



+

Abordaje en educación para la salud bucodental en la infancia basada en materiales didácticos lúdicos y motivantes. Métodos pedagógicos alternativos

García de las Heras Lázaro, Carmen Sonia. *Higienista dental SESCOAM. TACE (Nºcoleg.281443)*

Serrano Sánchez, Silvia. *Odontóloga SESCOAM. TACE (Nºcoleg.45008579)*

Resumen: Dados los resultados obtenidos en estadísticas recientes sobre incidencia de la caries en España, y debido a que los resultados no están alcanzando un descenso destacable, los casos de caries en preescolares han bajado mínimamente en años, es preciso hacer un cambio de estrategia, y replantearse si lo que se hace actualmente en el campo de la promoción y prevención de la salud, es suficiente. La odontología actual se dirige hacia la odontología preventiva; prevenir para no tener que curar. Como consecuencia de ello, la educación para la salud, alcanza un puesto prioritario y de ahí la gran importancia de la creación de talleres de salud bucodental desde edades tempranas, siendo los centros educativos los lugares idóneos para desarrollarlos. El juego se considera una herramienta importante, por el cual el niño aprende de forma lúdica y amena. Mediante el juego se implementan hábitos de higiene dental, que llevará al escolar a una salud dental adecuada en el futuro.

Palabras clave: salud bucodental, educación, salud, caries, preescolares, enfermedad bucodental, juegos educativos, aprendizaje, promoción. Prevención.

INTRODUCCIÓN:

Una de las causas más frecuentes de enfermedad bucodental en edad escolar, es la caries. Afortunadamente, su prevalencia está en continua descendencia, debido a la mejora de los hábitos de higiene bucodental que han ido fomentando el control de la placa bacteriana, gracias al uso de técnicas correctas de cepillado, pero no son suficientes. ^{1,2}

Según se muestra en la “Encuesta de Salud Oral en España 2020” ³ en relación a la caries dental, destacan que los cambios no son determinantes en edades comprendidas entre los 5 y los 6 años, ya que los estudios realizados en el año 1993, reflejaban un porcentaje de 38%, mientras que en el año 2020, este porcentaje se reducía mínimamente al 35,5%.

En cuanto a las necesidades de tratamiento dental, esta misma encuesta, muestra datos alarmantes, ya

que el 27,5% de los menores entre 5 y 6 años necesitan tratamiento de caries en dentición temporal. Estos datos se acentúan en una población de menores con bajo nivel socioeconómico, reflejando datos significativamente desiguales con relación a los niveles de menores de la misma edad con un nivel socioeconómico medio-alto, con el agravante de que los tratamientos de caries en temporal, no están sufragados por el Sistema Nacional de Salud.³

Estos indicadores están recogidos desde el año 2005, por la Dirección General de Salud y Protección a los Consumidores de la Unión Europea, que desarrolló un Catálogo de Indicadores Esenciales de Salud Oral, permitiendo el análisis comparativo de los estados miembros.⁴

Estos datos evidencian la falta de educación para la salud, concretamente para la salud bucal. Es por ello, que se considera necesario destacar términos como la **Educación para la Salud** (EpS).

La **EpS** es un continuo aprendizaje a lo largo de la vida que comienza en la infancia. Según Castillo-Lizarro y colaboradores; "las principales estrategias orientadas a la creación de mejores condiciones de salud incluyen intervenciones dirigidas a la población infantil de edad escolar, ya que en la infancia se adquieren las actitudes y patrones de conducta que regulan la vida en la edad adulta".⁵ "es una oportunidad para lograr el aprendizaje, mejorar la alfabetización sanitaria de la población, incluida la mejora del conocimiento de la población en relación con la salud y el desarrollo de habilidades personales para el autocuidado de la salud individual y colectiva".⁶

Esta, es la base para el logro de los objetivos que plantea la **Promoción de la Salud**; educar para implantar conductas apropiadas, así como cambios de conductas nocivas, lograr un control de factores de riesgo de tipo conductual y así conseguir los objetivos apropiados para una buena salud, siendo el caso que nos ocupa; la salud bucal. "Representa una piedra angular de la atención primaria y es una función esencial de la Salud Pública".⁶

Dentro de la Promoción para la salud, se hace hincapié en la **salud bucal** entendiéndola como "parte integral de la salud general del niño. Los problemas más prevalentes en la edad preescolar son las alteraciones en el crecimiento y desarrollo bucodental, se desarrollan con hábitos orales incorrectos, patrones alimenticios inadecuados y adquisición tardía de la masticación".⁷

