

Revisión de literatura de estrategias preventivas en salud oral

Literature review of preventive strategies in oral health

Johel Nidwar Llanos Laura^{1a}

<https://orcid.org/0009-0006-2421-8727>

Edwin Fernando Velásquez Mamani^{1a}

<https://orcid.org/0009-0000-4160-3260>

Brayan Wilmer Gonza Ticona^{1a}

<https://orcid.org/0009-0004-7834-7714>

Aldo Pajsi Apaza^{1a}

<https://orcid.org/0009-0009-5118-4579>

Edwin Umiña Quispe^{1a}

<https://orcid.org/0009-0006-5261-5316>

Paul Ronald Navarro Churata^{1a}

<https://orcid.org/0009-0005-9694-4288>

Tania Padilla Cáceres^{1b}

<https://orcid.org/0000-0002-3083-1417>

Correspondencia: Jllanosl@est.unap.edu.pe

Resumen

Objetivo: Este artículo de revisión se propuso determinar la efectividad de las estrategias de prevención oral en niños, adolescentes y adultos. **Metodología:** Se realizó una búsqueda bibliográfica en bases de datos como PubMed, SciELO, Scopus y MEDLINE, con las siguientes palabras clave: estrategias preventivas, salud oral, charlas en salud oral. Los criterios de inclusión tomaron en cuenta artículos menores a 5 años de antigüedad, hasta el 27 de diciembre del 2023, que estén en inglés o español, y que se encuentren relacionados con el tema de estrategias preventivas en salud oral. **Resultados:** De la búsqueda se obtuvieron 35 artículos, de los cuales se descartaron 10. **Conclusión:** Las estrategias preventivas, en los artículos revisados, demostraron un efecto positivo y mejoramiento en la salud. Se determinó que la técnica más efectiva para la prevención de problemas de salud oral es una combinación de estrategias individuales y poblacionales.

Palabras clave: estrategias preventivas, salud oral, charlas en salud oral

¹ Universidad Nacional del Altiplano. Escuela Profesional de Odontología. Puno, Perú

^a Estudiante

^b Doctora en Ciencias de la Salud, Especialista en Odontología Pediátrica y Docente Principal

Fecha de recepción: 19/01/2024

Fecha de aceptación: 10/06/2024

Abstract

Objective: This review article aimed to determine the effectiveness of oral prevention strategies in children, adolescents and adults. **Methodology:** A literature search was carried out in databases such as PudMed, SciELO, Scopus and MEDLINE, with the following keywords: preventive strategies, oral health, oral health talks. The inclusion criteria took into account articles that were less than 5 years old, up to December 27, 2023, that were in English or Spanish, and that were related to the topic of preventive strategies in oral health. **Results:** 35 articles were obtained from the search, of which 10 were discarded. **Conclusion:** The preventive strategies, in the articles reviewed, demonstrated a positive effect and improvement in health. It was determined that the most effective technique for the prevention of oral health problems is a combination of individual and population-based strategies.

Keywords: preventive strategies, oral health, oral health talks

Introducción

La salud bucal es una parte fundamental de la salud en general; asimismo, la boca es indispensable para el crecimiento y desarrollo de cada persona, ya que desempeña un papel importante en la alimentación, la comunicación y la autoestima. Por ello, es sustancial acudir al dentista con regularidad para realizar revisiones y limpiezas.^{1,2}

La salud bucal es importante para todos, y la higiene oral es la clave para mantenerla. El cepillado dental, dos veces al día, es esencial, pero también es importante educar a los niños sobre la higiene oral, desde la infancia, para que desarrollen buenos hábitos que puedan durar toda la vida.³

La educación es sumamente imprescindible, porque ayuda a las personas a comprender la importancia de la higiene bucal. Las personas deben aprender sobre los beneficios del cepillado dental, el uso del hilo dental y las visitas regulares al dentista. También deben aprender sobre las consecuencias de no practicar una buena higiene bucal, como las caries, las enfermedades de las encías y la pérdida de dientes.⁴ Las enfermedades bucodentales, al ser multifactoriales, son de riesgos alterables contribuyendo a enfermedades no transmisibles, como las causadas por la ingesta de azúcar, el consumo de tabaco y de alcohol o por una higiene deficiente.⁵

Por otro lado, se sabe que existen estrategias preventivas para la salud oral, entre ellas técnicas educativas o medios de difusión como charlas, paneles, simposios, etc. Estas acciones o estrategias preventivas son optadas según la situación de salud oral de una población determinada.⁶

La planificación de estrategias educativas es una de las tareas más importantes, dado que busca concientizar a la población, en general, para mejorar su calidad de vida y prevenir enfermedades bucodentales que han ido evolucionando con el tiempo en hábitos inadecuados.⁷

Asimismo, el objetivo de esta revisión de literatura pone en relevancia la prevención de la salud oral, difundiendo las diferentes estrategias que se emplean frente a las enfermedades estomatológicas.

