

**Familiarización con las buenas prácticas de la salud oral en las familias del  
barrio el pinal de la comuna 1 del municipio de bello**

**John Edison López Gómez**

**Luis Daniel serna**

**Jharol duvan Marín**

**Corporación universitaria minuto de dios**

**Politécnico internacional**

**Facultad ciencias de la salud**

**Técnica profesional en salud oral**

**Medellín**

**2012**

**John Edison López Gómez**

**Luis Daniel serna**

**Jharol duvan Marín**

**Trabajo de grado para optar por el título de  
Técnico profesional en salud oral**

**Asesor (a):**

**Dr.ElianaGalvis**

**Juan maríaRamírez**

**Corporación universitaria minuto de dios**

**Politécnico internacional**

**Facultad ciencias de la salud**

**Técnica profesional en salud oral**

**Medellín**

**2012**

**Nota de aceptación**

.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....

.....

Firma presidente del jurado

.....

Firma jurado

.....

Firma jurado

Medellín 2012

## **Dedicatoria**

Damos gracias a dios y a nuestros profesores por gracias a su incansable trabajo y al conocimiento que compartieron con nosotros es que el día de hoy vemos como todo el esfuerzo y el sueño se hacen realidad

Damos un agradecimiento en especial a nuestros asesores para el proyecto de grados Dr. Eliana maría Galvis y al Dr.juanmaríarodríguez porque sin el acompañamiento que nos brindaron y su tiempo no alcanzaríamos a llegar a cumplir esta meta

## **Agradecimientos**

Dr. Carlos Mario del toro

Coordinador técnico profesional en salud oral y mecánica dental

Dr. Ángela Uribe

Coordinadora de práctica uniminuto

Juan María Ramírez

Coordinadora y asesora proyectos de grados

Dr. Eliana María Galvis

Asesora de proyectos de grados uniminuto – politécnico internacional

## Contenido

Introducción.....	7
Planteamiento del problema.....	8
Objetivos(general y específicos).....	9
Justificación.....	9
Marco conceptual.....	10
Marco teórico.....	11
Metodológico.....	30
Información estadística.....	32
Cibegrafía.....	33
Conclusiones.....	34
Recomendaciones.....	35
Glosario.....	36
Anexos.....	37

## Introducción

Este proyecto de investigación será realizado con el fin de impartir una buena instrucción sobre el método de cepillado, las enfermedades y cambios que se producen durante el embarazo como prevenirlas y como debe ser el cuidado de los dientes durante la etapa de gestación, el cuidado en la higiene oral de los niños y jóvenes enfermedades producidas por los malos hábitos en cuanto al cepillado, y el cuidado en la higiene oral en las prótesis de los adultos mayores en las comunidad del barrio granizal de la comuna 1 del municipio de bello. Ya que estas personas al poseer pocos recursos económicos no tiene el suficiente acceso a una buena salud oral.

La metodología planteada para la elaboración de este proyecto se implementara de la siguiente forma. En primer lugar se diligenciará un formato de encuesta, como segundo paso se empezará a impartir la charla empezando por las madres gestantes los cambios hormonales y las enfermedades de higiene oral que se pueden presentar durante el embarazo, el siguiente punto a tratar será con los niños se les dará la charla por medio de carteleros con imágenes sobre los cambios que se presentan en los dientes como cuidarlos y cuál es la técnica correcta para un buen cepillado, se hablara de las enfermedades que se pueden producir cuando no hay un buen hábito de cepillado, como tercer paso se les impartirá la charla a los joven sobre el uso de perforaciones en la boca y los cambios que se presentan en la boca cuando se ingiere bebidas alcohólicas, para finalizar por medio de folletos se les explicara a los adultos mayores las causas de las pérdidas de piezas dentales y el cuidado de las prótesis dentales.

## **Planteamiento del problema**

De acuerdo a una visita de inspección al barrio el pinal de la comuna 1 del municipio de bello, nos dimos cuenta de la falta de apoyo por parte de la seccional de salud frente al tema de la salud oral, atreves de esto nos dimos cuenta de la falta de interés y la poca información o desconocimiento a tolo lo que se refiere a la salud oral.

Aparte de esto los niveles socio-económicos y culturales de la zona nos les permiten poder acceder a un plan de desarrollo o un plan de salud ya que se ven afectados primero por la falta de recursos económicos como consecuencia de esto estas personas no reciben una buena educación lo cual las convierte en tradicionalistas es decir siguen los pasos que aprendieron en casa siendo estos pocos o escasos frente a diferentes temas de interés en este caso sobre su higiene oral, por otra parte no hay un acompañamiento permanente en cuanto a la población infantil, ni la población de madres cabezas de hogar siendo estas los 2 focos principales en estas poblaciones



## **Objetivos de estudio.**

### **Objetivo general**

Determinar los conocimientos sobre los cuidados de la higiene oral en los niños mayores de 6 años, jóvenes, mujeres embarazadas y adultos mayores de 60 años del barrio el pinal ubicado en la comuna 1 del municipio de bello para finalmente brindarles las pautas necesarias sobre una buena higiene oral.

### **Objetivos específicos**

1. Cuantificar de acuerdo al grupo poblacional de la investigación, los conocimientos y hábitos de higiene oral que tiene cada persona.
2. Educar y motivar a cada grupo de personas de la población sobre técnicas y cuidados de la salud e higiene oral.
3. Informar a la población las diferentes enfermedades que se pueden presentar por causa de una mala higiene oral.

## **Justificación**

La población requiere un amplio impacto en educación y motivación para obtener una buena salud oral y así prevenir enfermedades de la cavidad oral

Además se pretende concientizar a las personas capacitándolas, dándoles una oportuna información sobre las enfermedades que atacan la cavidad oral, conociendo los procedimientos que realizan para tener una limpieza oral adecuada.

es importante acumular la información con encuestas porque por medios de estas nos daremos cuenta cómo es que las personas de esta población cuidan sus dientes.

## **Marco conceptual**

Vemos una necesidad frente a la falta de acompañamiento por parte de las seccionales de salud frente al tema de la higiene oral (placa bacteriana) en las familias del barrio el pinal ubicado en la comuna 1 del municipio de bello

Por medio de la corporación universitaria minuto dios en convenio con el politécnico internacional los estudiantes de la técnica profesional en salud oral nos hemos propuesto en realizar charlas educativas a las familias del barrio el pinal utilizando medios didácticos como lo son:

- Carteleros
- Información impresa por medio de folletos.

Por este motivo nos hemos dado en tarea de realizar un sondeo mediante encuestas que se llevaran a cabo haciendo visitas domiciliarias alrededor de unas 10 familias.

## Marco teórico

La promoción y prevención (pyp) son los procedimientos e intervenciones orientadas a que la población mejore sus conocimientos y su forma de vida.

### ➤ Cuidado de los dientes en los niños y jóvenes.

**Los dientes:** son estructuras de tejido mineralizado que sirven para masticar los alimentos antes de que lleguen al estómago para una adecuada digestión y tienen una importante misión en el habla y en aparato fonador. A parte de la importante función que realizan como: cortando, triturando y masticando los alimentos.

Su estructura, su número y su disposición varían en los niños y en los adultos. Los padres debemos cuidar desde el principio de la salud de la boca y de los dientes de nuestros hijos, y los primeros cuidados deben empezar ya en el embarazo. En la alimentación de la madre durante la gestación deben estar presentes: calcio, fósforo, proteínas y vitaminas a, c y d. Estos nutrientes ayudan a la mineralización del germen, que dará lugar al diente

**La dentición primaria**, también conocida como decidua, está compuesta por **los dientes "de leche", que son 20** y están dispuestos en las dos arcadas, superior e inferior. Entre todos, se distinguen ocho incisivos, cuatro caninos y ocho molares. A medida que el niño va creciendo, generalmente alrededor de los 6 años, se van cayendo estos dientes y empiezan a aparecer los dientes definitivos. Por tanto, durante una época conviven en la boca del niño dientes de los dos tipos.

La salud oral debe ser un trabajo conjunto entre **padres e hijos** bajo el control de su **pediatra** y dentista, poniendo especial énfasis en la prevención de los problemas dentales, siendo los padres quienes deben hacerse responsables de la higiene oral hasta los 6 o 7 años de edad.

Se debe tener en cuenta los problemas asociados al uso del chupete a la succión del pulgar, la lactancia prolongada y excesiva, el uso de protectores bucales durante las actividades deportivas y las ventajas del suplemento adecuado de flúor.

El rol del pediatra es la de mantener una óptima salud oral debiendo evaluar en forma periódica la cavidad oral, educar a los padres sobre lo importante del lavado de dientes y el derivar en forma oportuna al dentista.

La salud bucal, es muy importante puesto que las estructuras que conforman la boca tienen funciones diversas y fundamentales. El bebé obtiene sus primeros contactos gratificantes con su entorno a través de la boca, desdentada y

especialmente dispuesta para aferrar el pecho materno. A medida que van saliendo los dientes, primero los temporales o de leche y luego los permanentes, la boca adquiere todavía más relevancia: no sólo sigue manteniendo su función en el proceso alimenticio, sino que a ésta le suma la relativa al habla, y por ello cobra un valor social.

### **Acerca de la parte estética**

la dentadura cumple una función estética que no debe subestimarse. Una sonrisa blanca y bien alineada puede constituir un factor importante para relacionarse socialmente. Pocas cosas son tan gratas para los padres como las sonrisas de sus hijos, y así como el conjunto de los dientes desiguales resulta simpático en los más pequeños, lo cierto es que el desarrollo de una dentadura desalineada o la pérdida prematura de piezas dentales son motivos de preocupación cuando se trata de niños mayores. Obviamente, no todo el mundo cuenta con una dentadura impecable, porque ésta depende en buena parte de factores constitucionales. Pero en ella pueden incluso resultar más decisivos otros factores, como elementos ambientales perniciosos. Además, el odontólogo puede corregir en gran medida lo que, por naturaleza, no es tan perfecto.

### **acerca de la salud**

no hace falta recordar lo muy desagradable que puede llegar a ser un **dolor de muelas**, y basta con tener en cuenta que en la boca se llevan a cabo las primeras fases de la digestión para deducir que es necesaria una dentadura sana para una nutrición adecuada. Asimismo, los dientes, junto con las demás estructuras de la cavidad bucal, son decisivos para la articulación correcta de los sonidos. Las alteraciones de los dientes y las encías pueden constituir la puerta de entrada de gérmenes capaces de provocar afecciones, en ocasiones serias, en otras partes del organismo.

### **La caries dental**

cuando se habla de problemas dentales es preciso referirse a la **caries**, una de las enfermedades más extendidas en nuestra población y que aparece principalmente durante la infancia. La caries no solo provoca las tan conocidas molestias dolorosas, sino que puede ocasionar complicaciones diversas y conducir a la pérdida prematura de piezas dentales. Conocer los métodos de prevención y tratamiento de la caries resulta indispensable para garantizar la salud dental de nuestros hijos.

## **La mal posición de los dientes**

otro problema odontológico a destacar es la disposición defectuosa de las piezas dentales, que comporta tanto una alteración estética como un trastorno funcional. Conviene saber cuáles son los factores que predisponen a la mal posición y las técnicas para su tratamiento, englobadas dentro de una rama de la odontología denominada ortodoncia. Corregir la mal posición de los dientes durante la infancia es importante y no debe menospreciarse. En el futuro, sus hijos se lo agradecerán.

El control y cuidado de los dientes es tarea principal de los padres bajo el asesoramiento del pediatra al principio y luego del odontólogo.

El primer control a realizar es el de erupción dentaria .el manejo ante esta situación genera muchas dudas en los padres.

La aparición del primer diente en el bebé provoca en la familia alegría y también ansiedad, por lo que el pequeño no duerme bien, esta intranquilo y babea mucho. Lo primero que vemos es que la encía se empieza a agrandar porque el diente quiere erupcionar, esta es la edad en que el bebé se lleva elementos a la boca y quiere morder produciendo una isquemia, es decir la no circulación de la sangre, aliviándole en consecuencia el dolor

## **Sellantes**

Sellantes dentales son una herramienta probada en la prevención de las caries oclusales, lugar donde se desarrolla más de dos tercios de las caries totales padecidas por niños, aunque éstas representen sólo el 12% de todas las superficies dentales.

El principal factor a tener en cuenta para la aplicación de un sellador es el diagnóstico del estado de salud de las fosas y fisuras que se pretenden cerrar. Esto es bastante difícil de realizar clínicamente porque el diámetro promedio de las fisuras en su parte profunda es de 25 um 50 um. Además existen varios tipos de surcos: en forma de u o de v, de y y de t invertida (2). Estas fisuras oclusales son como embudos amplios o estrechos, relojes de arena e invaginaciones múltiples.

Hoy es una realidad que el diagnóstico de surco profundo no se puede realizar por medio del explorador porque el diámetro del mismo, aún los más delgados no llegan a penetrar dentro de las fisuras.

Actualmente el criterio más aceptado para diagnóstico de un surco profundo sería la aplicación de sustancias colorantes (doble tono) con la finalidad de evidenciar la presencia de placa activa o madura.

También podemos utilizar aparatología electrónica y de luz láser, estos métodos permiten el diagnóstico de lesiones antes de que se produzcan cavidades por pérdida de tejidos dentarios desmineralizados.

Los sellantes oclusales fueron desarrollados por Cuetto y Buonocore específicamente para prevenir caries en la región de fosas y fisuras y se ha demostrado que son muy eficaces (3).

Aunque se ha escrito mucho sobre la eficacia, seguridad y costo beneficio de los sellantes, sólo en los últimos años han ganado popularidad como procedimiento de prevención de caries, siempre y cuando se apliquen con diligencia y en el caso adecuado (4).

La selección del caso depende de un diagnóstico preciso; la anatomía de la fisura determina la facilidad con que los microorganismos y sus ácidos pueden quedar atrapados en ella y por tanto aumentar el potencial de cariarse (5).

Este hecho llevó a la búsqueda de soluciones clínicas que además de ser sencillas y económicas sean efectivas para prevenir la enfermedad de caries. Así tenemos los selladores de puntos y fisuras que deberían ocupar un lugar prominente en cualquier programa preventivo para completar los resultados provistos por otras medidas de prevención. Es decir que es el eslabón faltante desde los dentífricos fluorados, aplicación tópica de fluoruros, barnices con fluoruros etc., que llegan bien a las superficies libres pero no a fosas y fisuras. Además es poco probable que logremos modificar la dieta cariogénica del paciente pero si podemos con los sellantes modificar la morfología de una pieza dentaria con surco profundo, transformándola en una superficie lisa para que no penetren microorganismos ni nutrientes, evitando el riesgo a caries oclusales.

