



Alumno: Itzel Guadalupe Aguilar Aguilar

Catedrático: Dr. Manuel Eduardo López Gómez

Licenciatura: Licenciatura de Medicina Humana

Materia: Salud Pública

Nombre del trabajo:

Grado: 1er semestre

Turno: Matutino

Lugar y fecha de entrega: San Cristóbal De Las Casas, Chiapas, A 14 de noviembre del 2020.

Introducción

“Los términos salud bucal y salud general no deben de ser interpretados como entidades separadas”, indicó Donna E. Shalala, ex secretaria de Salud y Servicios Humanos de Estados Unidos. La salud bucal es integral a la salud general y es esencial a la salud total y al bienestar de todos los individuos. La identificación temprana de los padecimientos bucales puede contribuir al pronto diagnóstico y tratamiento de otras enfermedades sistémicas. De acuerdo con la Organización Mundial de la Salud, las enfermedades bucales de mayor prevalencia son la caries dental y la enfermedad periodontal las cuales afectan a más de 90% de la población mexicana. Las enfermedades bucales se encuentran entre las cinco de mayor demanda de atención en los servicios de salud del país, situación que condiciona el incremento en el ausentismo escolar y laboral. Las acciones más importantes en la prevención de las enfermedades bucales es la higiene bucal, la alimentación correcta y la eliminación de hábitos nocivos, como el tabaquismo y el consumo excesivo de azúcares, la salud bucal es parte integral de la salud, es por ello que adquirir buenos hábitos bucales desde las primeras etapas de la vida garantizará con seguridad una vida sana. La boca como puerta de entrada al cuerpo responde al mundo exterior pero además refleja lo que ocurre en el interior.

La salud comienza por la boca, en ella se inicia la alimentación y posteriormente la digestión a través de la masticación y deglución de los alimentos. La boca es imprescindible para que se efectúe el proceso de comunicación mediante el lenguaje oral; los distintos órganos que la componen permiten una correcta fonación, ésta no se podrá dar si se presentara alguna lesión en los carrillos (mal llamados cachetes), el paladar, la lengua o por la pérdida de algún diente anterior. Se ha comprobado que cualquier foco de infección como la caries o enfermedad periodontal son un factor de riesgo para otras enfermedades como la fiebre reumática, enfermedades respiratorias agudas, diabetes, entre otras.

Algunas medidas preventivas para mantener la salud bucal:

Técnica de cepillado: La higiene bucal es la clave para la prevención y mantenimiento de la salud de dientes, encía y lengua; por lo que la eliminación de placa bacteriana en estas partes de la boca es el principal objetivo de las diversas técnicas existentes, hilo dental, detección de placa y cepillado. La higiene bucal se inicia desde el nacimiento.

1. Cuando el niño(a) no tenga dientes, la mamá o responsable del niño(a) debe limpiar suavemente la encía con una tela o gasa húmeda una vez al día, preferentemente durante el baño.
2. Desde que aparece el primer diente del niño(a), la mamá o responsable del niño(a) debe limpiar límpielo suavemente con una gasa o tela húmeda o con un cepillo dental suave.
3. En los niños de 1 a 3 años (solo y con la ayuda y supervisión de un adulto) el aseo bucal se debe realizar después de cada alimento con cepillo pequeño de cerdas suaves y humedecido (Esta actividad puede realizarse con o sin pasta dental)
4. A partir de los 4 años, el cepillado dental se debe realizar diariamente después de cada comida; el cepillo dental debe tener cabeza pequeña y cerdas de nylon delgadas con puntas redondeadas.

Fluoruros: Los fluoruros son compuestos químicos que se encuentran en forma natural y en bajas concentraciones en los alimentos y el agua de consumo humano. Los fluoruros como el de sodio, potasio, estaño o monofluor fosfato; son compuestos que fortalecen el esmalte de los dientes y los hacen más resistentes al ataque del ácido que producen las bacterias, por lo que son ampliamente utilizados por los dentistas en la prevención de esta enfermedad.

Vía de administración de fluoruros

- Ingerido (Tomado)
- Tópico (Aplicación en el diente)

Uso del hilo dental: El hilo dental es indispensable en el cuidado de los dientes, ya que por el grosor de las cerdas del cepillo no permite limpiar la zona entre diente y diente, debido a que el espacio entre estos es muy pequeño, por lo que se recomienda utilizar el hilo dental. Si no se utiliza el hilo dental se estará

realizando solamente la mitad del trabajo para mantener una buena limpieza dental.

