



Universidad Del Sureste  
Campus Comitan  
Lic. Medicina Humana



ENSAYO DEL PROYECTO DE SALUD BUCODENTAL EN LAS MARGARITAS, CHIAPAS

+Mauricio Antonio Perez Hernandez.  
+2 "A"!  
+Dr. Gulebro Castellanos Cecilio.  
+Salud Publica II.

Comitan De Dominguez, Chiapas A 17 de noviembre del 2023.

## SALUD BUCODENTAL.

La higiene es un factor muy importante en nuestras vidas y en--- especial en nuestra salud, desde pequeños nos enseñan a mante--- nernos limpios y cuidar el lugar en donde estemos, es por esto--- que aprendemos lo basico que debemos saber, lo importante que es sus riesgos y la manera de cuidarla. Para empezar, primero debemo definir que es la higiene, es el conjunto de conocimientos y tecnicas que aplican los indibiduos para el control de los factores que ejercen o pueden tener efectos nocivos sobre la salud. La higiene personal es el concepto basico del aseo, de la limpieza y del cuidado delc uerpo humano. A lo largo del tiempo se ha hecho cada vez mas importante para la salud humana, proviene de epocas remotas. En la era primitiva el hombre empleaba sus uñas o framente de madera, en la prehispanica los indigenas utilizaban la--- raiz de una planta y se frotaban los dientes con los dedos. Pero el cepillo de dientes tal y como hoy se conoce comenzo a utilizarse en el siglo XVII. La salud bucal o higiene bucal incluye lo--- que es el cepillado, usar hilos dentales, enjuagues bucales y tener cuidado dental profesional con visitas odontologicas regularmente cada seis meses con su estomatologo. La boca contiene muchas--- bacterias por lo que es necesario tener una buna higiene, un cepillado dental eficaz para la eliminacion mecanica de la placa--- dental supra gingival y sublingual, la cual es llevada a cabo en el ambito domestico por el propio individuo. El habito de la higiene bucal debe empezar desde bebes, al principio es responsabilidad de los padres inculcarles a los niños un buen habito de higiene, para que una vez mayores ellos continuen con este y sea para ellos un habito cotidiano. La salud bucal es un aspecto fundamental de las condiciones generales de salud de una poblacion, debido a que la mayor de las enfermedades orales se asocian con determinados factores de riesgos, como la falta de higiene buco dental,

Una alimentacion inadecuada y falta de educacion de la higiene--correcta. En este ensayo abarcare todo lo relacionado a lo que es higiene bucal de manera detallada y objetiva, puesto que es necesario ademas de conocer que es la higiene bucal es importante saber y destacar el saber como hacer un buen cepillado, asi como--los productos de aseo que el paciente debe utilizar en su salud--y no menos importante los factores y determinantes que se pueden causar al momento de no tener una buena educacion en la higiene--bucal, concluyendo este con las mas efectivas recomendaciones para mantenernos siempre con una sonrisa mas que perfecta.

¿Que es la higiene bucal?

Es el cuidado adecuado de los dientes, encias y boca, para promover la salud y prevenir las enfermedades buco-dentales. Una buena salud incluye cepillarse correctamente, usar hilo dental, enjuagues bucales, limpiezas dentales cada cierto tiempo y evaluaciones bucales cada seis meses.

Asi mismo este trabajo lo realizamos con la finalidad de conocer la salud-enfermedad de las pobladores indigenas de nuestra sociedad es importante, ya que esa informacion, nos permitira diseñar y planificar y aplicar un adecuado plan de prevencion y tratamiento de las principales afecciones orales, que aquejan a esta poblacion, y asi contribuir a la satisfaccion de la demanda de salud oral de nuestras comunidades. El presente programa, aportara conocimientos respecto al perfil de salud bucal, de los pobladores de los municipios que conforman el municipio de las margaritas, permitiendonos establecer una caracterizacion epidemiologica de los individuos, asi como ser fuente de las enfermedades--que seran fuentes de investigacion en cuanto a la incidencia y--prevalencia de las patologias mas frecuentes, estos datos epidemiologicos obtenidos seran la base para la seleccion diseño e---implementacion de estrategias en prevencion y tratamiento de las

Principales afecciones orales, que basadas en evidencias científicas, contribuirán a establecer programas sistenibles que estende acuerdo con el contexto de los habitantes de los municipios.. Y que fortalezcan su salud integral,

Educar a la s poblaciones indigenas en materia en salud bucal en prevencion y ala vez determinar el acceso a servicios odontologicos, estado y practicas de salud oral en los pobladores de las comunidades indigenas de las margaritas.