Métodos

Se llevó a cabo una búsqueda bibliográfica en páginas indexadas como SciELO, PudMed, Scopus y MEDLINE. Se usaron las siguientes palabras clave: estrategias preventivas, salud oral, charlas en salud oral, eficacia preventiva en salud oral, *adults*, cepillado, prevención, *preventive strategies*, *stomatologic disease*. Los criterios de inclusión tomaron en cuenta artículos menores a 5 años de antigüedad, hasta el 07 de diciembre del 2023, que

estén en inglés o español, y que se encuentren relacionados con el tema de estrategias preventivas en salud oral.

Figura 1

Proceso de cribado de artículos para identificar aquellos que cumplen con los criterios de inclusión

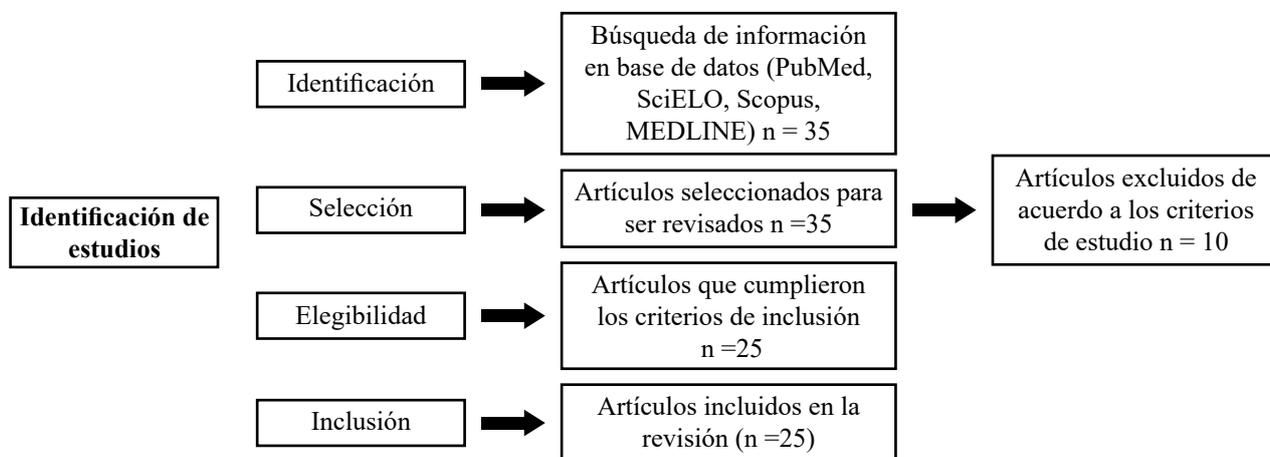


Tabla 1

Búsqueda de base de datos con palabras clave

Base de datos de búsqueda	Palabras clave de búsqueda de información
PubMed	(cepillado) (prevencion) (<i>stomatologic disease</i>) (<i>preventive strategies</i>)
SciELO	“Estrategias preventivas en salud oral en niños”, “estrategias preventivas en salud oral en adolescentes”, “estrategias preventivas en salud oral en adultos”
Scopus	<i>oral health AND highlight the main strategies</i>
MEDLINE	<i>different stomatological diseases in the field of oral health. AND (preventive strategies)</i>

Criterios de inclusión

- Artículos relacionados con las variables de interés.
- Artículos publicados en los últimos 5 años.
- Artículos en español e inglés.

Criterios de exclusión

- Artículos no indexados.
- Artículos no relacionados a enfermedades de salud oral.
- Artículos de revisión.
- Tesis.