Esta problemática reflejada está englobada por la odontología, que hoy en día va muy encaminada hacia la prevención, dando gran importancia a **Educación para la Salud**. Para desarrollar esta labor es preciso que exista una estrecha colaboración odontólogo/a e higienista como equipo preparado para la

implementación de estos talleres. El papel del higienista cobra más fuerza en estos tiempos colaborando junto con el odontólogo/a para poder desarrollar en nuestras consultas una **odontología mínimamente invasiva** basada en la evidencia científica.⁸

JUSTIFICACIÓN:

Se considera que la población infantil es más susceptible a padecer caries, pudiéndose prevenir o reducir enseñando buenos hábitos alimenticios e higiénicos, impartidos en gran medida a través de programas educativos, el conocimiento adecuado de la higiene, ya que es el pilar fundamental para evitar estas enfermedades en los niños.⁹

Una de las principales labores en la práctica diaria en la **Unidad de Salud Bucodental (USBD)** en la consulta de **Atención Primaria (A.P)** consiste, en impartir talleres sobre salud bucodental, para que los niños adquieran la información y destrezas necesarias, y lograr un óptimo control de las técnicas de cepillado, así como adquirir conocimientos sobre las dinámicas de higiene y hábitos alimenticios saludables.

Uno de las poblaciones diana para promocionar salud oral, son los niños en etapa infantil. Es por ello, que las acciones se centran en **centros educativos**; lugares ideales para realizar promoción de la salud con el propósito de desarrollar estilos de vida saludable, actuando sobre educadores y familias. La escuela constituye la mayor fuerza socializante en la vida extrafamiliar del niño, la forma cómo interactúa con sus otros compañeros y maestros, influye en su desarrollo intelectual, social y personal.^{10,11}

Es importante centrarse en edades tempranas ya que es donde se comienzan a consolidar los hábitos y afianzar habilidades, siendo éstos fundamentales, para conseguir una buena salud bucodental, trabajando la prevención y así evitar futuras patologías dentales, las cuales influyen tanto en la calidad de vida, como rendimiento escolar.^{11,12} "es en la infancia donde se adquieren las actitudes y patrones de conducta que regulan la vida en la edad adulta"¹¹ se considera que la población infantil es más susceptible a padecer caries, pudiéndose prevenir o reducir enseñando buenos hábitos tanto alimenticios como higiénicos, impartidos en gran medida a través de programas educativos desarrollados e impartidos por parte de la **USBD**

Para conseguir una buena educación bucodental en infantes, durante años se han realizado presentaciones **Power Point**, así como **pequeños cortos comerciales** y **los fantasmas con cepillo o dibujos para colorear** han sido nuestras principales herramientas educativas para esta labor,

adaptándolas siempre a la edad del escolar.

En la búsqueda constante para llegar de la mejor forma posible, más actual y directa a la población vulnerable que se ha determinado, y renovar todos estos recursos, se ha realizado una búsqueda de nuevos materiales y didácticas que impliquen de forma más directa, participativa y visual a los alumnos, de forma que los talleres, no consistan solo en una charla, vídeo o exposición, sino que sea necesaria su colaboración. De esta forma se busca una interacción proactiva que motive a los escolares mediante la realización de actividades lúdicas relacionadas con la salud bucodental.

Las actividades de promoción y educación para la salud bucodental constituyen los cimientos fundamentales para la prevención de patologías bucodentales. La utilización de recursos educativos novedosos y lúdicos complementando las presentaciones o vídeos pueden favorecer la adquisición de conocimientos y reforzar hábitos saludables.

Adecuar estos recursos a las características del grupo al que va dirigida la actividad es fundamental, así como hacerlos atractivos e interesantes para los niños. Para ello se han de actualizar las actividades de educación para la salud.

Fomentar el juego y la participación activa del grupo, ayuda a crear un ambiente distendido donde a su vez se van introduciendo conceptos básicos y esenciales de salud bucodental.

Para ello, los juegos brindan una manera más fácil y rápida de aprender el correcto comportamiento que deben tener los niños y niñas para que puedan preservar y conservar por más tiempo sus dientes en boca.¹² Los beneficios hallados con la enseñanza basada en el juego, los podemos encontrar en diferentes planos como; **el plano emocional, psicológico, cognitivo, motriz y social**. La teoría del juego según Vygotsky ¹³, dice que el juego es constructivo porque a través de él, el niño forja su aprendizaje y su realidad social y cultural siendo una actividad emocional.

