

Clínica Estomatológica Provincial Docente

Instructivo de salud bucal para adultos del Consultorio Médico nr 17 del Reparto Sueño

**Dra. Josefa Navarro Nápoles,¹ Dra. Iris Mirtha Turcaz Castellanos,² Dra. Nersa Abella Hernández,³
Dra. Magalis Castilla Peralta⁴ y Dra. María de los Ángeles Cuevas Gandaria⁴**

Tener la posibilidad de predecir un acontecimiento, tanto patológico como sanitario, deviene un instrumento que permite mejorar la eficacia de las acciones, garantizar las decisiones y establecer prioridades a la hora de enfrentarlo.

La estomatología general integral está encaminada a promover salud y prevenir enfermedades como una adecuada estrategia de educación odontológica, que permita vigilar y evaluar las condiciones favorecedoras de la aparición de afecciones.

La salud constituye una responsabilidad que debe ser compartida por todos los sectores sociales y la población tiene derecho a participar en la atención sanitaria que recibe.

En Cuba existe una fuerte voluntad política por mejorar diariamente la calidad de vida del pueblo, lo cual se expresa en la aplicación cada vez más actualizada de la asistencia primaria de salud: eslabón clave de un sistema caracterizado por la gratuidad, universalidad y equidad.

La higiene bucal es parte integrante de la higiene personal: un pilar que promueve la salud del individuo; para lograr esto debe garantizarse un buen cepillado, dirigido a una correcta remoción de la placa dentobacteriana y restos de sustancias consumidas, balanceada alimentación y controles estomatológicos periódicos, donde se refuerce el valor profiláctico de las consultas para detectar precozmente las enfermedades.¹

El estomatólogo debe conocer los hábitos, costumbres e informaciones que poseen los miembros de su comunidad y utilizar diferentes vías para lograr la comunicación, con el propósito de derribar barreras y obstáculos para poder ejecutar las acciones del programa de educación para la salud bucal, con una activa participación de los individuos, capaz de permitir su control y evaluación. En su labor educativa ha de valerse de diversos medios: entrevistas, discusiones colectivas, dinámicas grupales, audiencias sanitarias, dramatizaciones y otros, en todos los cuales debe primar la creatividad en temas específicos, con un objetivo concreto. Actualmente, las técnicas afectivo-participativas facilitan el aprendizaje y constituyen herramientas fundamentales para esta tarea.²

En la Clínica Estomatológica Provincial se persigue elevar el nivel educacional y cognoscitivo de la población asignada, por lo cual se buscan nuevos mecanismos para incrementar los conocimientos sobre diferentes temas sanitarios.

Con la introducción del modelo del médico de familia en el nivel primario del Sistema Nacional de Salud se impone desarrollar la atención general integral como método y la vinculación del estomatólogo con el profesional de nuevo tipo como estrategia,^{2,3} a fin de poder integrar las actividades sanitarias de forma más efectiva y creativa.

Estudios efectuados sobre control, prevención y eliminación de la placa dentobacteriana mediante diferentes técnicas participativas, han puesto de relieve que solo el trabajo educativo aumenta los conocimientos y logra cambios conductuales sobre salud bucal.⁴

Por considerar que el consultorio médico es el espacio comunitario para acceder mejor a los servicios de salud, se decidió aplicar en ese nivel el mencionado instructivo para favorecer una vida más saludable.

Métodos

Se utilizó el instructivo educativo sobre salud bucal "Boca sana" para evaluar los conocimientos al respecto de 36 adultos del Consultorio Médico nr 17 del Reparto Sueño, perteneciente al área de salud "Armando García" de Santiago de Cuba, en el período comprendido de enero a abril del 2002.

Para garantizar la participación se conformaron 3 grupos de 12 integrantes cada uno, a los cuales se aplicó un cuestionario inicial (**anexo**), cuya clave de evaluación también se adjunta.

Los aspectos tratados se distribuyeron como sigue:

Tema 1: Cuidando mi salud.

Tema 2: Cuidando mis dientes.

Tema 3: Qué puede dañar mis dientes y encías.

Tema 4: Manteniendo mi salud.

Se realizaron 6 reuniones para cada grupo: una primera para presentación y aplicación del cuestionario inicial, 4 para impartir los temas y otra para emitir las conclusiones. A los 3 meses se les citó para evaluar la consolidación de los conocimientos y el instructivo a través de la encuesta.