Salud oral

La salud oral es importante para mantener una buena salud general, porque afecta a la capacidad de comer, hablar, sonreír y comunicarnos. También puede afectar a nuestra salud física y mental.²

La boca muestra el estado de salud general de un individuo. A través de ella podemos darnos cuenta tanto de deficiencias nutricionales como de síntomas de diversos tipos de enfermedades relacionadas con la estomatología.⁸

También podemos considerar que hay relación entre la salud bucodental y las enfermedades no transmisibles, debido a que las enfermedades estomatológicas son un marcador de riesgo para una enfermedad no transmisible (ENTS): diabetes, enfermedades cardíacas, respiratorias y algunos cánceres.⁹

Asimismo, las enfermedades de transmisión sexual pueden tener efectos sobre la salud bucodental afectando a los dientes y las encías. Esto se debe a que el virus o la bacteria que causa la infección puede extenderse por el cuerpo y afectar a otros tejidos, como los de las mucosas bucales, la lengua o los dientes. Pese a que no hay una conexión directa entre la mala salud bucodental y el riesgo para contraer un tipo de ETS, es de gran importancia una buena higiene para preservar la salud de la boca y prevenir infecciones, ya que algunas infecciones orales, como la gingivitis y las llagas en la boca (aftas), pueden generar propensión a contraer otras infecciones, incluyendo las ETS.¹⁰

Enfermedades bucodentales

Las enfermedades bucodentales afectan al sistema estomatognático; así como boca, dientes, encías y tejidos blandos. De este modo podemos decir que es una de las más importantes razones de dolor y pueden tener un efecto negativo en cuanto a calidad de vida. Las más frecuentes son caries dental y enfermedad periodontal.¹¹

La placa bacteriana (PB) alberga microorganismos, entre ellos, bacterias; las cuales al metabolizar azúcares producen ácido láctico, el cual cuando se encuentra sobre las superficies de la estructura dental inicia la formación de caries, y para el cuidado y mantenimiento del diente no solo debe enjuagarse la boca, también se debería cepillar toda la superficie dental y espacios interdenciales mediante algunas técnicas de cepillado, de lo contrario la evolución del proceso carioso continuará.¹²

La caries es una infección caracterizada por el daño o destrucción de los tejidos de la estructura dental, por consecuencia de una desmineralización de los ácidos adheridos a su superficie. Este proceso pasa por diferentes fases; desde la desmineralización del esmalte, o mancha blanca, hasta la afección pulpar y formación de absceso a nivel de la encía. Es así que la sensibilidad inicia cuando la dentina se ve afectada y es más intensa a medida que va llegando a la pulpa, provocando inmenso dolor por pulpitis.¹³

Asimismo, sabemos que la gingivitis es una inflamación en la encía por efecto de una acumulación de la placa blanda, lo que provoca irritación, sangrado e inflamación; si esto persiste, conlleva a la enfermedad periodontal (periodontitis), que es provocada por la placa bacteriana.¹⁴

Prevención de las enfermedades bucodentales

Como sabemos, las enfermedades bucodentales son multifactoriales, pero dentro de las más importantes tenemos a la caries y a la enfermedad periodontal; ambas aumentan progresivamente conforme avanza la edad. El principal mecanismo es el correcto cepillado, ya sea con la técnica de Bass modificada, con la técnica de Stillman y Ramfjord o con cualquiera de las diferentes técnicas que existe.³

Las pastas dentales fluoradas son una forma efectiva de prevenir la caries dental en niños y adolescentes. El flúor ayuda a fortalecer el esmalte dental, haciéndolo más resistente a los ácidos que producen las bacterias de la boca.¹⁵

Las pastas dentales para niños y adolescentes contienen diferentes cantidades de flúor, según la edad del niño y su riesgo de caries. En general, se recomienda lo siguientes:

- Desde la erupción del primer diente a los 6 años: 1.000 ppm de flúor.
- Mayores de 6 años: 1.000 ppm a 1.500 ppm de flúor.^{2,15}

Las estrategias preventivas sobre salud bucodental mencionadas en la literatura son las siguientes:

❖ Recursos digitales para la prevención de salud oral

Actualmente la enseñanza de la prevención en salud oral se basa en el uso de las tecnologías de la información y comunicación como herramientas de aprendizaje adaptadas al contexto actual. Este proceso metodológico, sincrónico y asincrónico, permite que los estudiantes, desde su entorno y con la utilización de las herramientas digitales, puedan ajustarse a un modo de aprendizaje virtual.¹⁶

❖ Charlas preventivas en salud oral

Las charlas preventivas en salud oral son una herramienta importante para educar a las personas acerca de la gran importancia de una buena higiene oral y de cómo prevenir enfermedades bucodentales. Estas charlas pueden ser dirigidas a diferentes grupos de personas, incluyendo niños, adultos, personas mayores y personas con discapacidades.

