



**UNIVERSIDAD DEL SURESTE**

**Lic. En Medicina Humana**

**Primer Semestre**

**Salud Pública**

**Ensayo**

Salud Bucal

**Catedrático**

**Dr. Manuel Eduardo López Gómez**

**Alumna**

Angélica Montserrat Mendoza Santos

**14 de noviembre de 2020**

# INTRODUCCION

La Salud bucal es uno de los temas y problemas extensos que existen en la actualidad. La educación en el cuidado de la cavidad oral se comienza desde que el ser humano nace y comienza una vida en el mundo. Desde el nacimiento los padres están encargados en el cuidado de la salud bucal y se les enseña cuando obtienen una edad prudente para realizarlos por sí mismos.

Los parámetros para obtener una salud adecuada son las siguientes:

- Cepillado correctamente
- Aditamentos en el cuidado de la salud bucal, tales como
  - A) Enjuague bucal
  - B) Hilo dental
  - C) Crema dental de acuerdo a las necesidades del paciente.

Al decirse que es un problema extenso de la vida actual, nos referimos que el cuidado es de carencia, la mayoría de las personas esperan a que el problema se prolongue para poder acudir al dentista o a las escuelas universitarias en las cuales hay alumnos en dicha carrera.

Por eso es recomendable que el cuidado bucodental se lleve de manera minuciosa y estrictamente, tener conciencia de que de manera estética la mayoría de las personas optan por tener una "buena sonrisa" y si nos referimos de manera de salud, podemos tener halitosis (mal aliento) y después problemas más graves tales como la pérdida de algún órgano dental.

Los odontólogos y médicos estomatólogos trabajan con ciertos parámetros en torno a lo que preserva la salud bucodental de nuestros pacientes. Una de las cuestiones fundamentales es todo lo que se refiere a la higiene bucodental y que nos permite garantizar, en situaciones normales, una buena salud en dientes y encías.

Estos parámetros se cifran, básicamente, en cinco: cepillado de dientes, uso de hilo dental, uso de enjuague bucal, revisiones periódicas en el dentista y cuidado alimenticio. Si mantenemos la disciplina, disfrutaremos de una boca sana durante toda la vida.

**1) Cepillado de dientes:** Es la medida de higiene bucodental más conocida y la más importante. Debemos cepillarnos los dientes de forma adecuada al menos tres veces al día, mínimo dos y después de cada comida. El cepillado más importante es el de antes de irnos a la cama.

Uno de los factores principales por los cuales el ser humano pierde la salud bucal, es por el consumo de carbohidratos y comidas chatarras y por consiguiente omite cepillarse, en algunas ocasiones esto ocurre por la falta de tiempo para hacerlo o bien, no le toman la importancia que merece. A lo largo del tiempo comienza a producirse caries dental y es ahí cuando los problemas comienzan

**2) Hilo dental:** Su uso junto al cepillo de dientes es esencial para arrastrar los restos de comida que han podido quedar alojados entre los dientes. Hay que tener cuidado de no ejercer la presión sobre las encías, porque en caso de ejercer presión sobre las encías podemos producir sangrado de ellas y tener molestias por horas.

**3) Enjuague bucal:** No sustituye, en ningún caso, al cepillado de dientes y es un elemento que completa la higiene bucodental. Puede usarse perfectamente a diario. Así tenemos que hacerlo.

**4) Revisiones en el dentista:** Está demostrado que manteniendo una cadencia en las revisiones en la clínica dental nos estaremos ahorrando problemas mayores y, por extensión, disgustos para el bolsillo para grandes tratamientos. En edad adulta, es recomendable acudir a la consulta odontológica al menos dos veces al año para mantener a raya caries, sarro y enfermedades periodontales.

**5) Alimentación:** Cuanto más equilibrada sea nuestra alimentación, más probabilidades tendremos de garantizar la buena salud bucodental. Tenemos que moderar el consumo de elementos ricos en azúcar y aquellos con altos contenidos en ácido que pueden dañar, por consumo habitual, el esmalte dental.

La salud bucal es de manera fundamental ser cubierta en todos los aspectos desde manera en pláticas a la población, así como en la atención médico-paciente porque es necesario dar a conocer a las personas el problema tan grande que es no tener

una salud bucodental favorable; uno de la información que el ser humano debe de conocer es:

- ❖ Una limpieza dental se debe realizar cada 6 meses  
En este caso para personas que carecen de cepillado dental habitual, al realizarse cada 6 meses la limpieza estamos erradicando el tártaro dental que a su larga puede provocar enfermedades periodontales y como se sabe a un largo plazo se puede provocar movilidad dental de los órganos dentales.
- ❖ En el caso de pacientes pediátricos deben de obtener la aplicación de flúor para prevención de caries dental.

La información anterior es un poco de los problemas extensos que existen en la actualidad a la falta de carencia de la salud bucodental.

El no llevar a cabo los parámetros de cuidado personal mencionados anteriormente nos puede provocar:

1. Pérdida prematura de los órganos dentales (temporales y permanentes)
2. Caries en órganos dentales, en el caso de la dentición infantil, al provocar caries extensa se les pide a los padres realizarles coronas dentales (acero cromo o coronas de celuloide pedoform)
3. Caries dentales en la dentición permanente. Cuando la caries abarca más de 2/3 de la corona dental, es muy común realizar tratamientos de conductos en los órganos dentales con dicho problema. En casos más severos se realiza una prótesis dental
4. En el caso de la pérdida de los órganos dentales, a largo plazo se provoca pérdida de hueso.
5. Enfermedad periodontal
6. Gastos extensos si el problema de salud dental es grave
7. Halitosis (mal aliento)
8. Producción de tártaro dental

## CONCLUSION

Como se vio la salud dental es un problema que a largo plazo se puede volver un dolor de cabeza para la población en general.

Para evitar tener problemas periodontales, el cepillado se debe de realizar después de cada comida, eso es un habito que cada persona debe de tener. En la atención odontopediátrica se debe de enseñar a los padres el cómo realizar el aseo de los bebes. Cuando cuentan con una edad en la cual ya tienen conciencia de los actos, el odontólogo debe de enseñar al infante el correcto cepillado y obtener visitas periódicas para el control.

Y por último existen campañas en las cuales se imparte información sobre el cepillado dental, porque cabe recordar que son varios tipos de cepillados y el tratamiento de cada persona es de manera personalizada.