### **Técnicas de cepillado**

Para que el cepillado de los dientes cumpla eficazmente su cometido, es preciso que se convierta en una rutina cotidiana al levantarse, después de cada comida y, nuevamente, antes de acostarse. La regularidad es determinante, ya que la placa bacteriana se forma de manera continua, y sólo eliminándola una y otra vez se podrá evitar su efecto nocivo. Pero tan importante como respetar esta norma es proceder a una técnica adecuada: si el cepillado es incorrecto, no cumple su finalidad y, lo que es peor, puede resultar perjudicial, dañar los dientes e irritar las encías. Es importante que los padres conozcan cuál es la técnica correcta para el cepillado dental antes de enseñarlo a sus hijos, porque si el procedimiento no se aprende bien desde el principio, luego resulta difícil de corregir. Mejor aún, pueden solicitar la colaboración del dentista, quien, con la ayuda de maquetas especiales,

puede hacer más fácil y efectiva la comprensión de la técnica y, además, si es necesario, puede supervisar cómo la realiza el niño. Merece la pena insistir en estos aspectos porque los estudios efectuados al respecto revelan que hay un amplio porcentaje de niños que no se cepillan los dientes con la frecuencia necesaria y que, incluso, entre los que lo hacen, hay muchos que no saben cepillarse correctamente. Si se considera el cepillado como lo que es, una técnica, y se aprende a hacerlo bien, se tendrá la certeza de proteger la dentadura.

### **¿por qué cepillarse los dientes después de comer?**

La misión del cepillado es eliminar la placa bacteriana, donde se encuentran unos gérmenes que forman parte de la flora bacteriana de la boca y que, si bien no son patógenos, al degradar los azúcares procedentes de los alimentos elaboran unas sustancias ácidas que pueden deteriorar la superficie de los dientes. Aunque la placa bacteriana se forma de manera continua, su acción más nociva se desarrolla después de comer, cuando la producción de ácidos es más elevada porque los gérmenes cuentan entonces con las sustancias nutritivas de las que también se alimentan. Por ello es fundamental cepillarse los dientes después de cada comida y antes de que pasen treinta minutos, que es lo que tardan las bacterias en producir sus secreciones ácidas.

### **Vamos paso por paso**

#### **1.- el correcto cepillado de la cara externa.**

La cara externa de los dientes se encuentra comparativamente en mejor situación que las otras, porque está en contacto con los labios y porque es más accesible al cepillado. Sin embargo, es la que más puede resentirse de una técnica incorrecta: han de cepillarse todas y cada una de las piezas dentales, por su cara externa, desde la encía y con un movimiento vertical de barrido, tanto para los dientes inferiores como para los superiores.

En el caso de los dientes inferiores, el movimiento debe comenzar en el límite de la encía y dirigirse de abajo arriba, hacia el borde libre

la cara externa de: los dientes debe cepillarse con movimientos en sentido vertical, efectuando una acción de barrido.

En cuanto a los dientes superiores, el cepillado debe comenzar también en el límite de la encía y dirigirse de arriba hacia abajo.

#### **2.- el correcto cepillado de la cara interna**

el cepillado cuidadoso de la cara interna de los dientes reviste una gran importancia, puesto que no es tan fácil de llevar a cabo y, por consiguiente, generalmente se descuida. Por otra parte, también es común que se acumulen restos de alimentos en los pequeños huecos que hay entre diente y diente, o entre diente y encía, y que naturalmente se pueden eliminar con el cepillado dental. Para los niños, esta parte del cepillado es la que resulta más compleja, y por ello

conviene que la explicación que se les haga quede lo más clara posible. Por otra parte, lo mejor es que utilicen un cepillo pequeño y de forma anatómica, con un ángulo entre el cabezal y el mango que facilite el acceso a todos los rincones de la boca.

La cara interna debe cepillarse desde el límite entre los dientes y la encía hacia el borde libre, con un movimiento de barrido que se logra mediante un giro de la muñeca. La acción ha de repetirse varias veces en cada sector, tanto en los dientes superiores como inferiores.

### **3.- el correcto cepillado de la cara masticadora**

el cepillado de la cara superior de los premolares y molares, que sirve para triturar los alimentos, resulta poco menos que fundamental. La superficie masticatoria de estas piezas dentales presenta múltiples surcos y pequeñas fisuras en donde se acumula la placa dental y es fácil que se inicie una caries. Si bien todos los dientes pueden ser afectados por ese trastorno, la localización más habitual durante la infancia corresponde a las piezas premolares ya las muelas. Por ello, es recomendable aplicar un esmero especial en su limpieza, cepillando las caras interna y externa y la que entra en contacto con los alimentos en el acto de la masticación, y dedicando al proceso un espacio de tiempo suficiente para asegurar la completa eliminación de la placa bacteriana.

para efectuar la limpieza de la cara masticatoria de premolares y molares hay que apoyar el cepillo y efectuar una serie de movimientos circulares de manera que la punta de las cerdas penetre en los surcos y fisuras. El procedimiento debe efectuarse en todas las piezas inferiores y superiores de la dentadura.

### **¿por qué el masaje de las encías?**

Conviene complementar la limpieza de los dientes con un masaje de las encías que active la circulación sanguínea, tonifique el tejido y, además, facilite la eliminación de restos de alimentos acumulados en el surco que hay entre la encía y los dientes. Para llevar a cabo este masaje hay que usar un cepillo seco, sin pasta dentífrica debe apoyarse el cepillo con una ligera inclinación sobre la encía, y efectuar entonces una serie de leves movimientos de adelante hacia atrás, sin llegar a desplazar el cepillo esta técnica se repite a lo largo de ambas encías tantas veces como sea necesario para conseguir darles un masaje en toda su extensión.

### **El peligro de un cepillado incorrecto**

Tan importante como efectuar un correcto cepillado es evitar un cepillado inadecuado ineficaz y perjudicial como es el que se realiza al mover enérgicamente el cepillo en sentido horizontal hacia uno y otro lado. Aparentemente esta es la forma más fácil y cómoda de cepillarse los dientes pero resulta inútil porque no sólo no permite arrancar la placa bacteriana de toda la



superficie dental como hace el cepillado vertical sino que la arrastra sobre la dentadura. Constituye además una actuación peligrosa porque un enérgico cepillado horizontal puede dañar la superficie de los dientes e irritar las encías.

### La seda dental o hilo dental

Este permite eliminar la placa de las superficies dentales inalcanzables o de difícil acceso para el cepillo, por lo tanto, se debe emplear el hilo dental como parte de la práctica normal en la higiene bucal. "el uso de la seda dental o hilo dental tiene una técnica muy sencilla la cual mostraremos a continuación. Cortar un tramo de hilo de unos 30-60 cm y enrollar ligeramente sus extremos en los dedos medios, dejando de 5-8 cm entre ambos dedos. (fig. A, b)

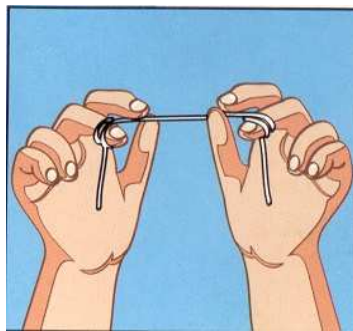


Figura a.

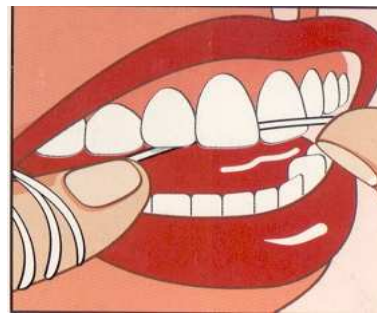


Figura b.

a fin de lograr el máximo control, no deben separarse de 2 cm las puntas de los dedos o pulgares que controlan el hilo. (fig. C, d)

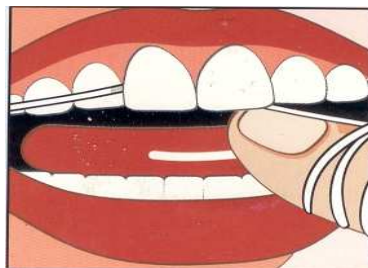


Figura c.

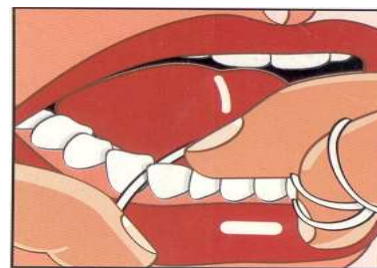


Figura d.

-pasar el hilo con cuidado por los puntos de contacto moviéndolo en dirección vestibulo- lingual (de adentro hacia afuera) hasta que se deslice lentamente. Evitar forzarlo pues se podría lastimar las encías  
- mover el hilo con cuidado en dirección oclusolingival y vestibulolingual (de lado a lado) con movimientos de serrucho para remover la placa interproximal (espacio que se forma entre diente y diente) hasta que se extienda justo debajo de las encías. En los dientes inferiores el hilo es guiado con los índices en vez de con los pulgares para facilitar el control de los movimientos  
- se debe desplazar el sector de hilo usado en cada espacio proximal (espacio

formado entre los dientes) para limpiar cada diente con "hilo limpio".  
- después de pasarlo por todos los dientes, enjuagar vigorosamente la boca para eliminar la placa y los residuos de alimentos  
- por último debe realizarse un correcto cepillado, ya que se ha demostrado que este, combinado con el pasaje de hilo dental es el método más efectivo para limpiar las superficies que quedan entre los dientes (interproximal)"

(4)"la caries se origina con las bacterias suelen estar presentes en la boca y convierten todos los alimentos, especialmente los azúcares y almidones, en ácidos. Las bacterias, el ácido, los residuos de comida y la saliva se combinan en la boca para formar una sustancia pegajosa llamada placa que se adhiere a los dientes y que es más prominente en los molares posteriores

Los ácidos de la placa disuelven la superficie del esmalte del diente y crean orificios en el diente (caries). Las caries no suelen producir dolor hasta que se tornan muy grandes y afectan los nervios o causan una fractura del diente. La caries dental que no se trata también destruye las estructuras internas del diente (pulpa o nervio) y finalmente causa la pérdida de éste."

La caries tiene unos síntomas fáciles de detectar como lo es el dolor de muela o sensación dolorosa en los dientes, sobre todo después de consumir bebidas o alimentos dulces, fríos o calientes. Hoyuelos o agujeros visibles en los dientes

También podemos ver durante el proceso de formación de la caries el proceso posterior que es la gingivitis (inflamación de las encías ) este proceso se produce por la acumulación de placa bacteria en los espacios interdientales (entre diente y diente)

(5)"la gingivitis es una forma de enfermedad periodontal que involucra inflamación e infección que destruyen los tejidos de soporte de los dientes, incluyendo las encías, los ligamentos periodontales (tejidos que sostienen el diente) y los alvéolos dentales (hueso alveolar).



la gingivitis se debe a los efectos a largo plazo de los depósitos de placa, un material adherente compuesto de bacterias, moco y residuos de alimentos que se desarrolla en las áreas expuestas del diente. También una lesión a las encías por cualquier causa, incluyendo el cepillado y el uso de seda dental demasiado fuerte, puede causar gingivitis.

Los siguientes factores aumentan el riesgo de desarrollar gingivitis:

- Enfermedad general
- Mala higiene oral
- Embarazo (los cambios hormonales aumentan la sensibilidad de las encías)
- Diabetes no controlada”

Esta enfermedad tiene unos síntomas muy particulares y de fácil detección en el momento del cepillado el más común es el sangrado de las encías (sangre en el cepillo de dientes incluso con un cepillado suave), se puede detectar a simple vista en cambio de color de las encías de un aspecto rosado a una apariencia roja brillante o roja púrpura de las encías, para finalizar al momento de tocar las encías estas se vuelven sensibles mas no producen dolor

### **Índice de placa dentobacteriana (i.p.d.b)**

#### **Evaluación de la placa.**

Hay muchos índices para medir la placa, miden a) la presencia de placa en los dientes o b) la cantidad de placa acumulada sobre los dientes. En cualquiera de los casos es imprescindible el uso de compuestos relevantes para volver visible la placa.

#### **Evaluación de la presencia de placa de índice o'leary.**

La ficha utilizada permite la comparación de tres evaluaciones sucesivas de placa y sangrado. En esta ficha cada diente está dividido en 4 sectores, que corresponden a sus caras mesial, vestibular, distal y lingual. Una vez que el paciente recibe el compuesto relevante, se anotan los resultados. Las caras mesial y distal se revisan dos veces: una durante la evaluación de las caras vestibulares y una segunda vez cuando se evalúe la cara lingual.

El puntaje final se determina contando el número total de caras con placa, dividiendo este número por la cantidad total de caras presentes en la boca y multiplicando por 100. Este puntaje cuando se compara con otros obtenidos anteriormente, provee un método para que el paciente reconozca su evolución.

## Evaluación de la cantidad de placa presente.

Método desarrollado por Silness y Løe mide la cantidad de placa depositada sobre la superficie de todos los dientes presentes en la boca de acuerdo con los siguientes criterios:

<i>Puntaje</i>	<i>Criterios</i>
0	No hay placa en la zona gingival.
1	Una placa que se adhiere al margen gingival libre y a la zona adyacente del diente.
2	Acumulación moderada de depósitos blandos dentro de la bolsa gingival, y/o adyacente a la superficie dentaria.
3	Abundancia del material blando dentro de la bolsa gingival y/o sobre el margen gingival y la superficie dentaria adyacente.

Este procedimiento da un puntaje a cada una de las cuatro unidades gingivales de los dientes (vestibular, lingual, mesial y distal) que oscila entre 0 y 3; este es el índice de placa para la unidad gingival. Los puntajes de las 4 zonas de un diente pueden sumarse y dividirse por 4 para dar el índice de placa del diente. Los puntajes de los dientes individuales (incisivos, premolares y molares) pueden agruparse para designar el índice de placa de grupos de dientes. Sumando los índices de los dientes y dividiendo por el número de dientes examinados, se obtiene el índice de placa del paciente.

## ➤ Cuidado de los dientes en mujeres en embarazó

### Las alteraciones bucales del embarazo

Durante el embarazo se producen grandes cambios en la mujer a todos los niveles: en el aspecto físico, en el químico y en el psicológico.

Esto hace que la cavidad bucal de la embarazada sea más susceptible a padecer gingivitis y caries.

### Gingivitis

Durante el embarazo se produce un aumento de las hormonas llamadas prolactina y estrógenos las cuales condicionan cambios en las estructuras de todo el organismo y, entre ellas, especialmente en los tejidos de la boca.

Estos tejidos aumentan la irrigación sanguínea y sufren una mayor capacidad inflamatoria ante los irritantes locales externos. Aumenta así la posibilidad de sufrir ciertas alteraciones como la gingivitis.

La gingivitis consiste en una inflamación de las encías que aparecen enrojecidas, edematosas, sensibles y con tendencia al sangrado espontáneo o por estímulos pequeños como el masticar o cepillarse los dientes.

Durante el embarazo esta alteración es tan frecuente y específica, que recibe el nombre de gingivitis del embarazo. Esta es más evidente a partir del tercer mes de embarazo.