Los objetivos de las charlas preventivas en salud oral son los que abajo se muestran:

- Educación sobre la importancia de una buena higiene oral.
- Enseñar cómo cepillarse, uso del hilo dental y visitar al odontólogo regularmente.
- Identificar factores de riesgo de las enfermedades bucodentales.

Las charlas preventivas en salud oral deben ser informativas y atractivas. Deben incluir información sobre los siguientes temas:

- La anatomía y la función del diente, encías y boca.
- Causas y síntomas de las patologías bucodentales.
- Importancia de una buena higiene bucal.
- Factores de riesgo.
- Prevenir enfermedades bucodentales.^{17,18}

❖ MHealth

MHealth es una abreviatura de "salud móvil". Se refiere a la utilización de dispositivos móviles como celulares, *tablets* y *wearables*, para proporcionar servicios de salud.

Es así que ofrece una serie de beneficios potenciales para la salud que incluyen:

- Acceso a la atención médica.
- Mejora de la calidad de la atención.
- Reducción de los costos.

El MHealth se puede usar para una diversidad de aplicaciones de salud, incluidas:

- Educación o prevención. Se puede utilizar para educar a las personas sobre la salud y prevenir enfermedades.
- Monitoreo y seguimiento. Se puede utilizar para monitorear y rastrear los signos vitales y los datos de salud.
- Tratamiento y rehabilitación. Se puede utilizar para proporcionar tratamiento y rehabilitación a los pacientes.¹⁹

Programas preventivos para la salud oral

Son una serie de actividades diseñadas para educar a una población sobre la relevancia de una buena higiene y prevenir enfermedades bucodentales. Estos programas pueden ser dirigidos a diferentes grupos de personas, incluyendo niños, adultos, personas mayores y personas con discapacidades.

Los objetivos de los programas preventivos de salud oral son los siguientes:

- Educación sobre la eficacia de una buena higiene oral.
- Enseñar a la gente cómo debe cepillarse cada cuadrante de los dientes, el uso de hilo dental y acudir al odontólogo regularmente.
- Identificar factores de riesgo de las enfermedades bucodentales.
- Adopción de hábitos saludables para una buena salud oral.²⁰

Oviedo realizó una investigación sobre una estrategia educativa de prevención de enfermedades bucales. Los resultados mostraron que el 49 % de los participantes logró reducir el índice de O'Leary al 20 %, el 40 % redujo el índice Caries en un 50 % y un 100 % de quienes completaron los talleres solucionó la gingivitis.³

Promoción de la salud oral en niños

La importancia de la promoción de la salud oral en niños se basa en garantizar que tengan una boca sana y fuerte durante toda su vida. Los niños que tienen una buena salud oral son más propensos a tener éxito en la escuela, tener relaciones saludables y contribuir a la sociedad.

Las escuelas pueden ofrecer programas de educación sobre la salud oral, oportunidades para cepillarse los dientes y acceso a pasta de dientes y cepillos de dientes. Las comunidades también pueden ayudar a promover la salud oral en niños, ya que pueden ofrecer programas de educación sobre la salud oral, oportunidades para cepillarse los dientes y acceso a pasta de dientes y cepillos de dientes.

En los niños los programas de promoción de la salud oral pueden ser muy efectivos. Estos programas ayudan a desarrollar hábitos saludables que los beneficiarán durante toda su vida.²¹

En una investigación hecha por Zúñiga, la misma que fue realizada en infantes de 6 a 36 meses, en la cual se realizó charlas para los padres, los resultados fueron los siguientes: el 28 % manifestó un correcto nivel de conocimiento en torno a la prevención de la salud oral y el 25 % obtuvo una calificación mala o deficiente.²²

Promoción de la salud en adolescentes

La promoción de la salud en adolescentes es un proceso que tiene como propósito mejorar y corregir la salud y bienestar de los mismos; esta se centra en empoderar a los adolescentes para que tomen decisiones saludables y crear entornos que apoyen la salud. Los adolescentes deben acudir al odontólogo, por lo menos, 2 veces al año, incluso si no tienen problemas de salud oral.²³

