

Impacto de los hábitos alimenticios y de higiene bucal en la frecuencia de la caries dental en el sur de México

Carlos Daniel Lozano Domínguez, Sooyeon Lee, Jany Ariadne Jiménez del Valle y Alma Nidia Calderón

Escuela de Ciencias Estomatológicas
Universidad de Morelos

Encontrar el factor principal causante de las caries en el estado de Chiapas para así poder ayudar a la población a prevenir las caries, además averiguar cuánto saben sobre salud bucal y hábitos de higiene, también preguntar con qué frecuencia cepillan sus dientes al día y así saber cuál es el déficit de esta comunidad respecto a la higiene bucal y si en algunos no tienen los suficientes conocimientos de higiene poder ayudarlos a complementar sus hábitos de higiene bucal, también indagaremos sobre sus hábitos alimenticios y la dieta que llevan para saber si cuidan su alimentación y si no es así poder ayudarlos dándoles una dieta balanceada y con esto contribuir a la prevención de las caries. En esta investigación se examinaron personas del estado de Chiapas, con edades de 4 a 70 años en las cuales se utilizó el sistema de detección y diagnóstico de caries (ICDAS) el cual nos ayudó a diferenciar el grado y nivel en la que se encuentran las caries, se revisaron las caras oclusales de los dientes de las personas para así poder identificar en qué grado de afección se encuentra la lesión cariosa de cada una de sus piezas dentales y para así poder recolectar los datos para realizar las estadísticas. Se les cuestionó sobre sus hábitos de higiene bucal para saber cuántas veces se cepillan los dientes al día y sus hábitos alimenticios para conocer cuánta seguridad tienen en su alimentación y si cuidan de esta, de los datos obtenidos se pudo determinar mediante estudios y estadísticas cuál es el mayor causante de caries en este estado al sur de México.

Keywords: ICDAS, Caries dental, Alimentación, Higiene oral

Introducción

La caries dental es una enfermedad crónica, infecciosa y multifactorial transmisible, que tiene alta prevalencia, sin distinción de edad o nivel socioeconómico, representa un problema de salud pública a nivel mundial. Están muy bien identificados los factores causales que clínicamente producen la caries.

Sin embargo, es probable que estos factores no sean los únicos que intervienen para su presencia, ya que existen condiciones en la vida de una población que pueden predisponer a su padecimiento. Esto provoca que las estrategias planteadas para atacar a nivel individual sean insuficientes para erradicar esta enfermedad.¹

La instauración de hábitos, principalmente de higiene oral, se inicia en los primeros años de vida del individuo y se constituye en factor decisivo para la presencia de patologías bucales del tipo caries y enfermedad periodontal que pese a ser las más comunes en la población a nivel mundial, por su origen y características de evolución, son fácilmente controlables.

Las conductas de salud oral como el cepillado diario, enjuague, uso de hilo dental y visitas odontológicas regulares se constituyen en las herramientas necesarias para controlar

la rápida acumulación de placa principal desencadenante de periodontitis y caries dental y puede ser un factor de riesgo para diferentes condiciones sistémicas y enfermedades.²

Material y métodos

En esta investigación se tomó un grupo de personas de un estado al sur de México, aproximadamente de 130 a 145 personas con las edades de 4 años en adelante, se les interrogó acerca de sus hábitos de higiene bucal, se les preguntó cuántas veces se cepillan los dientes al día y también si se saben la técnica de cepillado, se les cuestionó que tanto cuidan su alimentación.

Se utilizó el sistema de detección y diagnóstico de caries (ICDAS II) el cual nos ayudó a ver el estado en el que se encuentran los dientes de esta población y con esto se vimos las piezas dentales que estaban afectadas por caries y tomamos las piezas con caries inicial para nuestra investigación.

Resultados

En la Figura 1.1 se muestra el número de caries en el que se encuentra cada grupo de personas dependiendo su nivel de cuidado respecto a su alimentación, se encontró que las personas que tienen leve cuidado (cuidan su alimentación)

tienen de 0 a 6 caries, tienen menos caries que las que no tienen cuidado con su alimentación, las personas sin seguridad alimenticia tienen entre 5 y 9 caries, las personas con moderado cuidado en su alimentación tienen de 4 a 8 caries cada persona y el grupo de severo cuidado tienen de 5 a 8 caries este es el grupo que menos cuidado tiene en su alimentación, su grado de descuido alimenticio es severo.

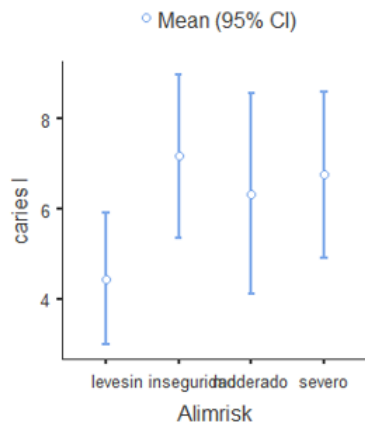


Figura 1.1

En la Figura 1.2 se muestra el número de caries en el que se encuentra cada grupo de personas dependiendo su nivel de higiene bucal, las personas que se cepillan una vez los dientes al día tienen entre 5 a 8 caries, las que se cepillan los dientes 2 veces al día tiene de 6 a 8 caries, las que lo hacen 3 veces al día tiene de 5 a 9 caries y el grupo de personas que no cepillan sus dientes ninguna vez al día tienen de 0 a 6 caries.