Si la mujer padecía previamente gingivitis o enfermedad periodontal, ésta empeora durante el embarazo. Puede que no existiera previamente y se desencadene durante esta etapa.

Si la gingivitis no se trata, puede evolucionar hacia enfermedad periodontal con lesión de los tejidos de unión del hueso al diente, pérdida parcial de hueso y riesgo de pérdida de los dientes.

En un pequeño porcentaje se observa un aumento localizado de la encía que recibe el nombre de granuloma, épulis o tumor del embarazo.

### Caries

**la caries también es más frecuente durante el embarazo.** Diversos autores han estudiado un **cambio en la flora bacteriana de la boca durante esta etapa**, ya que la ansiedad por los hidratos de carbono en general y los dulces en particular aumenta el riesgo de caries. Por ello durante esta época deben seguirse cuidados

específicos para **conservar la salud bucal**, que comprenden no solo una **cuidadosa higiene bucal** sino una adecuada alimentación.

### **alimentación**

es fundamental tener una alimentación equilibrada no sólo para **evitar las alteraciones bucales** sino para la **salud general de la madre** y la salud y **desarrollo de su bebé**.

El proceso de formación de los dientes del bebé **comienza entre el tercer y el sexto mes de embarazo**.

Es importante un aporte adecuado de vitaminas como la vitamina a y la vitamina d y minerales como calcio y fósforo cuyo aporte esencial para la formación de los huesos y los dientes del futuro bebé.

**Es necesario también un aporte adecuado de lípidos** (grasas), entre los que se encuentran los ácidos grasos esenciales. Los ácidos grasos esenciales son el linoleico y el alfa-linolénico, que son precursores del omega 3 y omega 6, y son fundamentales, entre otras cosas, para el **desarrollo adecuado del sistema nervioso**.

**Las proteínas de calidad que aportan la carne**, el pescado, los huevos y la leche son imprescindibles como material de construcción de todos los órganos del bebé.

Es importante también un adecuado aporte de hidratos de carbono pero hemos de distinguir entre los hidratos de carbono complejos y los simples

### **Higiene bucal**

Es necesario en esta etapa del embarazo extremar los cuidados dentales. Las alteraciones bucales propias del embarazo aunque frecuentes. No son inevitables y pueden prevenirse realizando una adecuada higiene dental con un cepillado después de las comidas y usando el hilo dental una limpieza cuidadosa eliminara la placa bacteriana que es la causante de la caries dentales y de la gingivitis

### **Visita al odontólogo**

Lo ideal comienza en el embarazo con una boca sana. Sin caries ni otros problemas como gingivitis .cálculos. Flemones .etc. Ya que estas patologías no solo afectan a la salud de la madre. Sino también ala del hijo. Es aconsejable realizar visitas periódicas al odontólogo. Que podrá efectuarlos tratamientos oportunos y detectar y prevenir cualquier alteración para que la salud bucal sea la óptima. Si no se tiene el hábito de acudir al odontólogo cada seis meses este es un buen momento para comenzar a hacerlo.

Si no se ha acudido antes las revisiones dentales pueden hacerse sin problema durante el embarazo.

La futura mamá puede atenderse odontológicamente durante todo el transcurso de su embarazo. Siendo el segundo trimestre el más indicado para realizar todo tipo de intervenciones incluyendo aplicación de anestesia local .extracciones y tratamientos de conducto. Que si bien pueden hacerse también durante los otros trimestres. Este es el más apropiado para ellas.

Las restauraciones de caries. Limpieza dental. Aplicación de flúor como prevención. Tratamientos de blanqueamientos. Y tratamientos de ortodoncia. Pueden realizarse sin problema en cualquier momento del embarazo sin ninguna contradicción la correcta higiene bucal y la disminución del consumo de azúcares. Hará menos frecuente la aparición de caries y gingivitis ( inflamación de las encías) durante el embarazo esto es debido a que la futura mama está experimentando muchos cambios hormonales que hacen que este mas predispuesta a generar caries.

Sugerimos a las madres gestantes que durante el embarazo que asista periódicamente a un control odontológico ya que en muchos centros de salud se les facilita la atención por ser madres gestantes ya que el régimen subsidiado (sisben) ha facilitado en los últimos años este recurso

Se les recomiendo que ante cualquier cambio grave que puedan ver en su boca no usar métodos caseros ya que estos podrían empeorar la situación, que lo más conveniente es ir a un centro asistencial y pedir una urgencia odontológica

Se les sugiere a las madres un poco más de control frente al cepillado de los niños, estar más pendientes de cuantas veces se realiza el cepillado y estar en un acompañamiento permanente frente al uso del cepillado con los niños

Se les propone a los líderes comunitarios solicitar ante su junta de acción comunal del barrio granizal campañas de salud para así mejorar el estilo de vida de la comunidad

A las personas mayores se les sugiere hacerse revisiones de las prótesis por lo menos cada 6 meses para que sean ajustadas y no les causen problemas a futuro

Se recomienda a la comunidad que entre ellos mismos hagan charlas sobre los temas tratados para así poder llegar a más personas y mejorar la calidad de vida

## ➤ Cuidados de la salud oral en el adulto mayor

### Prótesis removibles. Cuidado y mantenimiento

#### Descripción

La prótesis dental removible es un tratamiento para reponer dientes ausentes y las estructuras óseas que se van atrofiando a lo largo del tiempo tras la pérdida de los dientes naturales, mediante aparatos bucales portadores de dientes artificiales, que se pueden y deben extraer de la boca para facilitar la limpieza de ésta y de aquéllos. Mejoran la masticación, la estética y el habla. Estos aparatos de prótesis removible se sujetan a algunos dientes naturales mediante dispositivos no rígidos, llamados retenedores (vulgarmente, «ganchos»), y a veces también descansan sobre el hueso cubierto de mucosa. Por estas razones, al morder sobre ellos se nota un pequeño «ballesteo», y la masticación no es tan eficaz como con los dientes naturales.

#### Limitaciones

Con el tiempo, los dientes naturales permanentes en la boca se desplazan o cambian de posición, sobre todo los que resultan recargados o empujados por los aparatos de prótesis, y, además, el hueso sobre el que éstos se apoyan también cambia de forma, con lo que dichos aparatos se desadaptarán y podrán producir algunas molestias o ulceraciones que requieren la adecuación por el dentista, y la sustitución, al cabo de un tiempo variable, por otras nuevas. Además, los elementos metálicos (y también los plásticos) de los aparatos de prótesis removible pueden experimentar fracturas con el uso, debido a lo que se llama fatiga elástica (algo parecido a lo que ocurre con un alambre cuando se dobla para un lado y otro repetidas veces); tales fracturas requieren una reparación inmediata, para evitar problemas sobreañadidos causados por las estructuras rotas.

#### Instrucciones de manejo, cuidado y mantenimiento

Para conseguir un buen funcionamiento, deberá seguir detenidamente las siguientes instrucciones de manejo, cuidado y mantenimiento, que le facilitarán el empleo de los elementos protéticos de su tratamiento e incrementarán su duración en condiciones apropiadas.

#### Adaptación y acostumbamiento

Las prótesis removibles no son meros instrumentos mecánicos, sino que transmiten fuerzas a los dientes, a las encías y al hueso, por lo que requieren un especial cuidado de adaptación, cuya duración varía según las personas y las prótesis (normalmente, varias semanas). Al final, seguramente no tendrá consciencia de llevar prótesis, pero es necesario que tenga paciencia y que, durante este periodo



de acostumbramiento, acuda a realizar las adaptaciones y correcciones que sean necesarias.

Al principio:

- Notará una sensación extraña, de ocupación, que irá desapareciendo paulatinamente.
- Producirá más saliva de lo normal, pero también se normalizará poco a poco.
- Inicialmente experimentará una disminución del sentido del gusto, que se recuperará al cabo de unas pocas semanas.
- Puede tener algunas dificultades en la pronunciación, debido al espacio que ocupa la prótesis. Para corregirlas más rápidamente, es aconsejable entrenarse a leer o hablar frente a un espejo, siempre en voz alta.
- Es probable que se muerda fácilmente en las mejillas y la lengua, por su tendencia a introducirse en los espacios donde faltan dientes, pero en poco tiempo aprenderá a evitarlo.
- A veces se percibe opresión o dolor en dientes y encías (sobre todo al morder o cerrar la boca), que suelen desaparecer en poco tiempo, a medida que «encallecen» las mucosas y los dientes naturales remanentes se adaptan a las fuerzas que reciben.

### **Recomendaciones**

- Los primeros días, procure cerrar la boca y masticar con cuidado, para no morderse y no sobrecargar las encías y dientes doloridos.
- Por la misma razón, conviene que inicialmente mastique suavemente alimentos blandos y no pegajosos, pasando poco a poco a comer productos de mayor consistencia.
- Para tratar las heridas de las mordeduras (generalmente, muy dolorosas), puede utilizar colutorios, pomadas o geles calmantes y cicatrizantes.
- Si tiene dolor intenso al morder, o aparecen heridas, acuda inmediatamente a revisión.

### **Colocación y desinserción**

La colocación y desinserción de las prótesis removibles es una cuestión de costumbre, que se aprende rápidamente, aunque al principio puede requerir un poco de paciencia, hasta aprender en qué dirección deben hacerse los movimientos de empuje y tracción:

- Para su colocación, debe utilizar siempre los dedos. Situará las zonas con ganchos sobre los dientes que sirven de sujeción, y seguidamente presionará con los dedos, hasta que alcance el lugar correcto, momento en que suele notarse un "clic". No fuerce nunca la prótesis, ni muerda sobre

ella para llevarla a su lugar, porque se hace tanta fuerza que pueden deteriorarse algunos elementos del aparato o dañar las mucosas.

- Para quitarse las prótesis, fraccionará de ambos lados a la vez (nunca de un solo lado), trabando las uñas de los dedos índices de ambas manos en los ganchos o en los bordes de la prótesis (ponga especial cuidado en no arañar las encías).

### **Cuidados e higiene**

- Después de cada comida debe lavar las prótesis y la boca.
- Las prótesis se deben limpiar, al menos una vez al día, con un cepillo especial para prótesis (de venta en farmacias) o un cepillo de uñas con cerdas de nailon, y un poco de pasta dentífrica o, mejor, jabón, para evitar la formación de sarro y el depósito de tinciones. Después, aclárelas muy bien con agua.
- Es especialmente importante la limpieza de las partes metálicas, sobre todo las que contactan con los dientes (cara interna o cóncava de los ganchos). Para ello, pueden frotarse con un bastoncillo empapado en alcohol, hasta que la superficie quede brillante. Si quedan mate o deslustradas, es que están cargadas de placa bacteriana, que puede producir caries y desgastes, debido a los ácidos que dicha placa produce. Sin embargo, si están libres de placa, es decir, brillantes, no producen ni lo uno ni lo otro.
- Conviene quitar las prótesis para dormir, para que los tejidos descansen diariamente unas horas de la presión a que pudieran verse sometidos.
- Para evitar golpes y deformaciones mientras están fuera de la boca, conviene conservar las prótesis en agua, a la que puede añadir pastillas desinfectantes comercializadas para ese menester.
- Recuerde que es conveniente usar la seda dental para limpiar entre los dientes, y enjuagarse la boca con colutorios fluorurados, al objeto de prevenir la aparición de caries, sobre todo entre los dientes, donde el cepillo no limpia bien.
- Es aconsejable que dé masajes en las encías, para mejorar su riego sanguíneo y prevenir en lo posible su reabsorción.

### **Revisiones e incidencias**

- Siempre que aparezcan ulceraciones, dolor o inestabilidad de la prótesis, deberá acudir de inmediato a revisión.
- Si surge algún problema, o en cualquier caso en que crea que se haya producido un hecho anormal, no intente resolverlo vd. Mismo.
- Se debe realizar una revisión cada seis meses para observar el estado de los dientes y mucosas, detectar desgastes en los dientes y realizar las adaptaciones apropiadas para corregir los desajustes provocados por el cambio de forma de los maxilares y de la posición de los dientes, que siempre ocurren con el paso del tiempo.

## **Prótesis total removible**

es aquella que el paciente puede quitarse y ponerse él mismo y que repone todos los dientes de una arcada. Las recomendaciones para su mantenimiento son las siguientes:

limpiar la prótesis después de cada comida o al menos enjuagarla bajo el grifo y limpiarla adecuadamente por la noche. Para ello se utilizará un cepillo con cerdas en ambos lados y un jabón neutro, es decir, gel de ducha o manos, utilizando el lado con menos cerdas para las partes más estrechas y de difícil acceso. Para evitar fracturas si se escurre la prótesis, es recomendable poner agua en la pila para amortiguar la caída.

sumergir la prótesis en una solución desinfectante durante aproximadamente quince minutos una vez por semana: antisépticos bucales comerciales, lejía al 1-2% o lejía con agentes descalcificantes, vinagre.

Se recomienda retirar la prótesis de la boca unas 6-8 horas al día para el adecuado descanso y oxigenación de las

mucosas, sobre todo si existen antecedentes de apretamiento de los dientes.

Durante este tiempo la prótesis debe conservarse en un medio húmedo, pero no sumergida en agua, sino sobre una servilleta mojada dentro de una caja.



## **Prótesis fija**

es la que el paciente no puede retirar de la boca, sino que va cementada a los dientes tallados, es decir, reducidos en espesor y altura. Su limpieza consiste en el cepillado de todas las coronas o puentes con cepillo dental y pasta dentífrica. Para el pónico (funda que sustituye al diente o dientes ausentes) se utiliza además una seda dental especial llamada super-floss que se pasará entre el pónico y la encía de dentro a fuera o viceversa, facilitando así su limpieza y evitando la acumulación de restos alimenticios.

Si se detecta algún cambio en la prótesis debe consultar con el odontólogo sin demora.

De todas maneras, se aconseja un control periódico de la misma a intervalos de tiempo regulares para tener un control de las caries y enfermedad periodontal, y así poder efectuar un diagnóstico precoz.

## **Prótesis parcial removible**

es aquella que puede ser retirada por el paciente, es decir, que no va cementada en boca, pero no repone todos los dientes de una arcada como la prótesis total removible, sino algunos de ellos.

La longevidad de la misma dependerá tanto del paciente (grado de higiene, asistencia a revisiones, etc.) Como del odontólogo (valoración periódica de tejidos duros y blandos y de la adaptación y estabilidad de la prótesis).

El paciente debe tener claros unos puntos en cuanto a inserción y desinserción de la prótesis. Para ponérsela se debe coger con ambas manos, se lleva al lugar que le corresponde y se coloca en su posición final, pero jamás mordiendo con los dientes antagonistas para así evitar deformaciones. Para quitársela se toman los ganchos con los dedos pulgares, y con los índices se levanta, siguiendo la trayectoria correcta.