Técnica para usar el hilo dental:

1. Tome aproximadamente 30 cms. de hilo dental y enrede en los dedos medios, dejando una distancia corta entre ellos.
2. Una vez realizado lo anterior, utilice los dedos pulgar e índice de ambas manos para guiar el hilo.
3. Mantenga estirado el hilo y con movimientos de atrás hacia adelante introdúzcalo entre los dientes, tenga cuidado de no lastimar la encía. Sostenga el hilo rígido contra uno de los dientes y deslícelo de arriba hacia abajo manteniéndolo en contacto con el diente y repita los movimientos contra el otro diente. Repita este paso entre cada uno de sus dientes. Conforme se vayan limpiando, cambiar el tramo de hilo dental.

Selladores de fosas y fisuras: Los selladores de fosas y fisuras son compuestos químicos que se colocan sobre el esmalte sano de las caras masticatorias de los dientes posteriores, con la finalidad de impedir que la placa bacteriana se establezca en estos sitios y sea posible prevenir la aparición de caries dental. Su aplicación y control es de carácter profesional.

Grupos de atención

La promoción de salud tiene tres componentes:

- Educación para la salud
- Comunicación
- Información

Educación para la salud: Como estrategia en la promoción de la salud se ha constituido en una forma de enseñanza que pretende conducir al individuo y a la colectividad a un proceso de cambio de actitud y de conducta, que parte de la detección de sus necesidades y que intenta el mejoramiento de las condiciones de salud del individuo y de su comunidad. Fue definida por la OMS como “La encargada de promover, organizar y orientar los procesos educativos tendientes a influir en los conocimientos, actitudes y prácticas relacionadas con la salud de individuo y la comunidad”

Comunicación: Es un proceso planificado encaminado a motivar a las personas a adoptar actitudes y comportamientos positivos en la relación con la salud o a utilizar los servicios existentes, promueve el diálogo, el intercambio de ideas y una mayor comprensión. Es un componente importante de todos los servicios y actividades de Promoción de Salud; este proceso alcanza su máxima eficacia cuando incluye una combinación estratégica de la comunicación interpersonal, apoyados por la comunicación masiva, medios impresos y otras modalidades audiovisuales.

Información: Incluye la transmisión de contenidos generales y técnicos, hechos y temas para concientizar a los decisores, docentes y población en general acerca de acontecimientos importantes.

Para la promoción de Salud tenemos que tener en cuenta algunos conceptos, tales como:

Bienestar Social: Que el ser humano tenga satisfecha todas sus necesidades para vivir decorosamente: alimentación, trabajo, vivienda, vestido, educación, asistencia médica.

Características: Apreciaciones importantes de algún fenómeno o problema. Rasgos que describen constantes de algún objeto, persona, documento, lugar, etc.

Comunidad: Colectivo de personas que comparten ciertos valores, intereses, condiciones, problemas y características comunes.

Conducta: Manera de conducirse ante la situación: una acción que tiene frecuencia, duración y propósitos específicos ya sea consciente o inconsciente.

Costumbres: Lo que se hace comúnmente, formas de actuar, hacer, celebrar, etc., aprendidas y transmitidas de generación en generación.

Riesgos de no llevar una salud bucal

Caries: Es la enfermedad más común y se produce por culpa de los ácidos de los alimentos en descomposición, principalmente cuando son azucarados y nuestra higiene dental no es la correcta.

Gingivitis.

Otra de las complicaciones más frecuentes por una mala higiene bucal es la gingivitis. Comienza afectando a las encías, inflamándolas debido a la acumulación de placa y bacterias en el cuello de los dientes, produciendo el molesto sangrado de encías. Al no ser tratada a tiempo puede derivar en periodontitis, una enfermedad grave que causa infección.

Periodontitis.

Cuando la gingivitis se vuelve crónica termina en este proceso en el que se produce la destrucción de los tejidos que soportan los dientes. La consecuencia final es la pérdida de todos los dientes.

Halitosis.

Una mala higiene bucal, las caries y el consumo de tabaco son algunas de las causas del mal aliento en los adultos. No usar hilo dental ni cepillarse diariamente facilita el alojamiento de partículas de alimentos entre los dientes, la lengua y alrededor de las encías. Éstos, al descomponerse, son los causantes del mal olor en nuestra boca.

Bibliografía

- http://www.cenaprece.salud.gob.mx/programas/interior/saludbucal/descargas/pdf/manual_contenidos_educativos.pdf
- <https://vivirmasymejor.elmundo.es/sonrie/consecuencias-de-una-mala-higiene-bucal>
-