al menos dos veces al día.
* Usar pasta con fluorada de más de 1000 partes de flúor desde que erupciona el primer diente.
* El cepillado debe ser realizado por un adulto hasta aproximadamente los nueve años. Para un correcto cepillado, se evalúa la capacidad psicomotora. Si el niño tiene una linda letra manuscrita y se puede atar los zapatos sin inconvenientes, estaría capacitado para realizar un cepillado efectivo. Por esta razón, se recomienda que, al menos, los padres le “repasen” el cepillado a los niños hasta los nueve años. Es decir, se cepilla el niño primero y luego el adulto.
* El lavado debe durar entre dos a tres minutos.
* El cepillo se debe utilizar seco y una vez concluido el cepillado no hay que enjuagar la boca.
* Los cepillos se deben cambiar cada tres meses, o al verlos dañados.
* Si los niños han estado enfermos, se recomienda cambiar el cepillo, ya que pueden quedar bacterias o gérmenes.
* El hilo dental contribuye a una mejor higiene y se recomienda desde los dos años en adelante. Es importante que un adulto realice este proceso.

La caries dental es actualmente la enfermedad crónica más frecuente en la infancia con una elevada prevalencia en preescolares españoles. Esta enfermedad está considerada, actualmente, como una disbiosis causada por el consumo de azúcares; es decir, se considera que es una enfermedad azúcar-dependiente. La enfermedad de la caries dental presenta graves repercusiones en la salud general del niño, tales como: dolor intenso, infecciones faciales, hospitalizaciones y visitas de urgencia, disminución en su desarrollo físico y en la capacidad de aprendizaje; dificultad en el manejo ambulatorio y un elevado costo de tratamiento. Asimismo, un niño con caries en los dientes primarios, será probablemente un adulto con múltiples caries y restauraciones en la dentición permanente.22

Entre los factores de riesgo que intervienen en la aparición de la caries de la primera infancia (CPI) se encuentran: insuficiente higiene oral, biberón o lactancia materna a demanda y/o nocturna, consumo frecuente de carbohidratos fermentables, colonización oral bacteriana precoz, presencia de placa bacteriana visible, historia anterior de caries, niveles elevados tanto de gérmenes productores de ácido como de gérmenes que se encuentran cómodos viviendo en un medio ácido (*streptococci* [*sanguis, mitis, salivarius*], *veillonela y lactobacilli*, principalmente), flujo o función salival reducidos, bajo nivel socio-económico de los padres y/o pocos conocimientos sobre salud oral.

Siendo la caries una enfermedad potencialmente controlable, llama la atención que nuestra práctica diaria se relacione casi por completo con esta enfermedad. Por otro lado, debemos ser conscientes que los enfoques restauradores tradicionales han fracasado en el intento de disminuir la caries durante las últimas décadas. Es por ello que, debemos replantearnos esta situación y dedicar cada vez más esfuerzos preventivos y educativos para ofrecer a nuestros pacientes la posibilidad de vivir sin enfermedades orales.

El hogar dental es un programa de salud oral continuamente accesible, completo, global, económico, coordinado y centrado en la familia, bajo la supervisión de un odontopediatra y supone la oportunidad de poner en marcha las prácticas preventivas de salud oral y para la reducción de riesgos de enfermedades orales prevenibles.

**IMPORTANCIA DE LA LIMPIEZA DE LA BOCA DEL BEBÉ.**

El factor clave para la prevención de la CPI es el hábito de higiene oral diario. Mientras más temprano se empiece con la higiene oral, menores las probabilidades de que el niño desarrolle caries y enfermedades periodontales. Los padres deben tener la información de cómo y cuándo empezar con la higiene bucal. Debe quedar claro que el cuidado de la boca de del niño es responsabilidad de los padres o cuidadores, por lo menos hasta que el niño adquiera la habilidad motora suficiente para hacerlo sólo que, por norma, se consigue sobre los 7–10 años. A partir de este momento y hasta la adolescencia, se recomienda la supervisión por un adulto en el cepillado nocturno.