Con el paso del tiempo se manifiestan cambios orales y problemas que necesitan un reajuste, un rebasado (aplicación de una capa de resina en la cara interna de la prótesis) o una reparación para que la prótesis siga cumpliendo su misión, tanto si hablamos de la prótesis parcial removible como de la prótesis total removible. Estas situaciones que requieren corregir la prótesis son: la edad, la variación de peso, el desgaste de las superficies masticatorias, la reabsorción de la cresta ósea, la pérdida o extracción de algún diente, fracturas de la prótesis, desajustes de la prótesis con anclajes, etc.

Las pautas de higiene de este tipo de prótesis son exactamente iguales que para la prótesis total removible.

En cuanto a su uso durante el sueño diremos que se puede dormir con la prótesis puesta o no, según la comodidad del propio paciente.

### **Prótesis mixta**

es una combinación de prótesis fija y prótesis removible dentro de la misma arcada, es decir, una parte va cementada en boca y la otra se la puede quitar y poner el propio paciente.

Este tipo de prótesis utiliza unos elementos llamados attaches, que sirven para la fijación y estabilización de la prótesis. Constan de una pieza macho y una pieza hembra, cada una en una parte de la prótesis, de forma que al unirlas encajan entre sí. Estos elementos son más estéticos que los ganchos y funcionalmente actúan mejor. En caso de rotura de los mismos se debe acudir al dentista.

Las pautas de higiene de este tipo de prótesis serán las mismas que para la prótesis fija y la prótesis removible. Se cepillará con jabón neutro y cepillo, la parte removible, y con un cepillo dental y pasta dentífrica la parte fija, sin olvidar el uso del super-floss.

## Sobre dentaduras

son prótesis totales con apoyo dental que se utilizan en denticiones parciales muy reducidas, es decir, cuando al paciente le quedan pocos dientes en boca.

El estado de estos dientes determina, en la mayoría de los casos, el éxito o fracaso de este tipo de tratamiento, por lo que deben hacerse revisiones periódicas para realizar la limpieza de los mismos y para poder detectar la existencia de posibles caries.

El paciente se limpiará las mucosas diariamente con un cepillo blando y la higiene de la sobre dentadura se llevará a cabo de la misma manera que para la prótesis total removible.

Los dientes naturales se cepillarán con un cepillo dental normal, con cepillos interproximales (para limpiar el espacio entre diente y diente) y/o seda dental, según el tipo de construcción de los dientes pilares y las posibilidades del paciente.

Cuando la limpieza mecánica es insuficiente se utiliza además clorhexidina en enjuague o en gel y flúor en gel sobre los pilares y en el cepillado.

Las **prótesis removibles metálicas**, también conocidas como **esqueléticas**, son prótesis parciales dentomucosoportadas. Es decir, se sujetan tanto en los dientes como en la mucosa, y se realizan cuando el paciente aún conserva algunos de sus dientes naturales. Estas prótesis son removibles, o lo que es lo mismo, pueden ser extraídas y colocadas por el paciente.

Se hacen mediante una estructura metálica (base metálica) colada (que puede ser de diferentes aleaciones, tanto nobles como no nobles) a partir de un patrón de cera realizado manualmente, y con el uso de preformas, sobre los modelos de revestimiento. Los dientes y reconstrucciones de la encía son de resina acrílica.

Las partes de las que se componen estas prótesis, son:

- Conector mayor o armadura o estructura metálica
- Conectores menores
- Retenedores
- Bases
- Apoyos oclusales
- Elementos estabilizadores y retenedores indirecto
-

## Metodología

Este proyecto se realizara con las familias del barrio el pinal de la comuna 1 del municipio de bello los cuales son núcleos familiares de escasos recursos compuestos por mujer embarazadas, niños, jóvenes, adultos mayores; en muchos de los casos son asentamientos de personas desplazadas con escasos conocimientos de su cuidado bucal.

El proceso de acompañamiento e información que se quiere realizar con estos núcleos familiares (mujeres embarazadas, niños, jóvenes, adultos mayores) del barrio el pinal.

la población a intervenir serán 55 personas de las cuales son 12 adultos, 27 jóvenes, 5 mujeres embarazadas y 11 niños, para cada grupo de personas se diseñó una encuesta diferente y se realizó en una primera visita, teniendo en cuenta que la encuesta para los niños se realizara con la ayuda de sus padres o acudientes.

en una segunda visita se les educo y se les explico a maneja de exposición las diferentes falencias o información errona que tenían con respecto a la salud bucal, su correcta forma de cepillarse según en el grupo en que se encuentre y los diferentes tipos de enfermedades que se pueden dar de acuerdo a cada grupo de personas.

Se compone de una encuesta y una charla educativa explicando los cambios hormonales los cuales conllevan a la aparición de enfermedades periodontales en las mujeres embarazadas los cambios en la dentición en los niños, la placa bacteriana y las enfermedades que presentan por los malos hábitos de higiene oral. Con los jóvenes se implementara una charla más a fondo sobre el buen cepillado, la placa bacteriana y las enfermedades bucales gingivitis, periodontitis, caries. Como prevenirlas y como tratarlas cuando ya han aparecido. Por último con los adultos mayores se hará énfasis en el cuidado de las prótesis dentales, la importancia de cuidarlas y los métodos de desinfección y mantenimiento de la prótesis con recursos e implementos que pueden tener en sus hogares.

Los recursos didácticos para realizar estas charlas serán carteleras cuyo contenido estará más basado en imágenes para poder llegar a más personas y que fueran más entendibles, utilizaremos folletos los cuales explicaran por medio de imágenes lo que se dirá con cada tema tratado en la charla.

Como primer paso a la llegada a la parroquia del barrio el pinal, donde se realizara las charlas será empezar con el primer tema el cual ira dirigido a las mujeres embarazadas, técnica de cepillado, posibles cambios hormonales que se podrían

presentar durante el embarazo y qué tipo de enfermedades podían aparecer durante este proceso de transición que es el embarazo

El siguiente tema a tratar será con los niños el buen hábito que es el cepillado, la técnica para el cepillado de los niños, la enfermedades que se podían presentar de no llevar buenos hábitos y el acompañamiento por parte de los padres durante esta etapa de la vida, se les explicara a los niños por medio de dibujos y carteleras como son los buenos hábitos del cepillado hablando así del uso del cepillo de dientes, la ceda dental y cuantas veces deberíamos de cepillarnos los dientes al día.

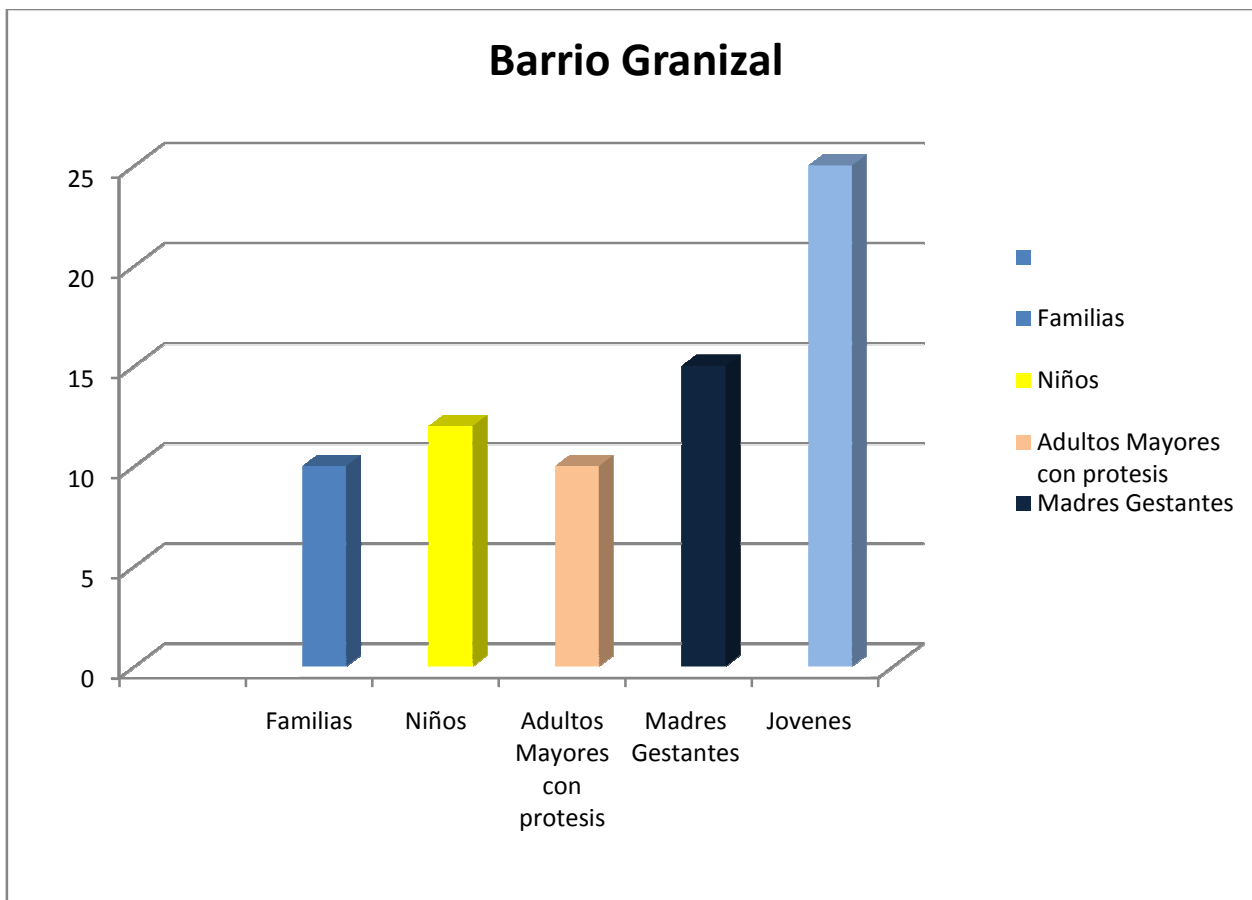
Seguiremos con el desarrollo de los temas las siguientes personal en las cuales nos enfatizaremos los jóvenes a los cuales les hablaremos de las diferentes enfermedades que se pueden presentar en esta etapa de la vida las cuales son producidas por diversas razones como son una mala higiene oral, las perforaciones en la cavidad bucal (boca), las drogas y el alcohol.

Para finalizar las charlas nos enfocaremos en los adultos mayores a estas personas les repartiremos algunos folletos ilustrados sobre porque se presentan la perdida de dientes, como debería ser el cuidado de la prótesis.

Esta parte de la charla nos enfocaremos en los métodos caseros para el cuidado de la prótesis, como primero que no deberá ser con crema de dientes si no con un jabón neutro como lo es el jabón de pasta azul (jabón rey) y luego hacerle un bueno enjuague con agua para remover el sabor a jabón otro método para conservarla con una buen temperatura en meterlas en un trapito húmedo y no dejarlas en el vaso con agua , otra parte importante es el cepillo que se usa en caso de no poder tener el recomendado para la prótesis es conveniente comprar un cepillo muy suave para no dañar el material de la prótesis y que tan importante es quitarse la prótesis para dormir, claro está los que tiene prótesis removible (que se puede quitar) o parcial es bueno quitársela para dejar descansar las encías durante la noche y así evitar fuertes dolores en la mañana o un mal aliento; para aquellos que tienen prótesis permanente o no removible ( que no se puede quitar) estas deben cuidarse aún más ya que estas prótesis por lo regular vienen unidas a algunas piezas dentales ( dientes ) que todavía están buenas en la boca y por este motivo se debe tener una mayor higiene teniendo buenos hábitos usando el cepillo la ceda diariamente 3 veces al día.

Como recomendación final se les reiterara a las familias del barrio el pinal de la comuna 1 del municipio de bello las visitas frecuentes al odontólogo.

## INFORMACION ESTADISTICA



Comunidad Barrio Granizal	Asistentes
Familias	10
Niños	12
Adultos mayores con prótesis	10
Madres Gestantes	15
Jóvenes	25



## Cibergrafia

[http://es.wikipedia.org/wiki/placa\\_dental](http://es.wikipedia.org/wiki/placa_dental)

[www.pulevasalud.com/ps/subcategoria.jsp?id\\_categoria=861](http://www.pulevasalud.com/ps/subcategoria.jsp?id_categoria=861)

[http://bvs.sld.cu/revistas/est/vol40\\_2\\_03/est09203.htm](http://bvs.sld.cu/revistas/est/vol40_2_03/est09203.htm)

<http://www.nlm.nih.gov/medlineplus/spanish/ency/article/001055.htm>

<http://www.nlm.nih.gov/medlineplus/spanish/ency/article/001056.htm>

<http://www.colgate.com.co/app/cp/co/oc/information/articles/oral-and-dental-health-at-any-age/seniors/dentures-and-dental-implants/article/what-are-dentures.cvsp>

[http://bvs.sld.cu/revistas/abr/vol41\\_1\\_02/abr06102.htm](http://bvs.sld.cu/revistas/abr/vol41_1_02/abr06102.htm)

## Conclusiones

A pesar de la falta de acompañamiento ante la comunidad del barrio el pinal por parte de la acción comunal y la secretaria de salud para los habitantes vemos que muchos de ellos no tenían un conocimiento extenso acerca del tema salud oral.

A rescatar denotaron un gran interés antes el hecho de mantener un control estricto con los niños durante su crecimiento con las técnicas de cepillado para así prevenir la aparición de enfermedades futuras

Al observar a las madres gestantes podemos concluir que el método de charlas recordándoles la importancia de un control en su higiene oral durante la gestación son más productivos ya que ellas expresaban que se sentían más cómodas expresando las dudas que tenían y obteniendo una respuestas rápida corta y de un fácil entendimiento, para así ellas con el conocimiento adquirido poder ponerlo en práctica en sus hogares.

## **Recomendaciones**

Recomendamos continuar con el proyecto de acompañamiento el cual se lleva a cabo en barrio el pinal de la comuna 1 del municipio de bello, con el fin de brindar una mejor calidad de vida a esta comunidad

Recomendamos mantener el proceso en especial con los niños de esta comunidad para así asegurar que los métodos impartidos fueron satisfactorios y ayudaron a mejorar la higiene oral de estos niños

Sugerimos programar más visitas a este lugar con ayuda de la alcaldía pidiendo los recursos financieros con el fin de realizar campañas de salud oral en este lugar

## Glosario

Placa bacteriana: la placa bacteriana es una película pegajosa la cual tiene la habilidad de adherirse a las piezas dentales

Gingivitis: es una enfermedad producida por la acumulación de placa bacteriana, su principal síntoma es la inflamación de las encías y el sangrado al cepillarse

Periodontitis: es la enfermedad causada por el avance de la gingivitis, su principal síntoma es la retracción (perdida) de las encías.

Prótesis dental: una **prótesis dental**, es un elemento artificial destinado a restaurar la anatomía de una o varias piezas dentarias, restaurando también la relación entre los maxilares, a la vez que devuelve la dimensión vertical, y repone tanto los dientes como las estructuras periodontales.