Por esta razón, las acciones que se van a elaborar, estarán centradas y justificadas en el juego, ya que es una herramienta donde los niños son más susceptibles para adquirir conocimientos.

Para realizar una buena educación para la salud nos vamos a centrar en esta ocasión en los métodos del **juego dirigido**, y **juego mutuamente dirigido**, es decir, vamos a orientar en cierto modo al escolar en las actividades que le proponemos.

OBJETIVOS:

- Conseguir que los escolares tengan conocimiento de la necesidad e importancia de tener una buena salud oral
- Dar a conocer y familiarizar al alumno con las distintas herramientas que debe usar para su higiene oral (cepillos dentales, seda dental, dentífrico...)
- Saber reconocer los hábitos que son perjudiciales para la salud oral, como succión digital, onicofagia, mordisqueo de bolígrafos...
- Habituar al escolar con el vocabulario relacionado con la boca
- Fomentar la adquisición de hábitos de higiene oral saludables diarios tanto en los centros educativos como en sus domicilios
- Diferenciar los alimentos que son buenos y perjudiciales en cuanto a salud oral y adquirir hábitos alimenticios saludables
- Distinguir alimentos dulces, salados, amargos
- Implementar un taller de salud bucodental para los escolares de nuestra área utilizando estos recursos
- Prevenir mediante actividades lúdicas, y desde edades tempranas la aparición de patologías como son caries, gingivitis

METODOLOGÍA:

Se ha revisado bibliografía en castellano y en inglés de los últimos diez años. Las bases de datos consultadas han sido Pubmed, Google Académico, Medline Plus, y Scielo. La búsqueda ha sido con palabras clave: educación, salud, promoción, prevención, educación, escolares, juegos....

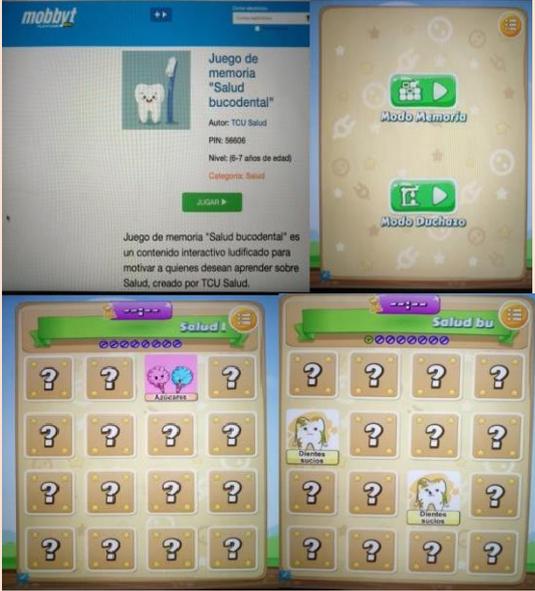
MATERIALES

Los distintos materiales empleados y juegos que vamos a utilizar son:

1. Juegos interactivos

El consumo digital está avanzando a gran velocidad conjuntamente con el avance de la tecnología y la afinidad de los niños con el material didáctico digital (4)

1.1. Juego de memoria (+6años)

| Objetivo | Actividad | Imágenes |
|---|---|---|
| <p>conseguir que el alumno se familiarice y reconozca distintos materiales relacionados con la salud bucodental</p> | <p>consiste en distintos niveles donde va aumentando la dificultad. Se destapa una imagen y hay que saber dónde está la pareja, ambas imágenes tienen que ser iguales.</p> <p>*Se requiere de móvil, ordenador o tablet</p> |  <p>https://mobbyt.com/</p> |

1.2. Azúcar oculto: (+10 años)

| Objetivo | Actividad | Imágenes |
|---|--|--|
| <p>concienciar al escolar de los perjuicios para la salud del consumo de alimentos con azúcares en edades tempranas</p> | <p>hay una lista de alimentos, al lado de cada uno se muestra lo que corresponde su contenido en azúcar, comparado con azucarillos</p> |  <p>sinazucar.org</p> |

2. Juegos caseros

Juegos clásicos pero adaptados a la salud bucodental, cuyo objetivo final es la de fomentar el cuidado de la higiene oral en los escolares, conocimiento del entorno y vocabulario relacionado con la cavidad bucal, alimentos, hábitos nocivos y beneficiosos para la salud oral.