Como medida de resumen se empleó el porcentaje; y para validar estadísticamente los resultados, la técnica de McNemar, por implicar cambios antes y después, con un nivel de significación de 0,05.

Además de los recursos utilizados para el aprendizaje, se entregaron instructivos con láminas ilustrativas sobre la forma del correcto cepillado y uso adecuado del hilo dental.

Resultados

Antes de aplicar el instructivo predominaba el conocimiento general inadecuado en 22 adultos (61,1 %); pero después de la acción educativa, todos adquirieron información adecuada sobre salud bucal.

Al analizar los conocimientos sobre el tema 1 se halló que, antes de la instrucción, 19 adultos (52,8 %) desconocían la relación entre salud bucal y general; sin embargo, después de recibirla, la totalidad de los integrantes obtuvieron las nociones acertadas al respecto.

Los cambios producidos a partir del tema 2 (**tabla 1**) fueron altamente significativos, pues de los 29 adultos con conocimientos inadecuados al inicio, 28 los modificaron favorablemente después de la intervención, de modo que sumados con los que ya conocían acerca de ello, se llegó a 97,2 % al final.

En relación con el tema 3 resultó significativo que, antes de interactuar con los citados adultos, 27 (75,0 %) tenían conocimientos inadecuados sobre la placa dentobacteriana, caries y enfermedades de las encías; pero después de enseñarles y mostrarles cómo proceder contra estos procesos, todos alcanzaron — en unión de los 9 que ya los poseían — conocimientos adecuados sobre el problema.

Tabla 1. *Conocimiento general sobre el tema 2 antes y después del instructivo de salud bucal*

A N	Conocimiento general	Después				Total	
		Inadecuado No.	Inadecuado %	Adecuado No.	Adecuado %	No.	%
T	Inadecuado	0	0,0	21	100,0	22	61,1
E	Adecuado	0	0,0	14	100,0	14	38,9
S	Total	0	0,0	36	100,0	36	100,0

Con referencia al tema 4 (**tabla 2**) se observó que mantener la salud bucal requiere enseñanza, pues al inicio 23 de los adultos (63,9 %) que poseían conocimientos inadecuados en ese sentido, lo cual varió satisfactoriamente a 97,2 % después de haber intervenido con interés para educarles en cuanto al control de la dieta cariogénica, autoexamen bucal y hábitos incorrectos.

Tabla 2. *Conocimiento general sobre el tema 4 antes y después del instructivo de salud bucal*

A N T E S	Conocimiento general	Después				Total	
		Inadecuado		Adecuado		No.	%
		No.	%	No.	%	No.	%
	Inadecuado	1	4,3	22	95,7	23	63,9
	Adecuado	0	0,0	13	100,0	13	36,1
	Total	1	2,8	35	97,2	36	100,0

Discusión

La educación sanitaria, como estrategia en la promoción de salud, ha devenido una forma de enseñanza mediante la cual se pretende conducir al individuo y la colectividad a un proceso de cambio de actitud y conducta.

En los adultos, la labor debe desarrollarse con técnicas de intervención educativa, capaces de modificar conocimientos inadecuados y proporcionarles la motivación necesaria para que cuiden su propia salud, la de su familia y demás miembros de la comunidad.⁴

Llegar sanos a la adultez les permitirá extraer el máximo de provecho de cualquier oportunidad para aprender. El estomatólogo ha de conjugar esfuerzos con el médico de familia y demás personas capacitadas en salud para mantener a la población con buena calidad de vida.

Al resumir los cambios operados en el conocimiento general sobre salud bucal después de la instrucción y los diferentes temas tratados, se halló correspondencia de estos resultados con los de otros autores (Crespillo Hernández J, García Bambuses M, Torriente M, Ayllon R. Intervención educativa para mejorar el estado de salud. XII Congreso Nacional de Estomatología, La Habana, 1998) y Rodríguez Reutillo⁵ en educadoras y auxiliares pedagógicas.

Hoy día, la situación sanitaria en muchos países de América Latina y África se encuentra asociada a los estilos de vida poblacionales por sus orígenes, costumbres, hábitos y creencias, heredados de su familia y medio circundante.