La efectividad de los programas varía según el tipo de técnicas utilizadas, la población y las medidas de evaluación empleadas. Sin embargo, en general, estos programas han demostrado ser eficaces en la disminución de factores de riesgo para nuestra salud oral.²⁴

En una investigación realizada por Barrios, el cual se basó en la comprensión de los conceptos básicos de la salud oral después de una charla educativa, en donde los resultados que obtuvieron fueron que el 54.30 % obtuvieron conocimientos suficientes y el 45.70 %, conocimientos insuficientes.²⁵

Conclusiones

Las estrategias de prevención oral son un conjunto de medidas que se realizan para disminuir el riesgo de desarrollar problemas de salud oral. Así, de este modo, podemos clasificar las diferentes estrategias en dos tipos: Las estrategias individuales, las cuales son aquellas que las personas pueden realizar por sí mismas, como una correcta limpieza bucal, uso de hilo dental y acudir regularmente al odontólogo. Las estrategias poblacionales, las cuales son aquellas que se implementan a nivel de la comunidad, como las charlas de prevención que realizan los centros de salud, la educación sobre la salud oral y los programas de salud bucal gratuitos o de bajo costo.

Además, podemos indicar que las estrategias individuales son las más importantes; entre ellas el cepillado de dientes, 2 veces al día, durante 2 minutos, con la elección adecuada de una pasta dental con flúor es la manera correcta y más efectiva de evitar la caries dental. El uso del hilo dental por lo menos una vez al día también es importante para eliminar la placa y los residuos de comidas entre los dientes.

En conclusión, la técnica más efectiva para la prevención de problemas de salud oral es una combinación de estrategias individuales y poblacionales. Las estrategias individuales son fundamentales para la prevención, pero las estrategias poblacionales pueden ayudar a llegar a las personas que no tienen a su alcance la atención odontológica regular. En general las estrategias de prevención oral son una inversión importante en salud y bienestar de los individuos. Al seguir estas estrategias, las personas pueden disminuir el riesgo de albergar problemas de salud oral y disfrutar de una boca sana durante toda la vida.

Referencias

1. Crespo M, Riesgo Y, Laffita Y, Torres P, Márquez M. Promotion of oral and dental health in students of the primary teaching. Motivations, strategies and odonto-pediatric priorities. *Medisan*. 2019;13(1):2–13.
2. Alcaina Lorente A, Saura López V, Pérez Pardo A, Guzmán Pina S, Cortés Lillo O, Alcaina Lorente A, et al. Salud oral: influencia de los estilos de vida en adolescentes. *Pediatría Atención Primaria* [Internet]. 2020;22(87):251–61.
3. Oviedo E, Costa P. Estrategia educativa de Prevención de Enfermedades Bucales en colaboradores de una Universidad Privada dentro del marco del Proyecto de Responsabilidad Social Universitaria. *Rev científica ciencias la salud*. 2022;4(1):114–24.
4. Suryaatmaja. Estrategias Preventivas En Salud Oral Para Niños En Edad Escolar. *Донну*. 2020;5(December):118–38.
5. Brito-Pérez K, Cañete-Villafranca R, Fundora-Martínez CL, Afonso-de-León JA. El maestro primario y la prevención de los problemas bucales en escolares. *Rev medica electron* [Internet]. 2022;44(1):168–79. 18242022000100168&lng=en&nrm=iso&tlng=en
6. Didasc R, Pedag E, Tunas L. Dialnet-PrevencionDeLaSaludBucalBasadaEnElFortalecimientoE-9014400. :231–49.
7. Herrera Serna BY, López Soto OP. Evaluación a 72 meses de una estrategia de prevención en salud oral en escolares. *Rev Esp Salud Publica*. 2018;92:1–9.
8. Vargas K, Chipana C, Arriola L. Oral Health and Oral Hygiene Conditions and Nutritional Status in Children Attending a. Br Orig *Rev Peru Med Exp Salud Publica ORAL* [Internet]. 2020;36(4):653–7.