2.1. **Coloco los dientes en la boca (+ 2 años)**

| Objetivo | Actividad | Imágenes |
|--|--|--|
| <p>desarrollar la propiocepción a nivel bucal es decir que el escolar sepa la posición de los dientes dentro de su boca, que sean conscientes de su propio cuerpo en este caso, dónde está situada la boca y dientes.</p> <p>además, aprender a diferenciar entre dientes y muelas</p> | <p>en una pizarra se coloca una cartulina roja en forma de boca, y unas cartulinas blancas con las formas de los dientes y muelas. El escolar deberá colocarlos dentro de la cartulina en forma de boca, se aprovechará para explicarle que los dientes sirven para cortar, las muelas para triturar</p> |  <p>Guadentis.com</p> |

2.2. **Me lavo los dientes (+5 años)**

| Objetivo | Actividad | Imágenes |
|--|--|--|
| <p>implantar al niño hábitos de higiene dental y trabajar a nivel motorico de miembros superiores, movimientos de lateralidad, izquierda/derecha</p> | <p>es un juego que podemos confeccionar con materiales sencillos</p> <ul style="list-style-type: none"> - Folios - Ceras o lápices de colores - Fundas de plastificar o porta hojas plastificadas - Plastificadora (opcional) - Rotulador de pizarra blanca - Cepillo de dientes <p>enseñar que los dientes sirven para cortar, las muelas para triturar</p> |  <p>www.guiainfantil.com</p> <p>www.aprendiendoconmontessori.com</p> |

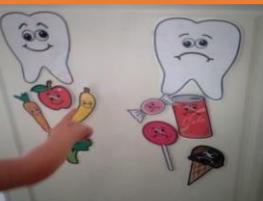
2.3. Voy a la compra (+7 años)

| Objetivo | Actividad | Imágenes |
|--|---|---|
| <p>saber diferenciar entre alimentos buenos y nocivos, para la salud de su boca, diferenciar alimentos salados, dulces...el objetivo consiste, en distinguirlos cuando vaya a la compra con un adulto. Saludables, no procesados (vegetales, frutas, carnes y pescados) con los elaborados</p> | <p>poner cuadrados con cartulinas con alimentos dulces, salados, saludables, no saludables... el escolar debe escoger de entre todas las cartulinas y meter en una cesta los alimentos que debe consumir para una buena alimentación, libre de azúcares</p> |  <p>lapsico-goloteca.blogspot.com</p> |

2.4. Diente contento. diente triste (+7 años)

| Objetivo | Actividad | Imágenes |
|--|---|---|
| <p>distinguir los alimentos que son buenos para la salud de sus dientes, tener conciencia de cuales son los alimentos que producen caries y los que no</p> | <p>dos cartulinas con un diente dibujado en grande, en una un diente feliz en la otra un diente triste, con recuadros en blanco alrededor, a parte, cuadrados de cartulinas con alimentos dulces, tanto frutas como golosinas y alimentos salados. ...el niño irá poniendo en los distintos recuadros blancos, las cartulinas con los dibujos, según crea que son, para que su diente esté feliz o triste</p> |  <p>https://es.paperblog.com/</p> |

2.5. Imanes

| Objetivo | Imágenes |
|--|--|
| <p>igual que la actividad anterior, pero los imanes son para el domicilio, por ejemplo en la nevera, para recordar y afianzar conocimientos adquiridos</p> |  <p>guadentis.com</p> |

2.6. Cepillo mis dientes(+8 años)

| Objetivo | Actividad | Imágenes |
|--|---|---|
| <p>los niños por norma general se cepillan los dientes por la cara vestibular, es decir la cara del diente que se ve, con esta maqueta lo que queremos reflejar es que un diente tiene tres caras y es necesario cepillarlas</p> <ul style="list-style-type: none"> - enseñaremos al escolar, técnicas de cepillado, apropiadas a su edad, el uso del hilo dental y limpieza de la lengua - motivarle en el cuidado de su salud bucal, que se creen buenos hábitos o modificar cuanto antes los malos <p><i>con esta actividad se trabaja también la percepción espacial, movimientos de motricidad fina y coordinación óculo - motora</i></p> | <ul style="list-style-type: none"> - Dos cartones de huevos 12 - Cartón - Pegamento caliente. - Tijeras. - Cartulinas. - Feltro de color rojo <p>con un cepillo de dientes enseñar al niño a cepillar todas las caras del diente, podemos aprovechar con esta actividad mediante un cordón, la utilidad e importancia del uso de la seda dental y limpieza de la lengua</p> |  <p>www.imageneseducativas.com</p> |