Para reducir el riego de obesidad y caries dental, los nuevos protocolos de la  
Organización Mundial de la Salud (OMS) recomiendan que los niños y los adultos reduzcan la ingesta diaria de azúcares libres a menos del 10% del total de la ingesta energética diaria.La OMS, en su nuevo protocolo, menciona particularmente la fuerte asociación entre la ingesta de azúcares libres y la caries dental. Aclara la OMS que aunque la exposición a los fluorurosreduce la incidencia de caries dental, no previene completamente la caries dental y que,incluso, la caries dental puede progresar en poblaciones expuestas al flúor.19

Un niño con problemas de caries o ausencias de piezas dentarias24 anteriores por lo general sufre bullying o acoso escolar, tan popular hoy  en día en  los colegios de todos los estratos sociales. Se debe tener presente que la personalidad del niño se forma a temprana edad y un factor muy importante para la maduración social es la aceptación de los pares.

Si se considera que el ser humano es un ente social y que necesita estar inmerso en una sociedad donde debe participar activamente para poder sobrevivir, con logros y decepciones de toda índole lo anteriormente expuesto tiene que ser tenido en cuenta para aplicar las correcciones en caso necesario. Y especialmente, donde deberá considerar las opiniones de los demás, independientemente que se esté o no de acuerdo, según el rol que le toque desempeñar en la sociedad donde vive25

**Conclusiones:**

Las principales enfermedades bucales, como la caries dental y las 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 transmisibles. 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 cultural.

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.