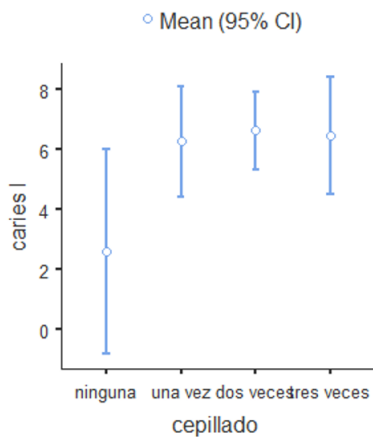


Figura 1.2

En la comunidad el mayor número de caries en una sola persona fue de 21 caries, el grupo de personas con 0 caries y es el grupo más grande con un aproximado de 30 personas, el segundo grupo más grande fue el grupo de personas con

6 caries cada uno con un aproximado de 15 personas en este grupo, el tercer grupo más grande fue el de 11 caries cada persona este grupo con un aproximado de 11 personas este puesto lo comparte con el grupo de personas que tiene 3 caries cada uno con el mismo número aproximado de personas, con 11 personas en el grupo. Como se muestra en la Figura 1.3

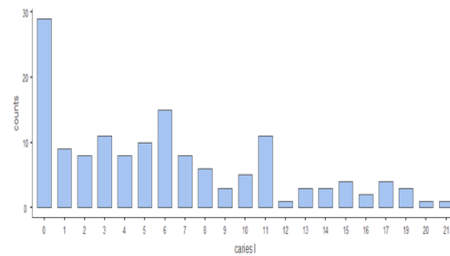


Figura 1.3

Tomando como valor $p < 0.05$ se concluye que la media de riesgo alimentario es significativa con un valor p de 0.024, No hay diferencia significativa con la caries respecto al cepillado con un valor p de 0.201.

Discusión

Se utilizó un buen método para estudiar a las personas, nuestra investigación no se hizo en un grupo muy específico de personas como por ejemplo que solo se hubieran estudiado jóvenes o solo adultos, se realizó en personas con edades desde 4 a 70 años esto puede ser un factor para que los resultados no sean equitativos. El número de personas que estudiamos no es un gran porcentaje comparándolo con el número de la población total de esa zona de Chiapas, eso quiere decir que nuestros resultados no representan que toda la población sea afectada por los malos hábitos alimenticios. En la elaboración de este estudio y mediante las estadísticas y sus gráficas se obtuvieron resultados importantes al ver que la alimentación es estadísticamente significativa ya que entre sus grupos se encuentran las personas con menos caries, esto gracias a que algunas personas cuidan su alimentación y su dieta es saludable, rica en frutas y verduras de la zona.

En otros estudios realizados mayormente dan como resultado que la higiene bucal es el principal factor causante de la enfermedad, no descartamos que los malos hábitos de higiene también afectan a esta población, pero con los resultados que obtuvimos en este estudio favorece y sirve como base para que se puedan realizar programas para la prevención y control de la enfermedad cariogénica que afectan a esta población, nuestro estudio realizado con buena metodología y encontrando buenos resultados invita a tomar nuestra investigación como guía y a seguir estudiando a esta población para poder llegar a más personas y así abarcar a toda la población para poder saber si realmente la alimentación es el principal factor que afecta a esta comunidad.

Conclusiones

Con relación a las personas que no se cepillan los dientes encontramos de 0 a 6 caries y las personas que se cepillaban los dientes 3 veces al día se encontraron más caries que en una persona que no se cepilla los dientes, en los que se cepillaban los dientes 3 veces al día se encontraron de 5 a 8 caries como se muestra en en la Tabla 1.

ANOVA

	Sum of Squa res	df	Mea n Squ are	F	p
cepillado	129	3	43.0	1.56	0.201
Alimri sk	269	3	89.7	3.26	0.024
cepillado * Alimri sk	312	9	34.6	1.26	0.265
Residuales	3548	129	27.5		

Tabla 1

El mayor impacto lo tuvo la alimentación ya que las personas que tenían cuidado con su alimentación presentaron menos caries que una persona que se cepilla los dientes 3 veces al día, se encontraron de 0 a 6 caries en personas que tenían cuidado con su alimentación y en las personas que examinamos sin seguridad en su alimentación se encontraron de 5 a 10 a caries.

Referencias

1. Cruz Palma G, Sánchez Najera CRI, Quiroga García CMÁ, Galindo Lartigue CC, Martínez González GI. Caries dental y los determinantes sociales de la salud en México. Revista Cubana de Estomatología [Internet]. 2014 Jan [cited 2019 Mar 31];51(1):55–70.
2. Carrera A, Scacco J, Alarcón R, Núñez A, del Carmen Armas A. Hábitos De Higiene Oral en Los Estudiantes De Odontología Que Realizan Sus Prácticas Clínicas en La Universidad Tecnológica Equinoccial. Revista Kiru [Internet]. 2017 Jan [cited 2019 Apr 28];14(1):14–8.