Halitosis: la halitosis es un síntoma o un signo caracterizado por mal aliento u olor en la boca, las causas de la halitosis pueden ser múltiples, desde escasa higiene bucal, hasta enfermedades tan graves como el cáncer de pulmón , pasando por la gastritis crónica, aunque la gran mayoría tienen su origen en la propia boca

## Anexos:

### Encuesta

**UNIVERSIDAD MINUTO DE DIOS**  
**CONVENIO POLITÉCNICO INTERNACIONAL**  
**TECNICA PROFESIONAL EN SALUD ORAL**

Buenas \_\_\_\_\_ mi nombre es \_\_\_\_\_ venimos de la universidad MINUTO DE DIOS, somos estudiantes de técnica profesional en salud oral.

Objetivo de la encuesta;

Determinar la higiene oral de los habitantes del Barrio GRANIZAL

Y dar a conocer los métodos que se deben usar para un mejor cuidado vocal.

### NIÑOS

1- Que productos de higiene oral utiliza en su casa

- a- cepillo
- b- cepillo y ceda
- c- cepillo, ceda y enjuague bucal
- d- ninguna de las anteriores

2- Con que frecuencia se cepilla lo dientes

- a- Una vez al día
- b- Dos veces por día
- c- Tres veces al día
- d- Ninguna de las anteriores

3- Sabe usted que es la Caries

- A-si
- B-no

4- Muerdes objetos extraños o te los llevas periódicamente a la boca

- A-SI
- B-NO

- 5- ¿Cada cuánto visita el niño al odontólogo?  
a- Cada 3 meses  
b- Cada 6 meses  
c- Anualmente  
d- Ninguna de las anteriores
- 6- RESPONDE SOLO SI SE ENCUENTRA EMBARAZADA ( PREGUNTAS 7-11 )
- 7- Sabe usted que cambios se producen duran en embarazo en su boca  
A-si  
B-no  
D-  
¿Cuáles? \_\_\_\_\_
- 8- Tiene usted conocimiento sobre que enfermedades se produce durante el embarazo en la boca  
A-si  
B-no  
D- ¿cómo cuáles? \_\_\_\_\_
- 9- Actualmente se encuentra en control con su odontólogo  
A-SI  
B-NO  
C-¿Cada cuánto? \_\_\_\_\_
- 10-Sabe usted que clase de alimentos son provechosos para el cuidado de sus dientes durante el embarazo  
A-SI  
B-NO  
C-  
¿Cuáles? \_\_\_\_\_
- 11-Sabe usted por qué durante el embarazo es mas probable perder piezas dentales ( dientes)  
A-SI  
B-NO

## JOVENES

12-Cuando se cepilla o utiliza la ceda dental ha notado sangrado en sus encías

- a-si
- B-no

13-Cuando nota el sangrado en las encías que hace

- a. Visita al odontólogo
- b. Hace remedios caseros
- c. No hace nada

14-Tiene usted perforaciones (pearcing) el la lengua o labio?

- A-si
- B-no

15-Consume con frecuencia bebidas alcohólicas o cigarrillo

- A-SI
- B-NO
- C-¿Cada Cuánto?\_\_\_\_\_

16-Ha notado manchas oscuras en sus dientes?

- A-SI
- B-NO

17-Ha notado halitosis (mal aliento)

- a. Frecuentemente
- b. No muy frecuente
- c. No he notado

## **ADULTOS MAYORES**

18-Utiliza prótesis dental

- a. Si
- b. No
- c. No responde

19-Sabe usted de los cuidados que debe tener con la prótesis dental

- a. Si
- b. No
- c. No sabe no responde

20-Que cuidados de aseo utiliza con la prótesis

---

21-Utiliza usted crema dental o un jabón neutro para lavar su prótesis

- a. Crema dental
- b. Jabón neutro
- c. No uso ninguno

22-Con que frecuencia visita al odontólogo

- a. Cada tres (3) meses
- b. Cada seis (6) meses
- c. Cada cuanto \_\_\_\_\_
- d. Anualmente

23- Nombre de la de persona encuestada

---

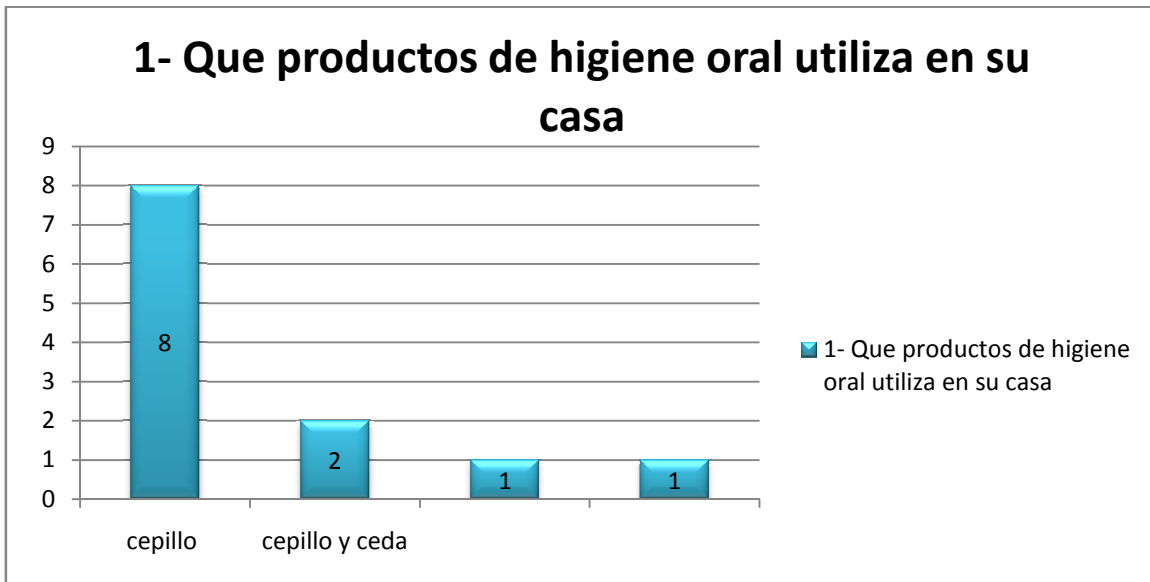
Firma de la persona encuestada

---

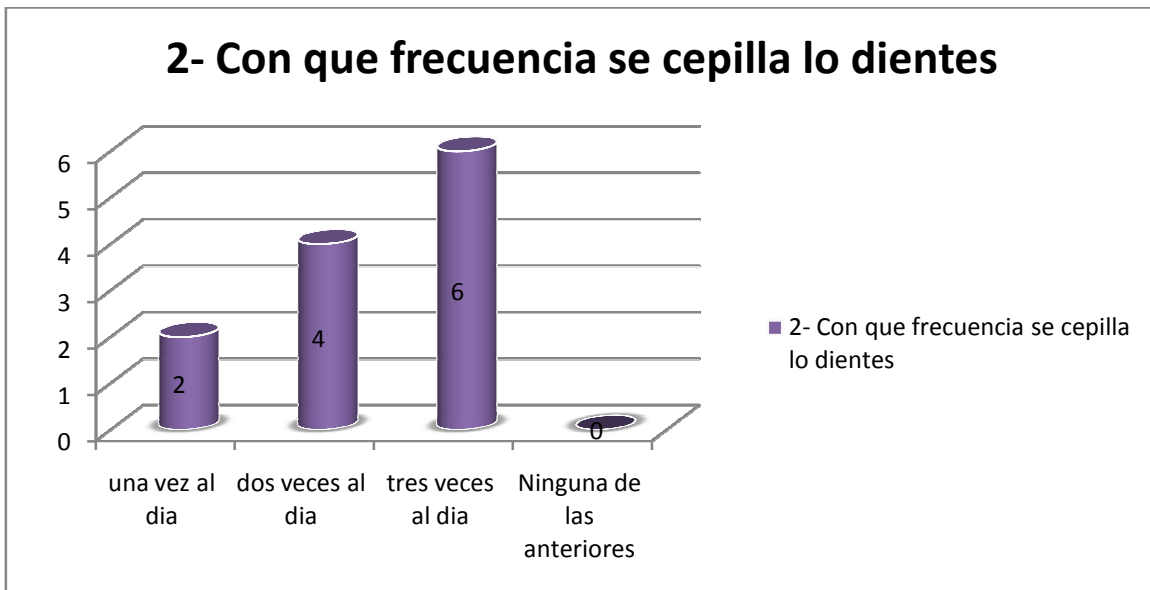


## Resultados de la encuesta en graficas

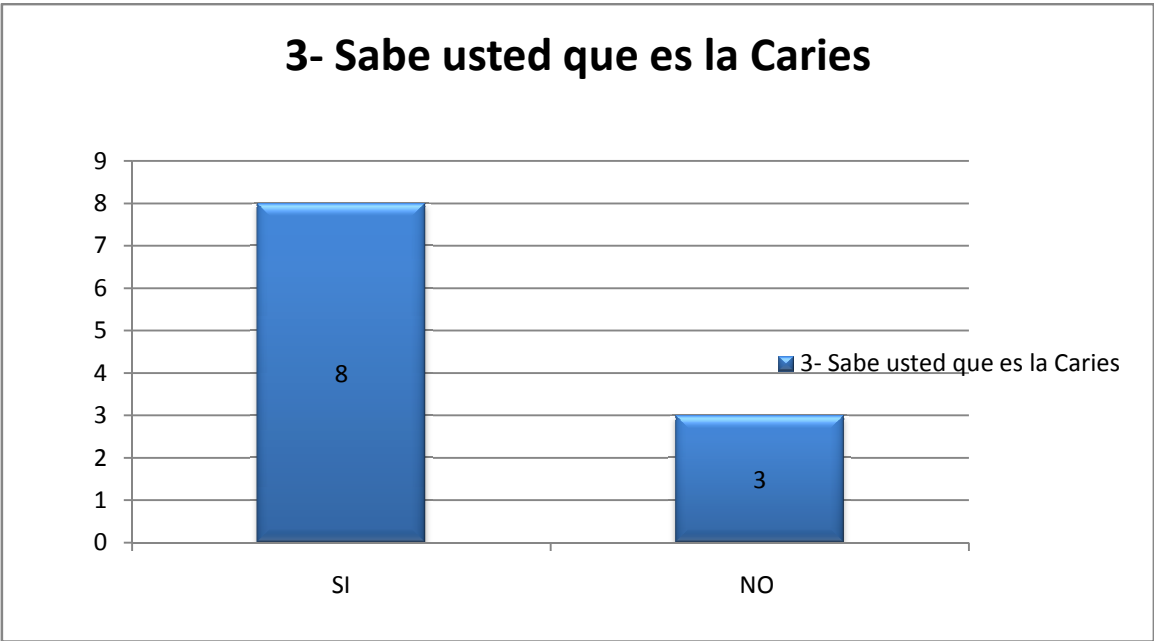
### NIÑOS



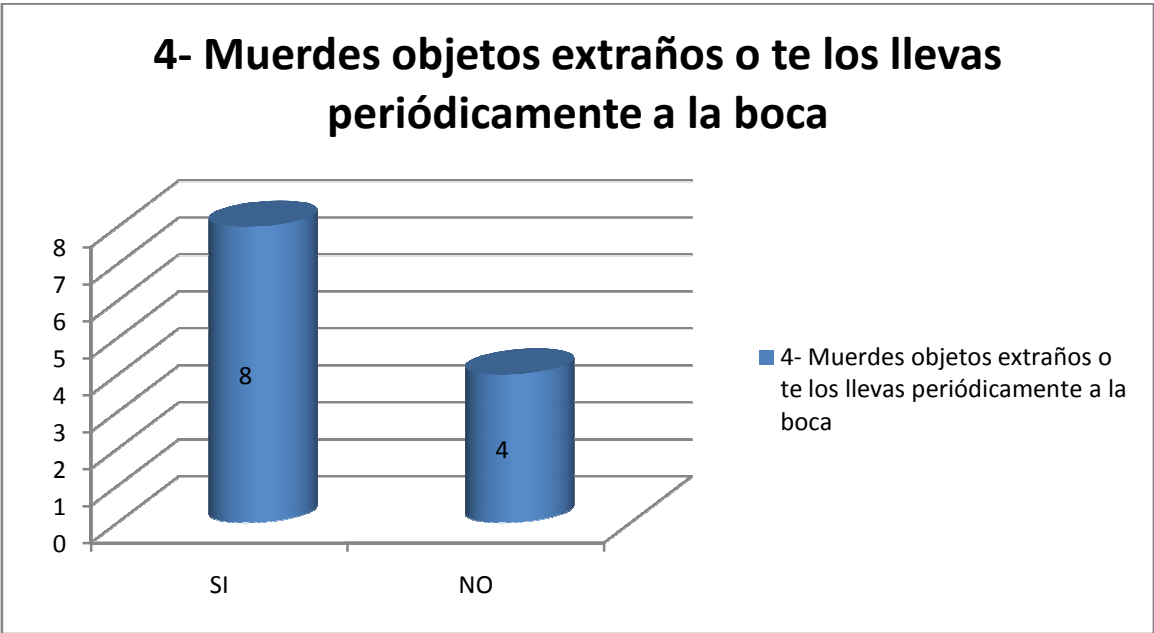
1- De 12 niños encuestados en el barrio el pinal encontramos que 8 de cada 12 niños solo utilizan el cepillo de dientes como método de higiene oral, 2 de ellos usan el cepillo y la seda dental, solo 1 de ellos utiliza el cepillo seda y enjuague bucal, y 1 de ellos no utiliza ninguno de los anteriores



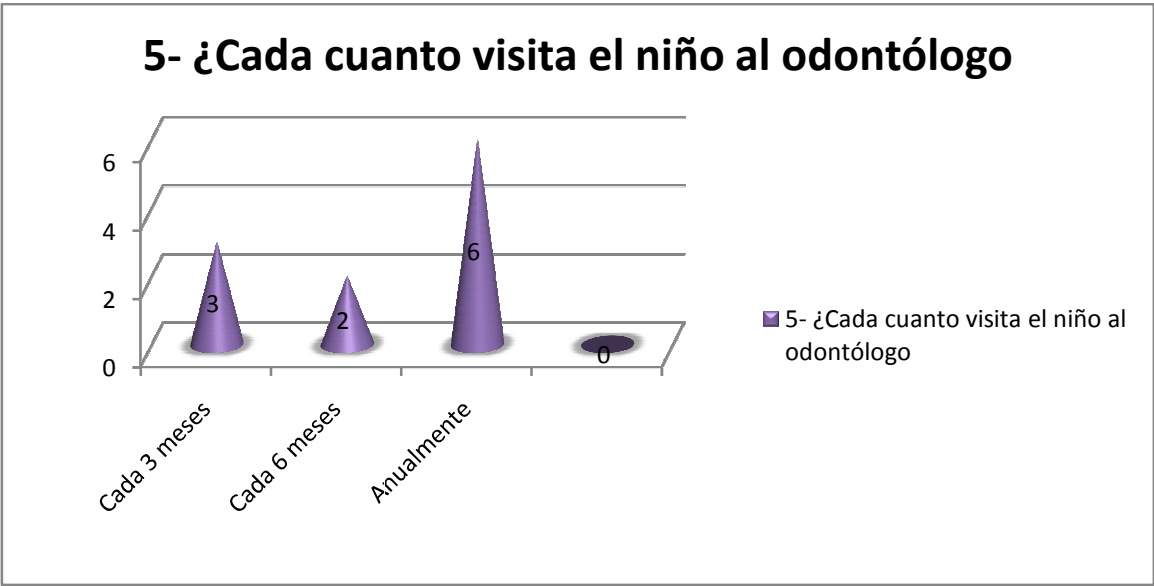
2- De 12 niños encuestados en el barrio granizal encontramos que 2 de ellos solo se cepillan 1 vez al día los dientes, 4 de ellos lo hacen 2 veces al día y 6 ellos se cepillan 3 veces al día