El cepillado dental, por ser el método más difundido y contar con un alto grado de aceptabilidad social, se recomienda que sea incorporado como parte importante de los problemas de salud bucal, pues gran parte de los procedimientos habituales de higiene bucal practicados por la mayoría de las personas, no logran controlar la placa dentobacteriana;⁶ de aquí el uso de técnicas dinámicas grupales, audiencias sanitarias, dramatización y otras, en las cuales debe primar la creatividad en temas específicos, con un objetivo concreto, que les permitan autoevaluarse.⁷

Se afirma que el autoexamen bucal refuerza la labor del estomatólogo en su área, quien está obligado a realizar un examen profesional más completo una vez al año (Di Cárdenas O, Salas MC. Autoexamen de la cavidad bucal [revista resumen]. I Congreso Internacional por el Centenario de la Fundación de la Escuela de Odontología. La Habana: Universidad de La Habana, 2000).

Actualmente, el cáncer constituye un problema de salud para toda la humanidad y se estima que su incidencia se eleva con el desarrollo económico e industrial de las naciones, así como también con la elección de los alimentos, fuertemente influida por gustos y tradiciones que han ido transmitiéndose y modificándose a lo largo de la historia.⁸⁻¹⁰

Finalizada la intervención, los profesionales actuantes en ella se convencieron una vez más de que el mecanismo empleado para ofrecer educación sanitaria, fue adecuado y provechoso para todos los participantes, quienes aprendieron que una buena salud bucal es un factor decisivo para disfrutar de una mejor calidad de vida.

Anexo

Instructivo “Boca Sana”

Cuestionario

Amigo (a):

Teniendo en cuenta lo necesario que es para ti cuidar y mantener tu salud, te invitamos a llenar el cuestionario que aparece a continuación, el cual ayudará a medir los conocimientos que posees sobre aspectos que serán tratados en el instructivo educativo “Boca sana”. Debes leer detenidamente y contestar lo que consideres correcto.

Nombres y apellidos _____ Edad _____

Sexo _____ Nivel escolar _____ Trabaja: Sí _____ No _____

Marca la respuesta correcta:

1. En la consulta de Consejería de salud bucal aprendes a:

- Conversar.
- Arreglarte los dientes.
- Conocer qué es la placa dentobacteriana.
- Arreglarte la prótesis.

2. La salud general del organismo es buena cuando:

- No padeces ninguna enfermedad, pero tus encías sangran.
- No puedes masticar bien los alimentos por falta de dientes.
- Padeces una enfermedad, pero no tienes caries.
- No tienes padecimiento alguno y gozas de salud bucodental.

3. La visita al estomatólogo debes realizarla para:

- Limpiar tus dientes.
- Eliminar la halitosis (mal aliento).
- Revisarte una vez al año.
- Extraerte un diente.

4. La placa dentobacteriana es:

- Una sustancia dura que se deposita en los dientes.
- Una sustancia blanda que se deposita en la superficie de los dientes.
- Una mancha oscura que se adhiere al diente.
- Una sustancia que se deposita en los dientes y no los enferma.

5. Los primeros cuidados de tus dientes y salud en general se te realizaron:

- Enseñándote a reír.
- Cuando comenzaste a hablar.
- Mediante la lactancia materna.
- A través de medicamentos.

6. Debes cepillar tus dientes:

- Tres veces al día
- Dos veces al día
- Cuatro veces al día
- Una vez al día

7. La forma correcta del cepillado ha de ser:

- De forma horizontal
- De la encía hacia el diente durante 5 minutos

Rotatorio

8. Si usas prótesis, debes:

- Dormir con ella.
- No dormir con ella.
- No quitártela nunca.

9. Para mantener la higiene de la prótesis, la limpiarás:

- Cuatro veces al día
- Tres veces al día
- Dos veces al día

10. El método más eficaz para eliminar la placa dentobacteriana es:

- Con un palillo
- Con algodón
- Con el cepillo dental
- Con agua y jabón

11. Las enfermedades bucales más frecuentes que conoces, son:

- Enfermedad de las encías
- Inflamación de las amígdalas (garganta)
- Dientes grandes
- Caries dental

12. Cuando la placa dentobacteriana no se elimina, provoca:

- Deformaciones de los dientes
- Encías rojas y sangrantes
- Infecciones de la garganta
- Caries dental

13. Las caries dentales pueden evitarse con:

- Alimentos ricos en grasas
- Un correcto cepillado
- Enjuagatorios

14. Las enfermedades de las encías puedes evitarlas:

- Extrayendo los dientes enfermos.
- Con medicamentos.
- Eliminando la placa dentobacteriana.