**Referencias Bibliográficas:**

1. Real Academia Española y Asociación de Academias de la Lengua Española. [«estomatología»](https://dle.rae.es/estomatolog%C3%ADa). *Diccionario de la lengua española* (23.ª edición). Consultado el 22 de marzo de 2015. citado 20-2-22.
2. Sosa Rosales M, Salas Adam MR. Promoción de salud bucodental y prevención de enfermedades. En: Guías Prácticas de Estomatología. [Internet]. La Habana : Editorial Ciencias Médicas. Disponible en: <http://gsdl.bvs.sld.cu/cgi-bin/library?e=d-00000-00---off-0estomato--00-0----0-10-0---0---0direct-10---4-------0-1l--11-1l-50---20-about---00-0-1-00-0-0-11-1-00-00&a=d&c=estomato&cl=CL1&d=HASH10717c6b672f0ea896af4d.9>. [Citado: febrero 22, 2022].
3. Cerón-Bastidas XA. Relación De Calidad De Vida Y Salud Oral En La Poblacion Adolescente. CES Odontol [Internet]. 2018; [Consultado el 5 de Diciembre de 2021 ] 31(1):38–46. Recuperado apartir de: <http://revistas.ces.edu.co/index.php/odontologia/article/view/4233/pdf>. [Citado: febrero 22, 2022].
4. Tolentino VER. Salud bucal y calidad de vida en gestantes del Centro de Salud Cooperativa Universal febrero-julio 2016. Horizmed [Internet]. 2017; [Consultado el 5 de Diciembre de 2021] 17(4):35–41. Recuperado apartir de: <http://www.scielo.org.pe/pdf/hm/v17n4/a07v17n4.pdf>. [Citado: febrero 22, 2022].
5. Hormigot L, Reyes DE, González AM, Meriño YP. Estudio descriptivo transversal sobre promoción de salud bucal y nivel de conocimientos de caries dental en niños de 11-12 años. Medwave. [Internet]. 201313(5):567- 86. Disponible en: <http://www.medwave.cl/link.cgi/Medwave/Estudios/Investigacion/5674>. citado 23 febrero de 2022]
6. González Beriau Y, Sexto Delgado N, Francisco Local A, Vázquez de León A. Comportamiento de la caries dental en el primer molar permanente en escolares. Medisur [Internet]. 2019; 7(1): Disponible en: <http://medisur.sld.cu/index.php/medisur/article/view/587/828>. citado 23 febrero de 2022]
7. Sousa JG. de, Moronta NR, Quirós O. Causas y consecuencias de la pérdida prematura del primer molar permanente en pacientes atendidos en el Hospital “Luís Razetti” Municipio Tucupita, Edo. Delta Amacuro. Rev LatinoAm Ortodon Odontopediatr [Internet] 2013 .Disponible en: <http://www.ortodoncia.ws/publicaciones/2013/art20.asp>. citado 23 febrero de 2022]
8. Ferlay J EM, Lam F, Colombet M, Mery L, Piñeros M, Znaor A, Soerjomataram I, Bray F. Global Cancer Observatory: Cancer Today. Lyon (Francia), Centro Internacional de Investigaciones sobre el Cáncer.  Publicado en 2018. Consultado el 14 de diciembre de 2021. Disponible en: <https://www.who.int/es>. citado 23 febrero de 2022]
9. Quiñones Ybarría María Elena, Ferro Benítez Pedro Pablo, Martínez Canalejo Humberto, Salamanca Villazón Ledia, Felipe Torres Sonia. Algunos factores coadyuvantes del bienestar del niño y su relación con la salud bucal. Rev Cubana Estomatol  [Internet]. 2018  Dic;  45( 3-4 ). Disponible en: <http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S003475072008000300002&lng=es>. [citado  2022  Feb  23]
10. Colectivo de autores. Programa Director de Promoción y Educación para la Salud en el Sistema nacional de Educación [Internet]. 2007. Educaci%C3%B3n\_para\_la\_Salud\_en\_el\_Sistema\_nacional\_de\_Educaci%C3%B3. [citado  2022  Feb  23].
11. Lemus Duran Lisbet, Rodríguez Benítez Aylen, Gálvez Moya Maydelis. Promoción de salud bucal a docentes de la Escuela Especial «Rolando Pérez Quintosa». Medicentro Electrónica  [Internet]. 2021  Sep 25( 3 ): 479-485. Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\_arttext&pid=S1029-30432021000300479&lng=es.  Epub 01-Jul-2021. [citado  2022  Feb  23]
12. Salud bucodental. Blog de Kern. Pharma. 21/02/2019. [Internet]. Disponible en: <https://www.kernpharma.com/es/blog/la-salud-bucodental>. [citado  2022  Feb  23].
13. Boca y dientes: cómo mantenerlos sanos. Disponible en:https://es.familydoctor.org/categoria/prevencion-y-bienestar/como-mantenerse-saludable. [citado  2022  Feb  23].
14. Sosa Sánchez N, Reyes Suárez OV, Pérez Navarro N, Mato González A. Diámetro transversal del maxilar y hábitos bucales perjudiciales en lactancia materna. Rev Ciencias Médicas [Internet]. Abr 2017. 21(2):[aprox. 15 p.]. Disponible en: <http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1561-31942017000200015&lng=es> [citado  2022  Feb  23].
15. 2. Espinoza Cadima C, Zamorano Jiménez CA, Graham Pontones S, Orozco Gutiérrez A. Factores que determinan la duración de la lactancia materna durante los tres primeros meses de vida. An Med (Mex) [Internet]. 2014;59(2):[aprox. 7 p.]. Disponible en: <https://www.medigraphic.com/pdfs/abc/bc-2014/bc142i.pdf> [citado  2022  Feb  23].
16. Fuguet Boullon JR, Betancourt García AI, Ochoa Jiménez L, González Pérez M, Crespo García A, Viera Rodríguez D. Influencia de la lactancia materna en la prevención de hábitos bucales deformantes. Rev Med Electrón [Internet]. Oct 2014;36(5):[aprox. 11 p.]. Disponible en: <http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1684-18242014000500004&lng=es>. [citado  2022  Feb  23].
17. Vergara Terrado RO, Barrueco Botiel LB, Díaz del Mazo L, Pérez Aguirre E, Sánchez Ochoa T. Influencia de la lactancia materna sobre la aparición de maloclusiones en escolares de 5 a 6 años. MEDISAN [Internet]. Ago 2019;18(8):[aprox. 6 p.]. Disponible en: <http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1029-30192014000800005&lng=es> [citado  2022  Feb  23].
18. Guerra Domínguez E, Valdés Madrigal I, Martínez Guerra ME, Arias Ortiz Y, Martínez Jiménez A. Conocimientos, actitudes, motivaciones y prácticas sobre lactancia materna vinculados a intervención educativa. Policlínico Jimmy Hirtzel. Bayamo- Granma. Multimed [Internet]. 2019;18(2):[aprox. 14 p.]. Disponible en: <http://www.revmultimed.sld.cu/index.php/mtm/article/view/41> [citado  2022  Feb  23].
19. Odontología preventiva y comunitaria. Hospital Odontologico de Barcelona. Disponible en: <https://www.google.com/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=&cad=rja&uact=8&ved=2ahUKEwi0hLTEspz2AhV4TTABHSjrAuk4KBAWegQIFRAB&url=https%3A%2F%2Fwww.dentisalut.com%2Fprevencion-odontologica-en-ninos%2F&usg=AOvVaw0RuzbSENcnIiYdUwXknLTf>. [citado  2022  Feb  23]
20. Promover La Salud Bucal En Niños Pequeños. [Medically reviewed](https://www.drugs.com/support/editorial_policy.html#editorial-staff) by Drugs.com. Last updated on Feb 1, 2022. Disponible en:<https://www.google.com/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=&cad=rja&uact=8&ved=2ahUKEwifsbfUmJz2AhU0STABHVa3CakQFnoECBgQAw&url=https%3A%2F%2Fwww.drugs.com%2Fcg_esp%2Fpromover-la-salud-bucal-en-ni%25C3%25B1os-peque%25C3%25B1os-ambulatory-care.html&usg=AOvVaw3Fgjh3Fc2shDy1_UAZdmBP>. [citado  2022  Feb  23].