3-De 12 niños encuestado en el barrio granizal encontramos que 8 de cada 12 niños sabe q es la caries y 3 de ellos no tenían el conocimiento sobre esta pregunta

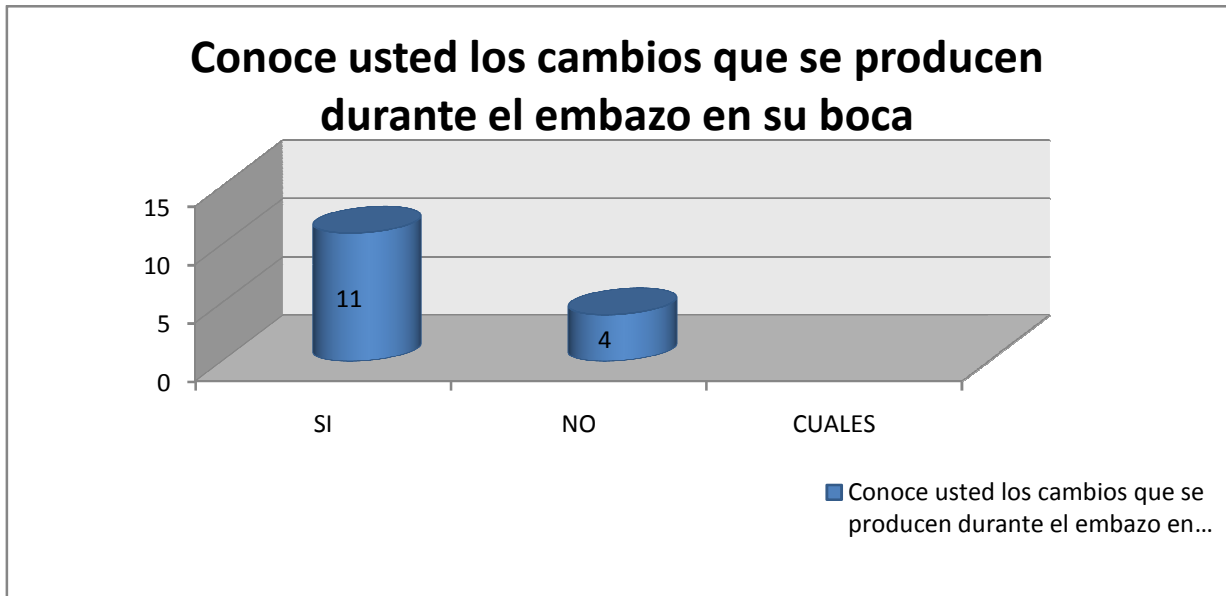


4-De 12 niños encuestados en el barrio granizal encontramos que 8 de cada 12 niños muerden objetos extraños, 4 de ellos dicen no hacerlo

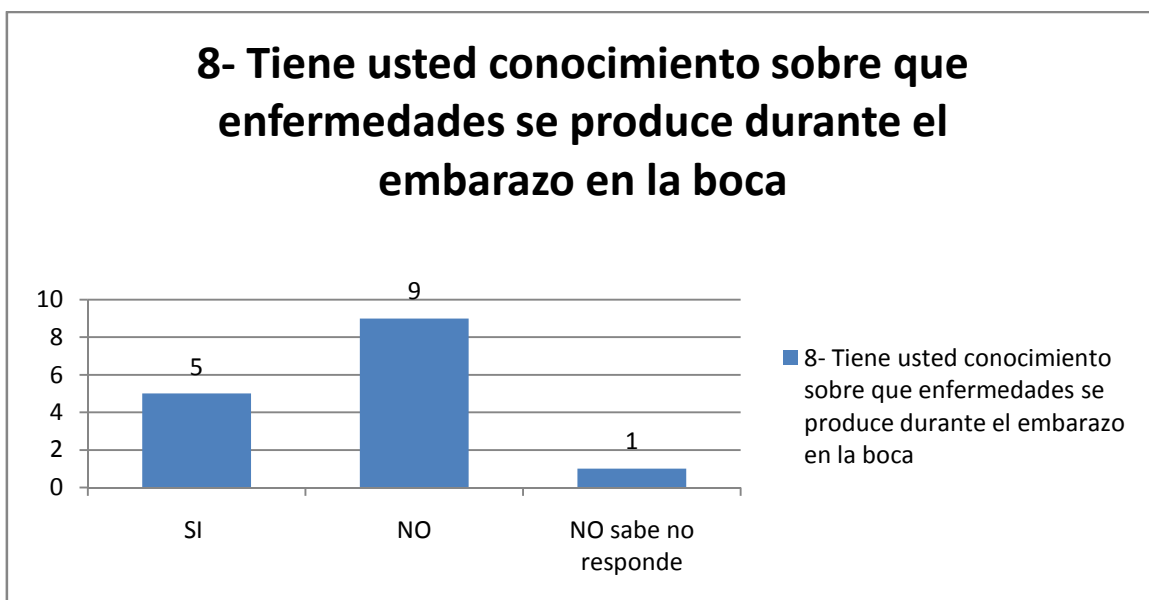


5- de 12 niños encuestados encontramos que 6 de ellos visitan anualmente al odontólogo, 2 de ellos lo hacen cada 6 meses, 3 de ellos realizan la visita cada 3 meses

## Embarazadas

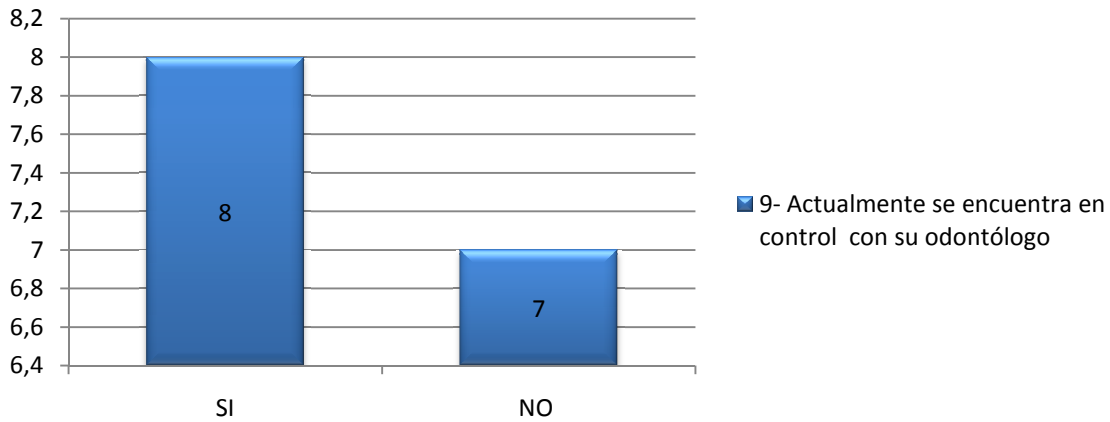


6- De 15 madres gestantes a las cuales se les realizó la encuesta 11 de ellas respondieron que si sabían que cambios se producían en la boca durante el embarazo y 4 de ellas respondieron que no sabían acerca del tema



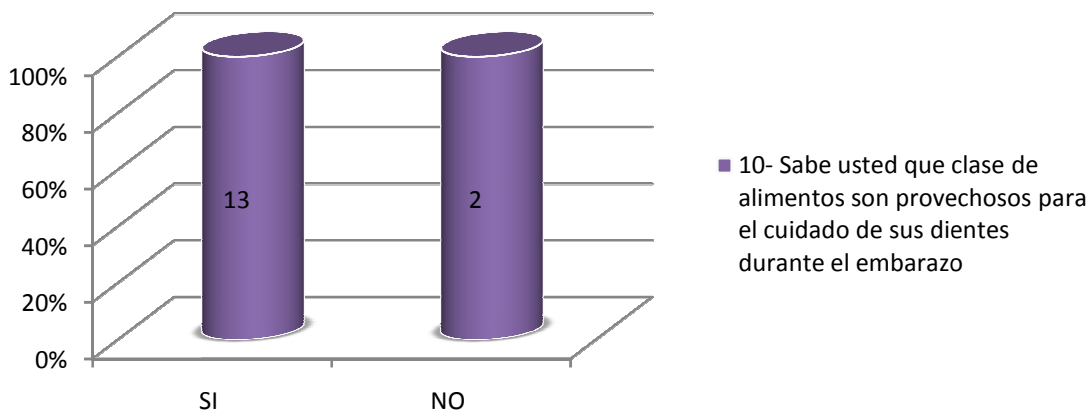
8- De 15 madres gestantes a las cuales se les realizó la encuesta 5 de ellas respondieron que si sabían que enfermedades se producían durante el embarazo en la boca, 9 de ellas negaron saber sobre el tema y 1 de ellas se mantuvo neutral ante la pregunta

### 9- Actualmente se encuentra en control con su odontólogo



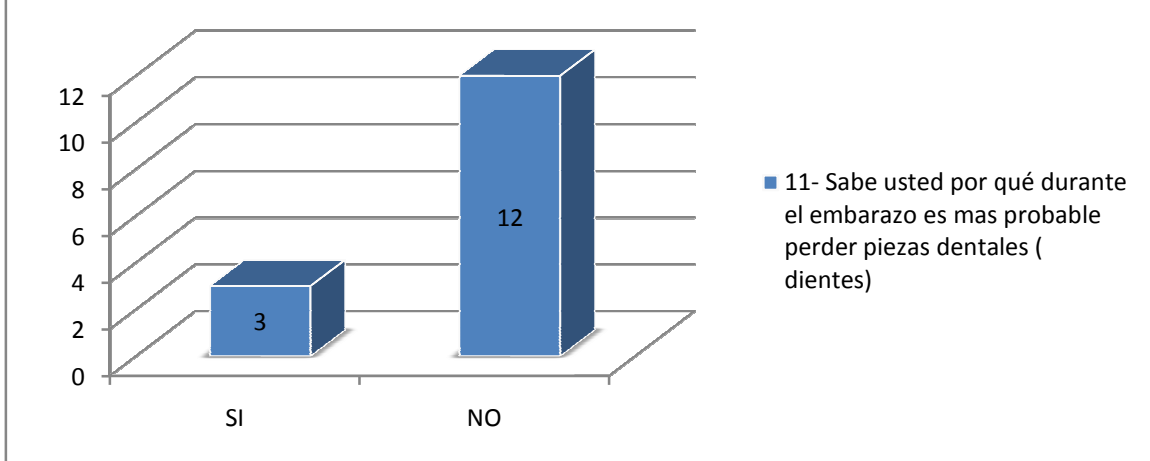
9- De 15 madres gestantes a las cuales se les realizo la encuesta 8 de ellas respondieron que si se encontraban en control con su odontólogo, 7 de ellas negaron estar en control odontológico

### 10- Sabe usted que clase de alimentos son provechosos para el cuidado de sus dientes durante el embarazo



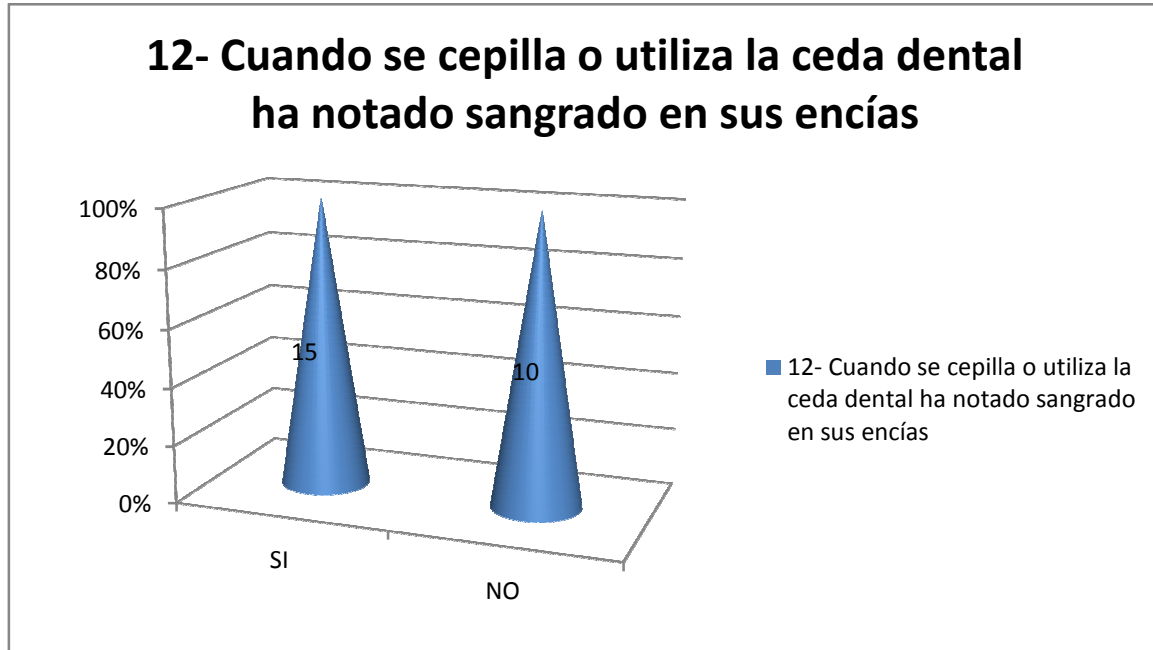
10- De 15 madres gestantes a las cuales se les realizo la encuesta 13 de ellas afirmaron saber qué clase de alimentos son provechoso durante el embarazo para el cuidado de los dientes, 2 de ellas negaron conocer acerca del tema

### 11- Sabe usted por qué durante el embarazo es mas probable perder piezas dentales ( dientes)



11-De 15 madres gestantes a las cuales se les realizo la encuesta 12 respondieron afirmativamente el saber porque durante el embarazo se perdían piezas dentales, 3 de ellas negaron saber acerca del tema