2.7. Triangulo alimentos saludables: (+10años)

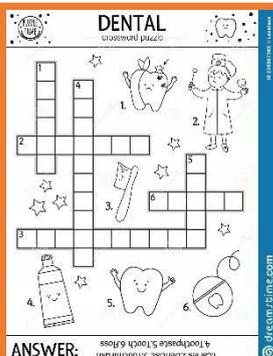
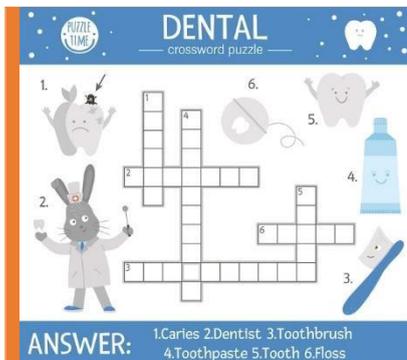
| Objetivo | Actividad | Imágenes |
|--|---|---|
| <p>dar una guía alimentaria, conocer los hábitos saludables, poniendo como objetivo una buena alimentación</p> | <p>enseñar la pirámide e ir explicando sus diferentes franjas</p> |  <p>www.sinazucar.org</p> |

2.8. El rosco / pasapalabra (+10 años)

| Objetivo | Actividad | Imágenes |
|---|---|---|
| <p>dar a conocer y familiarizar al escolar con el vocabulario referente al diente</p> | <p>distintas palabras que hay que averiguar, relacionadas con el tema dental, que comiencen por las distintas letras del abecedario empezando por la A, siguiendo en circulo en sentido a las agujas del reloj hasta la Z, se irá marcando con verde las palabras que se vayan acertando, y rojo las falladas, se pasa de letra si el alumno dice "pasa palabra", en la siguiente vuelta lo volverá a intentar. Gana el alumno que acierte más palabras en un periodo de tiempo, anteriormente estipulado. Se puede hacer por equipos</p> |  <p>aulachachi.wordpress.com</p> |

2.9. **Libro de actividades: (+8 años)**

Material complementario que se facilita a los centros educativos para reforzar los conocimientos adquiridos



<https://www.freepik.es/>

<http://losduendesyhadasdeludi.blogspot.com/>

3. **Juegos comerciales:**

3.1. **Rompecabezas**

| Objetivo | Actividad | Imágenes |
|--|---|----------|
| <p>entrenar la motricidad fina. Mejorar la coordinación óculo-motora. Aprender a asociar distintas piezas con otras, en nuestro caso el campo dental</p> | <p>Distintas piezas que encajan de manera correcta construyendo un dibujo que se muestra en papel</p> | |

3.2. **Pegatinas motivadoras**

| Objetivo | Actividad | Imágenes |
|---|-----------|----------|
| <p>refuerzo positivo de todo lo aprendido</p> | | |

DISCUSIÓN:

- Los conocimientos y las habilidades adquiridas en los alumnos mediante la utilización de estos recursos se muestran afianzados cuando vienen a nuestra consulta de revisión bucodental.
- Es necesario actualizar los materiales didácticos disponibles y adaptarlos a la edad y características de la población a la que va dirigida la actividad.
- La educación para la salud basada en actividades lúdicas y participativas se muestra como una herramienta útil y de fácil aplicación en los talleres de educación para la salud.

CONCLUSIÓN:

Dado que la odontología preventiva es la actual propuesta dentro del programa de Salud Bucodental, y se ha demostrado que la herramienta fundamental y certera es la Educación para la Salud, es necesario la creación de talleres de salud bucodental dentro de los centros educativos y comenzarlos a impartir a una edad temprana. El juego ha demostrado alcanzar un papel importante, ya que los escolares, aprenden jugando de manera más rápida que haciéndolo con métodos tradicionales, de ahí la necesidad de ir renovando los programas educativos de salud y, adecuarlos a la edad de los escolares a los que va dirigidos, de esta manera se estarán creando hábitos saludables, se enseñarán técnicas de cepillado, se familiarizará al escolar con el vocabulario dental, se le enseñará alimentación sana, en definitiva, se trabajará para conseguir una salud dental futura libre de patología. El papel del higienista en Educación para la Salud bucodental, cobra más fuerza, ampliándose el campo para ejercer ésta profesión, abriéndose una abanico de posibilidades para hacerse imprescindible, unidos con el/la odontólogo/a, para conseguir una meta conjunta, bajar la incidencia de caries en edad temprana en años futuros.