15. Para detectar la placa dentobacteriana es necesario:

- Mirarse en un espejo.
- Raspase los dientes con un palillo.
- Realizar la tinción de los dientes.

16. Los alimentos que ocasionan caries, son:

- Los vegetales
- Los caramelos y galletas
- Los líquidos
- Las carnes y pescados

17. Para fortalecer tus dientes debes:

- Comer abundantes dulces a cualquier hora.
- Comer dulces en las comidas y luego no cepillarte.
- Usar sustancias que contengan flúor.

18. Los hábitos bucales que te pueden desviar los dientes, son:

- Leer en voz alta.
- Comerte las uñas.
- Respirar por la boca.
- Ingerir abundantes líquidos.

19. Cuando te revisas los tejidos de la cavidad bucal, lo realizas para:

- Contar los dientes.
- Detectar lesiones en los tejidos bucales.
- Mirarte la lengua.
- Encontrar algo diferente.

20. Para conservar la salud de los tejidos bucales debes:

- Mantener el hábito de fumar.
- Ingerir abundantes bebidas alcohólicas.
- Evitar la ingestión de alimentos calientes y picantes.
- Eliminar irritantes locales.

Claves de respuestas correctas

Preguntas	Respuestas
1 -----	c
2 -----	d
3 -----	c
4 -----	b
5 -----	c
6 -----	c
7 -----	b
8 -----	b
9 -----	a
10 -----	-c
11 -----	a, d
12 -----	b, d
13 -----	b
14 -----	c
15 -----	c
16 -----	b
17 -----	c
18 -----	b, c
19 -----	b, d
20 -----	c, d

Referencias bibliográficas

1. Luetich A, Morini E, Cura A. Proyecto innovativo de educación para la salud bucal. Rev Ateneo Argent Odontol 2000; 39 (1): 5-12.
2. Cuba. Ministerio de Salud Pública. Guía para la evaluación del trabajo en educación para la salud en estomatología. La Habana: MINSAP, 1998.
3. ---. Programa Nacional de Atención Estomatológica Integral a la Población. La Habana: MINSAP, 1992:6-9.
4. Navarro J, Limonta E, Araújo T. Consejería de salud bucal para adultos del Consultorio Médico nr 17 del Reparto Sueño [biblioteca virtual en línea] <<http://www.scu.sld.cu/turquimedindex.htm>> [consulta: 8 julio 2004].
5. Rodríguez Reutillo M. En busca de un consejo. La Habana: MINED, 1994: 53-8.
6. Shafer WG, Jevy BM. Tratado de patología bucal. 4 ed. México, DF: Nueva Editorial Interamericana, 2000: 422-5.
7. Viñas Pérez G. Entre dos. La Habana: MINED, 1994: 98-103.
8. Jiménez S. Alimentación y nutrición. En: Salud y medicina. La Habana: Editorial Ciencias Médicas, 2001; t 1:106-7.
9. Zamora Vasallo C. Identifique quién soy. Técnica participativa. La Habana: MINED, 1994: 8-13.
10. Centro Memorial "Dr. Martin Luther King". Técnicas de participación. Equipo de Educación Popular. La Habana: Editorial Caminos, 1999:5-15.

Dra. Josefa Navarro Nápoles. Serafín Sánchez 307 ½ entre calle 7 y Pedro Flores, Reparto Flores, Santiago de Cuba

- ¹ **Especialista de I Grado en Estomatología General Integral. Máster en Atención Primaria de Salud. Profesora Asistente**
- ² **Especialistas de I Grado en Estomatología General Integral. Profesoras Asistentes**
- ³ **Especialista de I Grado en Estomatología General Integral. Instructora**

CÓMO CITAR ESTE ARTÍCULO

Navarro Nápoles J, Turcaz Castellanos IM, Abella Hernández N, Castilla Peralta M, Cuevas Gandaria MA. Instructivo de salud bucal para adultos del Consultorio Médico nr 17 del Reparto Sueño [artículo en línea]. MEDISAN 2006; 10(2). http://bvs.sld.cu/revistas/san/vol10_2_06/san02206.htm> [consulta: fecha de acceso].