9. Lomelí-Martínez SM, González-Hernández LA, Ruiz-Anaya A de J, Lomelí-Martínez MA, Martínez-Salazar SY, Mercado González AE, et al. Oral Manifestations Associated with HIV/AIDS Patients. *Med.* 2022;58(9).
10. Caputo G, Simón C, Alonso G, Puche MS, Campagna C, Sansone F, et al. Epidemiología y frecuencia de enfermedades de transmisión sexual y su repercusión en la mucosa bucal. Una revisión narrativa. *Rev Asoc Odontol Argent.* 2022;48–55.
11. Rodríguez Sánchez O, Hernández García G. Comportamiento de las enfermedades bucodentales en el Hospital Referral Maliana de Timor Leste. *Rev Ciencias Médicas Pinar del Río* [Internet]. 2021;25(4):1–11.
12. Yataco Barreda DG, Gomez Diaz WA, Carrasco Loyola MB, Orejuela Ramirez FJ. Asociación de la enfermedad periodontal con factores de riesgo en adolescentes de 15 años de una institución educativa. *Rev Estomatológica Hered.* 2021;31(3):178–85.
13. Rosales Corria E, Cabrera Zamora S, Coll Aguilera AM, Sánchez Rodríguez R, Pardias Milán L, Nicles Cabrera R. Prevención de enfermedades periodontales. Métodos mecánicos de control de placa dentobacteriana. *Multimed Rev Médica Granma.* 2019;23(1):386–400.
14. Lemos JA, Palmer SR, Zeng L, Wen ZT, Kajfasz JK, Freires IA, et al. The Biology of Streptococcus mutans. *Microbiol Spectr.* 2019;7(1):1–26.
15. Cochrane E. Cremas dentales fluoradas de concentraciones diferentes para la prevención de la caries dental. 2013;4–7.
16. Estévez A, Pérez G, Morgado M, Jiménez M, Carmona P. Adolescents oral hygiene education by means of information and communication technologies. *Gac Médica Espirituana* [Internet]. 2021;23(3):113–22.
17. Pacheco-Vergara MJ, Cartes-Velásquez RA. mHealth para mejorar la higiene oral de niños. Revisión de literatura. *Av Odontoestomatol.* 2020;36(1):27–34.
18. Morel Barrios M, Díaz Reissner C, Quintana Molinas ME. Nivel de conocimientos sobre salud oral e índice de caries en adolescentes de una escuela de Pirayú, Paraguay. *Pediatría (Asunción).* 2019;45(3):212–6.
19. World Health Organization. mHealth. Use of appropriate digital technologies for public health. *PLoS Med* [Internet]. 2018;10(1):1–5. Available from: https://apps.who.int/gb/ebwha/pdf_files/WHA71/A71_20-en.pdf
20. Cardozo BJ, Sanz EG. Implementación de programas preventivos de salud bucal en escuelas de Mercedes. *Rev ext* [Internet]. 2015;6:1–11. Available from: <https://revistas.unc.edu.ar/index.php/ext/article/view/7659>
21. Del Perpetuo Socorro Mendiburu-Zavala CE, Naal-Canto AA, Peñaloza-Cuevas R, Carrillo Mendiburu J. Probable Bruxism and Oral Health-Related Quality of Life. *Odovtos - Int J Dent Sci.* 2022;24(2):164–75.
22. Alkalash SH, Alfaqih AE, Alkinani AI, Alzahrani HM, Alrufaydi MH, Alqarni RS, et al. A Cross-Sectional Study on the Knowledge, Attitudes, and Oral Hygiene Practices of Secondary School Students in Al-Qunfudah District, Saudi Arabia. *Cureus.* 2023;15(6):1–16.
23. Gutierrez-Marín N, López-Soto A. Patients Satisfaction with Dental Service, School of Dentistry, University of Costa Rica. *Odovtos - Int J Dent Sci.* 2023;25(1):154–65.

24. Noborikawa-Kohatsu AK, Kanashiro Irakawa CR. Evaluación de un programa educativo-preventivo de salud oral con uso del recurso multimedia, en adolescentes peruanos. *Rev Estomatológica Hered.* 2014;19(1):31.
25. Llerena, Zúñiga, Antonio M, Anchundia, Miranda, Katherine A, Pijal, Burbano, Cecilia D. Prevención de salud oral en infantes de 6-36 meses del centro infantil del buen vivir mediante estrategia educativa. *Rev Conrado.* 2022;18(89):129–39.

- **Conflicto de intereses:** La presente investigación no presenta conflicto de intereses entre los investigadores.
- **Fuente de financiamiento:** La presente investigación fue financiada por los investigadores.