Referencias bibliográficas:

1. Palma C, Cahuana A, Gómez L. Guía de orientación para la salud bucal en los primeros años de vida. Acta Pediatr Esp. 2010; 68:351-7.
2. Banco de datos epidemiológicos SESPO. Barcelona: Sociedad Española de Epidemiología y Salud Pública Oral. (Consultado el 2/10/2022): Accesible en línea: [SESPO - Sociedad Española de Epidemiología y Salud Pública Oral | LIS | LIS-ES-PROF \(bvsalud.org\)](https://www.bvsalud.org/lis/lis-es-prof/)
3. Bravo Pérez M. et al. Encuesta de Salud Oral en España 2020. RCOE Noviembre 2020. Vol 25, nº 4. Accesible en línea: [Encuesta-de-Salud-Oral-en-España-2020.pdf \(sespo.es\)](https://www.sespo.es/encuesta-de-salud-oral-en-espana-2020.pdf)
4. Bourgeois DM, Llodra JC, Nordblad A, Pitts NB. Health Surveillance in Europe. A selection of essential oral health indicators. Lyon: European Commission. Health and Consumer Directorate – General. 2005.
5. Castillo-Lizardo J, Rodríguez-Moran M, Guerrero-Romero F. **El juego como alternativa para la en-**

- señanza de conceptos básicos de salud. Rev Panam Salud Pública. 2001;9(5):311-4
6. **La salud y sus determinantes, promoción de la salud y educación sanitaria** Health and its determinants, health promotion and health education Mario Alberto De La Guardia Gutiérrez1 , Jesús Carlos Ruvalcaba Ledezma2
 7. **Guía de orientación para la salud bucal en los primeros años de vida** C. Palma, A. Cahuana1 , L. Gómez2 Odontopediatra exclusiva. Profesora titular del Máster de Odontopediatría. Universidad de Barcelona. 1Pediatra. Médico-estomatólogo. Odontopediatra. Jefe de la Unidad de Odontopediatría. Hospital «Sant Joan de Déu». Barcelona. 2Pediatra especialista en Nutrición. Sección de Gastroenterología, Hepatología y Nutrición Pediátrica. Hospital «Sant Joan de Déu». Barcelona
 8. **La higienista dental en la sanidad pública** Varela Centelles, Pablo Odontólogo de Área. Centro de Salud “Praza do Ferrol”. Lugo. Martínez González, Andrés Médico de Familia. Centro de Salud de Serantes. Ferrol. A Coruña. Varela Centelles, Almudena Higienista Dental. Práctica privada
 9. **La educación para la salud bucal en edades tempranas de la vida** MEDISAN 2011; 15(10):1445
 10. **Eficacia del programa educativo lúdico “ aprendiendo a cuidar tu boca”** en escolares de la institución educativa MIGUEL GRAU 1,a 1,a 1,a Luis Ghezzi-Hernández , Carmen Reyes-Chinarro , Germán Chávez-Zelad
 11. Castillo-Lizardo J, Rodríguez-Moran M, Guerrero-Romero F. **El juego como alternativa para la enseñanza de conceptos básicos de salud.** Rev Panam Salud Pública. 2001;9(5):311-4
 12. **Creación de un juego como estrategia para desarrollar actividades de promoción en la salud bucal en escolares:** Volumen 2, N°4, Julio-Diciembre 2012 Depósito Legal: PPI201102ME3815 ISSN: 2244-8136 Copyright: © ULA 201
 13. Gallardo, J.A. & Gallardo Vázquez, P. Teorías sobre el juego y su importancia como recurso educativo para el desarrollo integral infantil. Hekademos: revista educativa digital, 2018

Webs consultadas:

- <https://chisdental.com/>
- www.gobiernodecanarias.org
- www.sinazucar.org
- aulachachi.wordpress.com
- www.imageneseducativas.com
- guadentis.com
- lapsico-goloteca.blogspot.com
- <https://www.guiainfantil.com>
- <https://www.aprendiendoconmontessori.com>
- <https://mobbyt.com/>
- <https://es.paperblog.com/>
- <https://www.freepik.es/>