## JOVENES

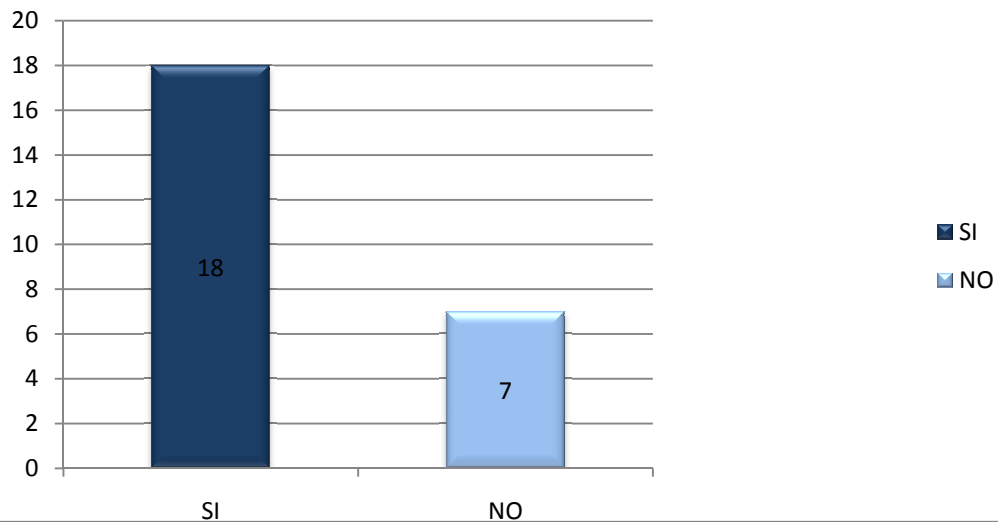


12- de 25 jóvenes a los cuales se les realizó la encuesta 15 de ellos afirmaron haber notado sangrado en las encías mientras se cepillaban, 10 respondieron negativamente y dijeron no haberlo notado



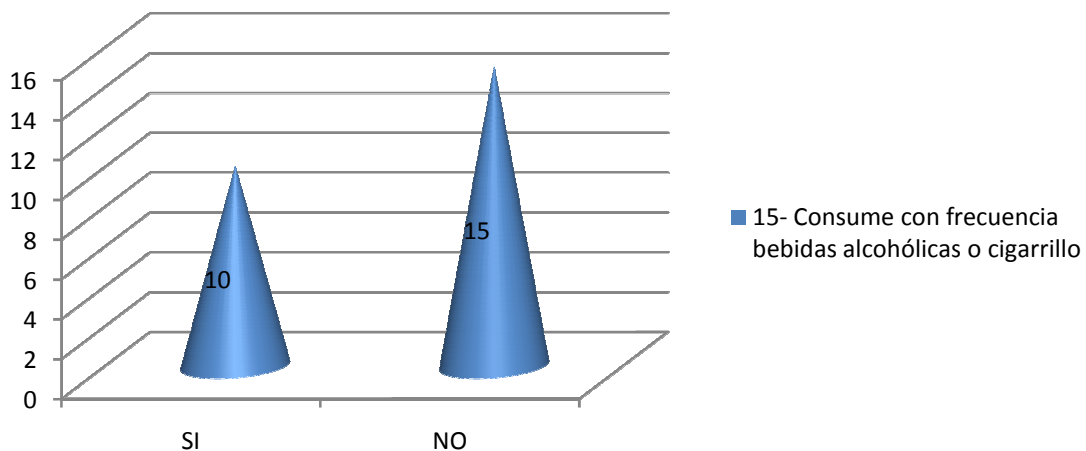
13- de 25 jóvenes a los cuales se les realizó la encuesta 9 de ellos respondieron q al notar el sangrado en las encías visitaban a su odontólogo, 7 de ellos respondieron que utilizaban remedios caseros y 9 de ellos respondieron que no hacían nada cuando notaban el sangrado

### 14- Tiene usted perforaciones (pearcing) el la lengua o labio?



14-de 25 jóvenes a los cuales se les realizo la encuesta 18 de ellos respondieron afirmativamente el tener perforaciones en lengua o labios, 7 de ellos respondieron el no tenerlas

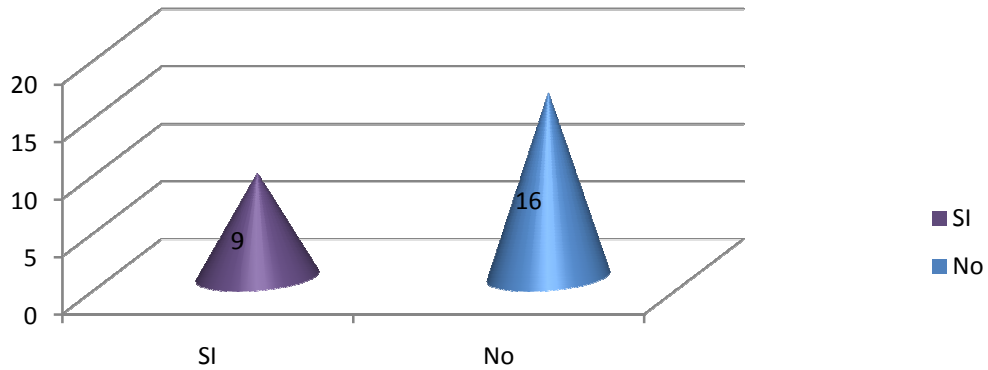
### 15- Consume con frecuencia bebidas alcohólicas o cigarrillo



15-de 25 jóvenes a los cuales se les realizo la encuesta 10 de ellos respondieron afirmativamente el consumir cigarrillo o bebidas alcohólicas, 15 de ellos negaron hacerlo

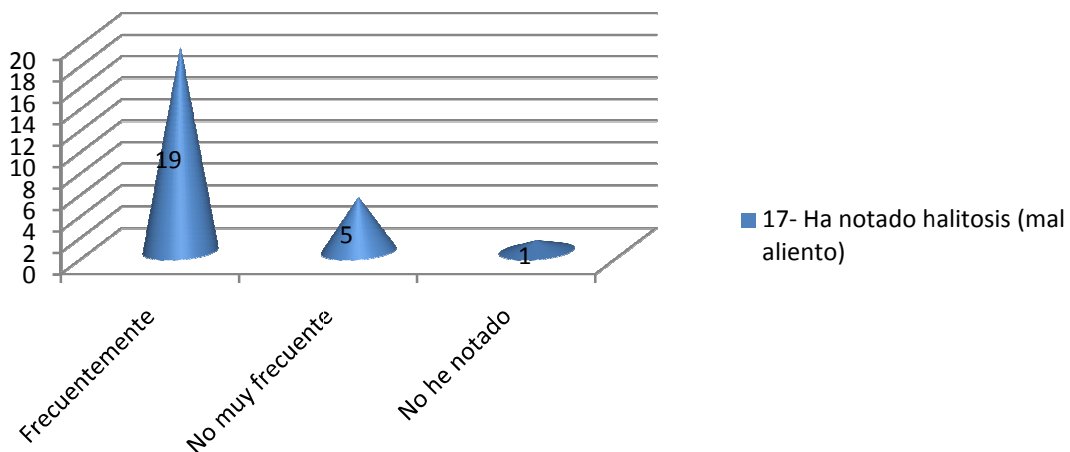


### 16- Ha notado manchas oscuras en sus dientes?



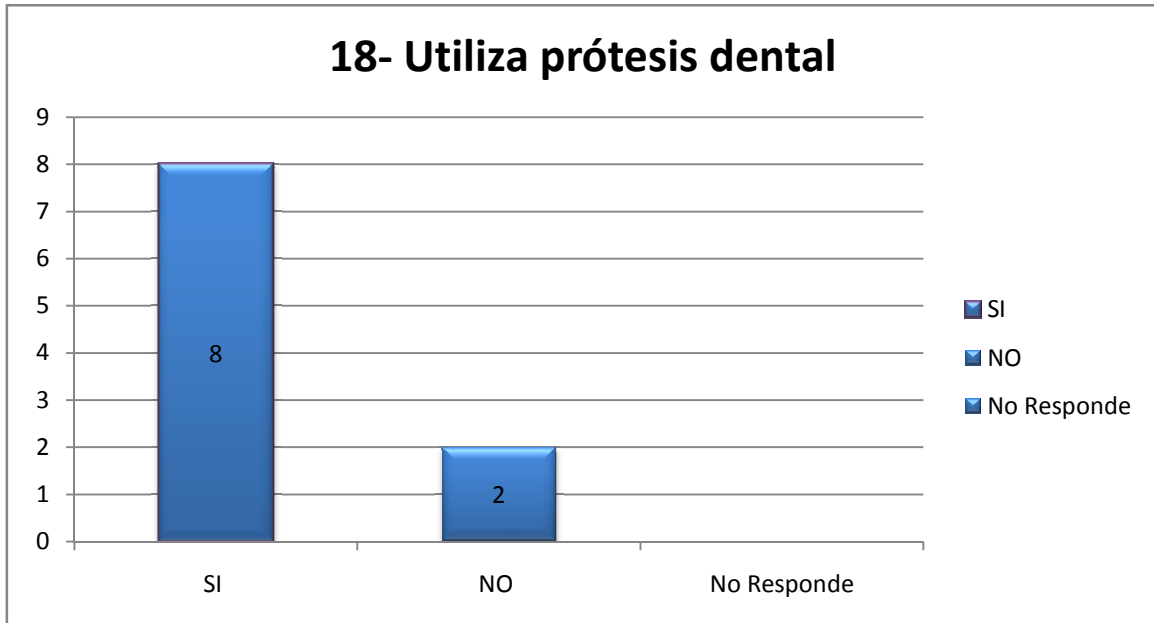
16-de 25 jóvenes a los cuales se les realizo la encuesta 9 de ellos respondieron el SI haber notado manchas en sus dientes, 16 de ellos dijeron que NO han notado manchas en los dientes

### 17- Ha notado halitosis (mal aliento)

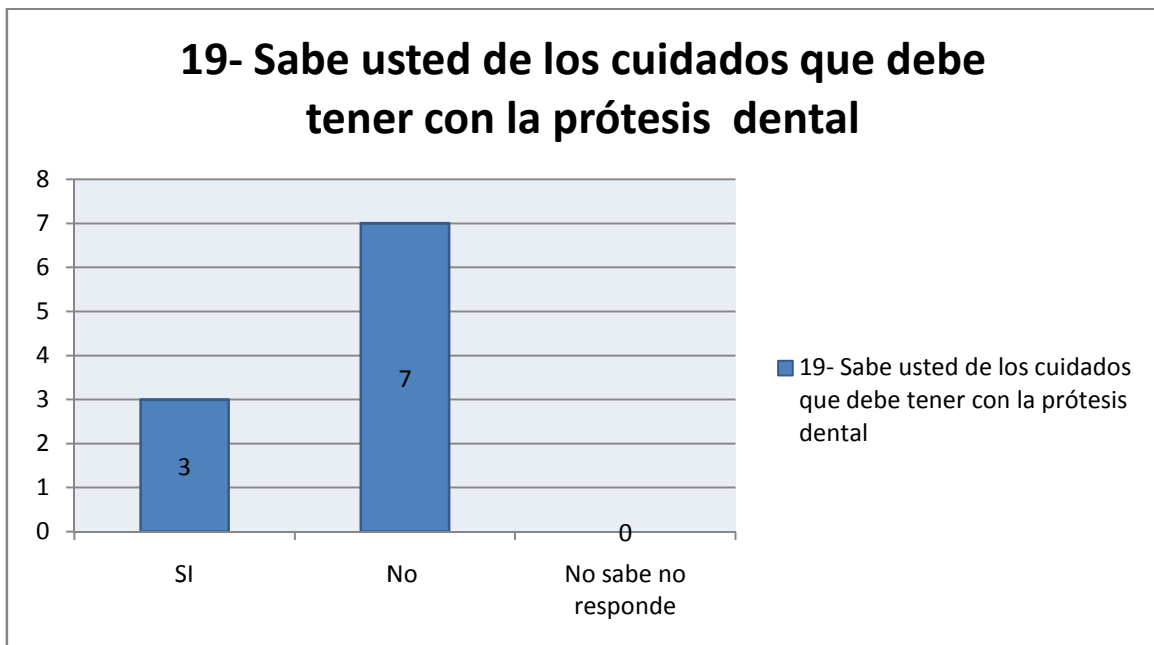


17-de 25 jóvenes a los cuales se les realizo la encuesta 19 de ellos afirmaron haber notado la halitosis (mal aliento) frecuentemente, 5 de ellos afirmaron que si la habían notado no muy frecuentemente, y 1 de ellos afirmo el no haberla notado

## ADULTOS MAYORES

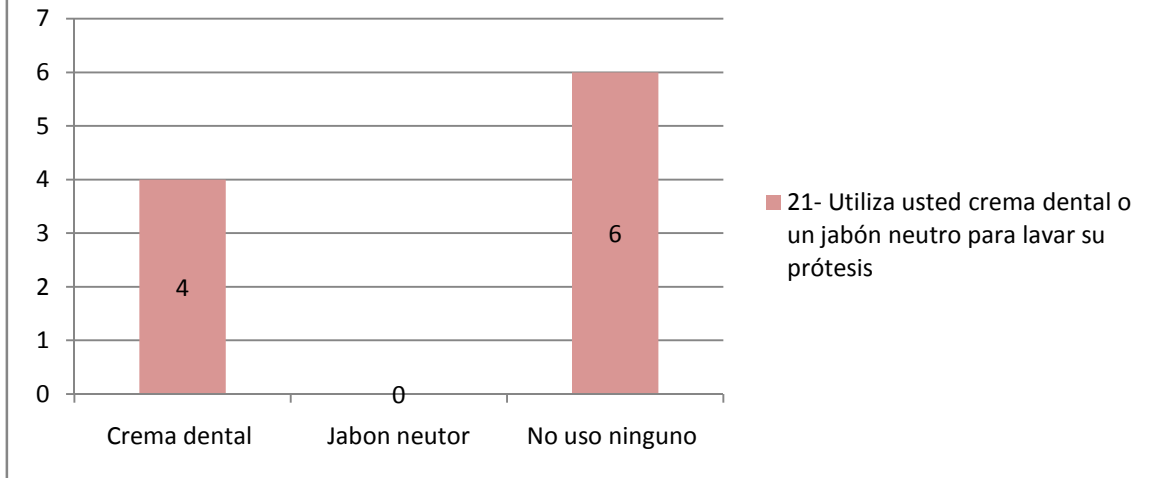


18- de 10 adultos mayores a los cuales se les realizo la encuestas 8 de ellos afirmaron tener prótesis dental, 2 de ello dijeron el no tenerla