1. Realizar acciones de promoción de la salud para la prevención de enfermedades.

2. Otorgar servicios curativos si es necesario en el momento de la visita a ala comunidad.

3. Realizar talleres de salud bucal.

4. Enseñanza de tecnica de cepillado, hilo dental, la aplicacion de fluor.

5. Si es necesario dar a conocer las medidas de cuidado bucal alternativo, en caso de no disponer los materiales necesarios para la higiene bucal.

Educar a la poblacion indigenas en materia de prevencion y promocion; adaptando los mtariales educativos para esten culturalmente sensibilizados, respetando las creencias y tradicones indigenas, esto incluye el uso de lenguajes locales, imagenes y metodos de comunicacion tradicionales. EDUCAR las poblaciones indigenas en materia en salud bucal en prevencion y promocion: enseñar sobre la importancia de mantener una correcta buena higiene bucal, introducir junto con consejos sobre la dieta y ejercicio para prevenir otras enfermedades, buena alimentacion. Realizar acciones de promocion de la salud y para prevencion de enfermedad: carteles, materiales educativos en el idioma local que resumen las practicas de hgiene bucal. Estos carteles estan ilustrados con imagenes culturalmente relevantes.

Otorgar servisos curativos si es necesario en el momento de la--

Visita a la comunidad, realizar talleres o platicas de salud bucal y asi mismo enseñanza de la tecnica de cepillado hulo dental, - aplicacion de fluor. Reduciendo la carga de la enfermedad oral al reducir la prevalencia de caries y aunmentar el uso de fluor, incrementando la cobertura de los servicios en las poblaciones mas vulnerables del municipio. En las margaritas y sus diferentes comunidades que la conforman a sus alrededores, exclusivamente dirigido a los niños y niñas de 5-7 años, impartiendo talleres recreativos que impacten y generen iniciativa por parte de los niños y padres de familia para llevar a cabo la higiene bucal y tener un porcentaje mas bajo de problemas causados por las caries en edad temprana: Clinicas, escuelas, trabajo y hogares.

Factores de riesgo: consumo de alto de azucares, transmision sexual, el estres o cambios hormonales, los antibioticos pueden desencadenar condidiasis bucal, consumo de tabaco, consumo excesivo de alcohol y muy importante la higiene bucal.

Enfermedades que afectan la cavidad oral por falta de higiene:

1. Las caries: es una enfermedad multifactorial que se caracteriza por la destruccion de los tejidos del diente como consecuencias de la desminerilazacion provocada por los acidos que genera la placa bacteriana. Tras la destruccion del esmalte ataca a la dentina y alcanza la pulpa dentaria produciendo su inflamacion, pulpitis y posterior necrosis (muerte pulpar).

2. Gingivitis: es una enfermedad bucal generalmente bacteriana que provoca inflamacion y sangrado de las encias, causada por los restos alimenticios que quedan atrapados entre los dientes.

3. Periodontitis: es una infeccion progresiva de las encias y perdida del hueso alrededor del diente, lo que provoca el desprendimiento de las piezas dentales, la mayoria de los casos es consecuencia de la acumulacion prolongada de placa bacteriana y sarro en los dientes.

## BIBLIOGRAFIA

- *Cómo cepillarse los dientes correctamente.* (2021, febrero 27). Clínica Dental Gastaminza Aperribay. <https://gastaminzaaperribay.com/blog/como-cepillarse-los-dientes-correctamente>
- De MX, M. de S. y. P. S. (s/f). *Salud bucal: para sonreír toda la vida.* Gov.co. Recuperado el 15 de noviembre de 2023, de <https://www.minsalud.gov.co/salud/publica/HS/Paginas/salud-bucal.aspx>
- Mitchell, C. (2013, marzo 20). OPS/OMS. Pan American Health Organization / World Health Organization. [https://www3.paho.org/hq/index.php?option=com\\_content&view=article&id=8387:2013-oral-health-vital-overall-health&I](https://www3.paho.org/hq/index.php?option=com_content&view=article&id=8387:2013-oral-health-vital-overall-health&I)
- *Salud Bucal.* (s/f). Gob.mx. Recuperado el 15 de noviembre de 2023, de [https://salud.edomex.gob.mx/isem/salud\\_bucal](https://salud.edomex.gob.mx/isem/salud_bucal)