# Benzian H, Williams D. The challenge of oral disease: a call for global action. The oral health atlas 2nd. ed [Internet]. Geneva: FDI World Dental Federation; 2015. Disponible en: <https://www.fdiworlddental.org/sites/default/files/media/documents/complete_oh_atlas.pdf>. [citado  2022  Feb  23].

# La importancia de una buena salud bucal en niños. 04/11/2019. Universidad Clínica de los Andes. Disponible en:https://www.google.com/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=&cad=rja&uact=8&ved=2ahUKEwi9jNT8rZz2AhXQRTABHS0ED9MQFnoECAwQAw&url=https%3A%2F%2Fwww.clinicauandes.cl%2Fnoticia%2Fla-importancia-de-una-buena-salud-bucal-en-ninos&usg=AOvVaw3-Bpy20YO3GV2gy8nuEXin. [citado  2022  Feb  23].

1. Prevención de la caries de la primera infancia 2019. Disponible en:<https://agapap.org/druagapap/system/files/CariesPrimeraInfancia_0.pdf>. [citado  2022  Feb  23].
2. Gonzalez GX, Cardentey J, Porras MO. Manifestaciones clínicas de la enfermedad periodontal en gestantes de un área de salud en Pinar del Río. MEDISAN [Internet]. 2017; [Consultado el 6 de Diciembre de 2021] 21(12):9. Recuperado apartir de: <http://scielo.sld.cu/pdf/san/v21n12/san072112.pdf>. [citado  2022  Feb  23].
3. Fort A, Fuks AJ, Napoli AV, Palomba S, Pazos X, Salgado P, et al. Distribución de caries dental y asociación con variables de protección social en niños de 12 años del partido de Avellaneda, provincia de Buenos Aires. Salud Colect [Internet]. 2017; [Consultado el 7 de Diciembre de 2021] 13(1):91–104. Recuperado apartir de: <https://www.scielosp.org/article/ssm/content/raw/?resource_ssm_path=/media/assets/scol/v13n1/1851-8265-scol-13-01-00091.pdf>. [citado  2022  Feb  23].