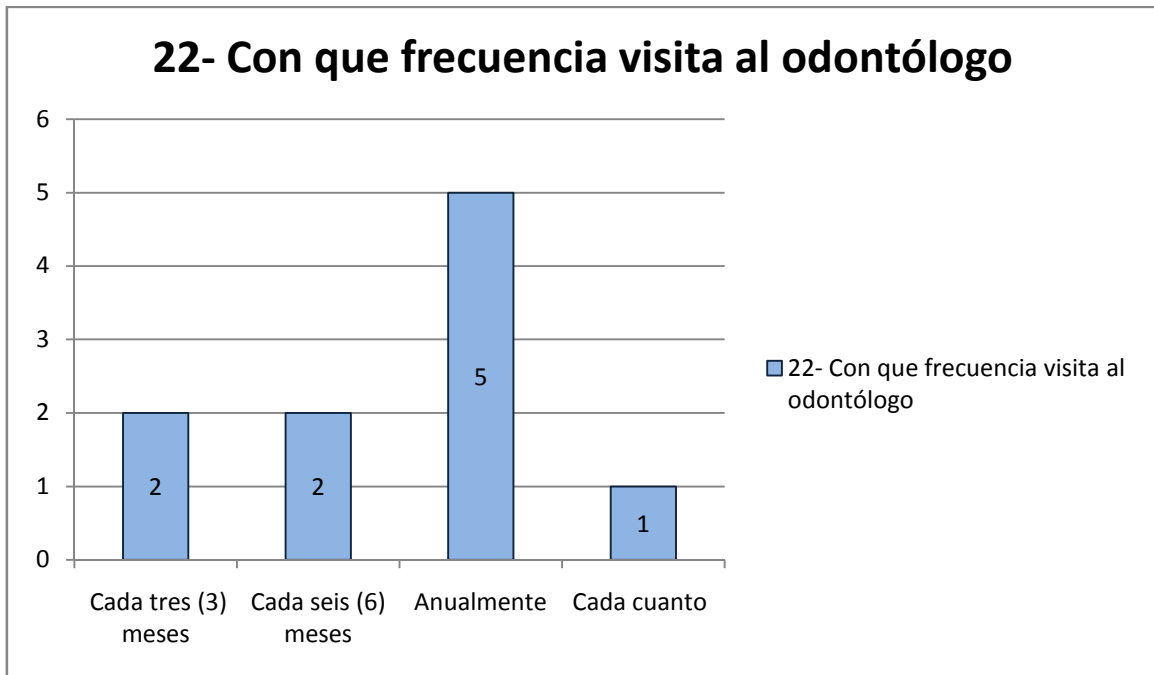
19-de 10 adultos mayores a los cuales se les realizo la encuestas 3 de ellos afirmaron saber cuáles son los cuidados con las prótesis dentales, 7 de ellos negaron tener conocimiento sobre este tema

## 21- Utiliza usted crema dental o un jabón neutro para lavar su prótesis



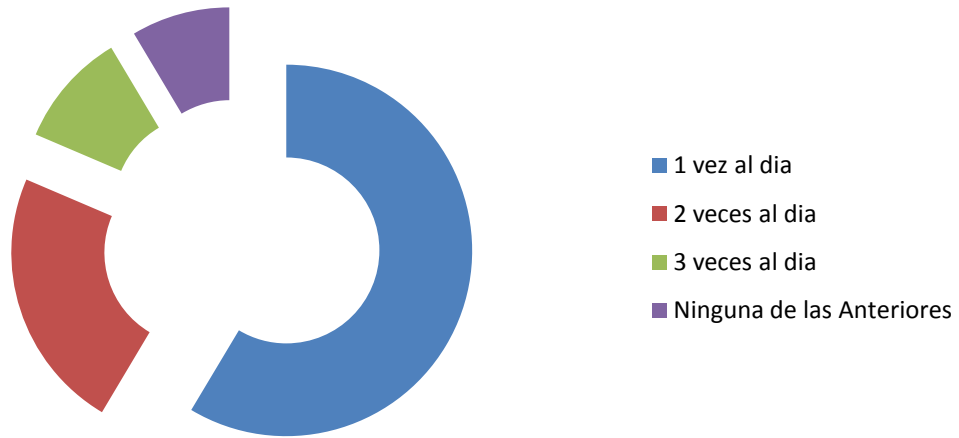
21- de 10 adultos mayores a los cuales se les realizó la encuesta 4 de ellos afirmaron utilizar crema dental para limpiar la prótesis, 6 de ellos afirmaron no usar ningún producto para limpiar la prótesis

## 22- Con que frecuencia visita al odontólogo

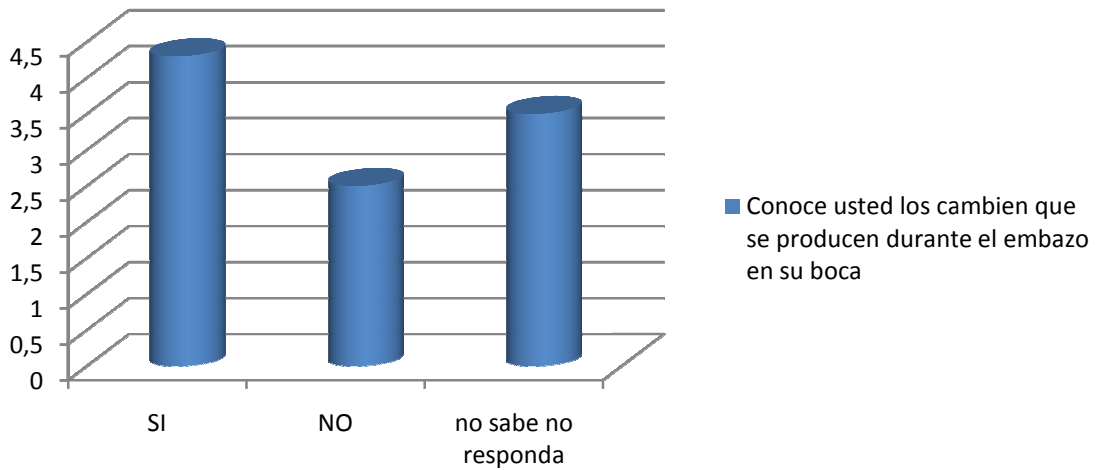


22- de 10 adultos mayores a los cuales se les realizó la encuesta 2 de ellos afirmaron visitar al odontólogo cada 3 meses, 2 de ellos cada 6 meses, 5 de ellos cada año y 1 de ellos afirmó visitarlos un cada tanto de tiempo

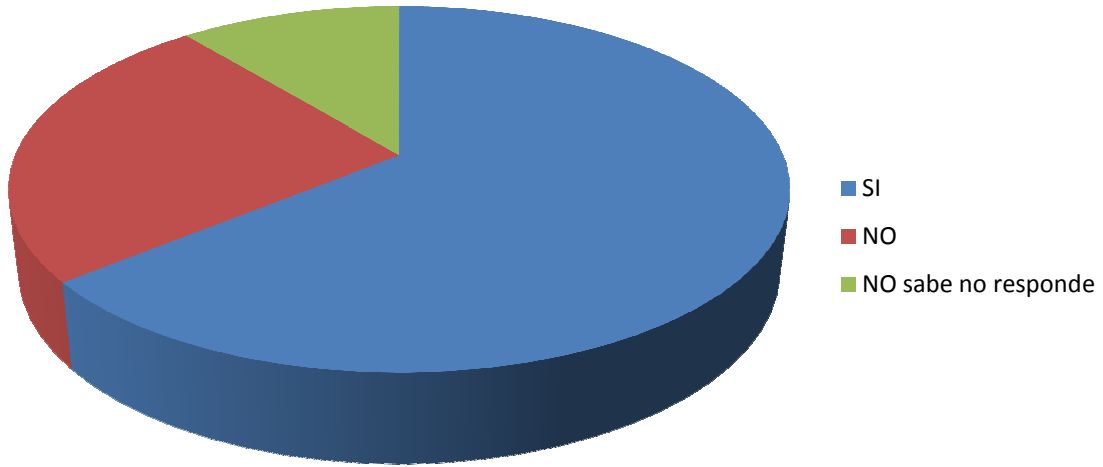
## Uso del cepillo de Dientes



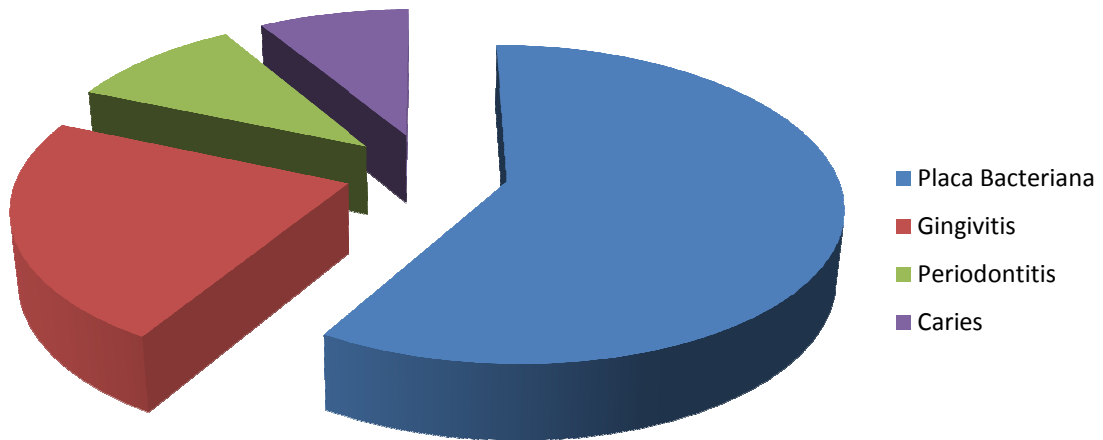
## Conoce usted los cambios que se producen durante el embarazo en su boca



### conoce usted como debe ser un buen cepillado



### enfermedades



# Folleto para niños

## ¿CUIDADOS CON LOS NIÑOS

Cuando a los niños les empieza a aparecer sus primeros dientes también empiezan a aparecer varias enfermedades por ello debemos tener más cuidados en su Higiene Oral



Usando El cepillo La seda dental y los enjuagues bucales podemos evitar que los niños sufran estas enfermedades

## Uso del cepillo



Los dientes de arriba se cepillan hacia abajo

Los dientes de abajo se cepillan hacia arriba y

las muelitas en forma circular



## Uso de la seda dental



1 paso cortas un trozo de seda dental

2 pasó enrollalo en los dedos índice y pulgar

3 paso lleva el hilo por cada espacio que queda entre los dientes, en los dientes de arriba lleva el hilo hasta tocar la encía y luego bájalo, en los dientes de abajo lleva le hilo hasta tocar la encía y luego súbelo

4 paso mientras estás llevando el hilo entre los diente recuerda abrazarlos

## Recuerda

Come cepillarte siempre 3 veces al día y comer frutas verduras y lácteos ASI tus dientes crecerán sanos y Fuertes



Técnica profesional en Salud Oral

Jhon Edison Gómez López

Daniel Serna Suescun

Jharol Duvan Marín

## Folleto para mujeres en embarazo



Mujeres gestantes

Cambios durante El embarazo en La cavidad oral

**Las alteraciones bucales del embarazo**  
Durante el **embarazo** se producen **grandes cambios en la mujer** a todos los niveles: en el aspecto **físico**, en el **químico** y en el **psicológico**. Esto hace que la cavidad bucal de la embarazada sea más susceptible a padecer **gingivitis** y **caries**.

### • **Gingivitis**



- Durante el embarazo se produce un aumento de las **hormonas** llamadas **prolactina** y **estrógenos** las cuales condicionan cambios especialmente en los tejidos de la boca. Aumenta así la posibilidad de sufrir ciertas alteraciones como la **gingivitis**.



La caries también es muy frecuente durante esta época debido a la ansiedad que se produce por los dulces y el cambio en la flora bacteriana (sabores y gustos) Por ello durante esta época debe seguirse cuidados específicos

### Alimentación

Es fundamental tener una alimentación equilibrada no sólo para **evitar las alteraciones bucales** sino para la **salud general de la madre** y la **salud y desarrollo de su bebé**. El proceso de formación de los dientes del bebé **comienza entre el tercer y el sexto mes de embarazo**. Es recomendado **consumir frutas, verduras y derivados lácteos**



- La futura mamá puede atenderse odontológicamente durante todo el transcurso de su embarazo, siendo el segundo trimestre el más indicado para realizar todo tipo de intervenciones



Técnica profesional en Salud Oral

Jhon Edison Gómez López

Daniel Serna Suescun

Jharol Duvan Marín



## Folleto para adulto mayor

### PROTESIS CUIDADO Y RECOMENDACIONES



### PROTESIS DENTALES CUIDADOS Y RECOMENDACIONES

Una **prótesis dental**, es un elemento artificial destinado a restaurar la anatomía de una o varias **piezas dentarias**. Las funciones de la boca que ante todo se deben recuperar son: primero una **masticación** eficaz (eficiente trituración de los alimentos), sin que la prótesis interfiera en la **deglución**, puesto que ambas funciones influyen directamente en algo tan fundamental como lo es la **alimentación**, y segundo una **fonética** adecuada que permita al **paciente una correcta comunicación**.



- Lavar la prótesis después de cada comida, usando un **cepillo de dientes** convencional o bien un cepillo especial para prótesis (que se puede adquirir en cualquier farmacia), aplicando jabón Neutro (jabón Rey de pasta azul), después enjuagar muy bien con agua. Es importante recordar no usar pasta de dientes ya que esta daña los materiales de la Prótesis
- Retirar la prótesis para dormir, puesto que es recomendable que los tejidos de la boca descansen de la presión a la que se ven sometidas, al menos unas horas diariamente.

- Mientras se mantenga la prótesis fuera de la boca, se aconseja conservarla en agua, bien sola, o bien añadiéndole unas pastillas desinfectantes preparadas para ese menester. De este modo se evitan golpes y deformaciones, al mismo tiempo que se conservan mejor los materiales de los que están hechas las prótesis.



Cuando se mantenga la prótesis retirada de la boca, tal vez antes de dormir, es aconsejable realizar masajes en las encías, puesto que de este modo se mejorará el riego sanguíneo, lo que hará que la reabsorción de los tejidos sea al menos algo menor.

#### PARA TENER ENCUESTA

- Puede tener algunas dificultades para hablar, debido al espacio que ocupa la prótesis. Para corregirlas más rápidamente, es aconsejable entrenarse a leer o hablar frente a un espejo, siempre en voz alta.
- Es probable que se muerda fácilmente en las mejillas y la lengua, por su tendencia a introducirse en los espacios donde faltan dientes, pero en poco tiempo aprenderá a evitarlo.
- A veces se percibe dolor en dientes y encías (sobre todo al morder o cerrar la boca), que suelen desaparecer en poco tiempo



- Si siente algún cambio en su prótesis Recuerde visitar a su odontólogo para que el sea el encargado de efectuar la corrección en la Prótesis

Técnica profesional en  
Salud Oral

Jhon Edison Gómez  
López

Daniel Serna Suescun

Jharol Duvan Marín



Fotos













