



Hábitos de higiene oral en estudiantes de odontología

Diana Gabriela López-Cifuentes, Diana María Rodríguez-López *, Sheilla del Carmen Roa-González, Yolanda Morales-González, Johnny Raylander-Yamada, Teresita de Jesús Méndez-Quevedo.



*diarodriguez@uv.mx

Resumen

Introducción: Conocer los hábitos y prácticas de higiene oral de los estudiantes de odontología es relevante pues debido a sus actividades diarias en muchas ocasiones se descuidan los hábitos de higiene adecuados que son primordiales para la preservación de la salud, además de que los estudiantes de odontología deben ser promotores de salud. **Objetivo:** Conocer los hábitos de higiene oral en estudiantes de odontología. **Material y métodos:** Estudio descriptivo y transversal. Con una muestra de 360 estudiantes de odontología seleccionados a conveniencia durante el periodo septiembre-noviembre 2020. Se aplicó un instrumento validado, a través de un formulario digital para determinar los hábitos de higiene oral de los estudiantes de odontología mediante cualquier dispositivo electrónico enviado por correo institucional o vía WhatsApp. Integrado por 13 ítems de opción múltiple sobre los hábitos más frecuentes que los estudiantes practican. **Resultados:** Del total de estudiantes de odontología que fueron evaluados para este estudio se determinó que el 65.6% cepillan sus dientes tres veces al día o más; el 31.9% de los estudiantes utiliza hilo dental una vez al día; el 22.5% utiliza enjuague bucal dos veces al día y el 48.1% visitó al odontólogo profesional hace menos de seis meses. **Conclusiones:** Los estudiantes de odontología presentan buenos hábitos de cepillado dental y visitas con el odontólogo. Sin embargo, se deben intensificar dichos hábitos recalcando que serán principales promotores de salud bucal en sus pacientes y en la población en general.

Palabras clave: Hábitos, higiene oral, estudiantes, odontología.

Abstract

Introduction: Knowing the habits and practices of oral hygiene of dentistry students is relevant because due to their daily activities, adequate hygiene habits are often neglected, which are essential for the preservation of health, in addition to the fact that dentistry students must be health promoters. **Objective:** Know the oral hygiene habits in dentistry students. **Materials and methods:** Descriptive and cross-sectional study. With a sample of 360 Dentistry students selected at convenience during the period September-November 2020. A validated instrument was applied, through a digital form to determine the oral hygiene habits of dentistry students through any electronic device sent by mail. institutional or via WhatsApp. Composed of 13 multiple-choice items on the most frequent habits that students practice. **Results:** Of the total number of dentistry students who were evaluated for this study, it was determined that 65.6% brush their teeth three times a day or more; 31.9% of students use dental floss once a day; 22.5% use mouthwash twice a day and 48.1% visited the professional dentist less than six months ago. **Conclusions:** Dentistry students have good tooth brushing habits and visits to the dentist. However, these habits must be intensified, emphasizing that they will be the main promoters of oral health in their patients and in the general population.

Keywords: Habits, oral hygiene, students, dentistry.

Introducción

Las patologías bucales tienen alta prevalencia en la población mexicana. La salud oral de forma integral se puede obtener mediante el desarrollo de un apropiado cepillado dental diario y complementándolo con el uso de auxiliares de higiene bucal como el enjuague e hilo dental y las visitas cotidianas con el odontólogo. La placa dentobacteriana es el principal factor desencadenante de enfermedades bucales como la caries dental y enfermedad periodontal. (Espinoza Santander, et al 2010).

La vida de los universitarios conlleva cambios en el estilo de vida del alumno que implica desde la alimentación, el sueño y también los hábitos de higiene oral. El cambio de un horario regular y de rutina a actividades que deben ser organizadas en tiempos determinados exigen acciones extra, se presenta con más frecuencia en estudiantes correspondientes a las ciencias de la salud, ya que sus actividades clínicas se complementan con sus actividades académicas regulares, que con frecuencia impide que en muchas ocasiones se produzca la poca o nula ingesta de alimentos debido al poco tiempo disponible así como que no se efectúen las prácticas de aseo bucal. (Alvear et al., 2019).

Existen factores como el horario de sus actividades académicas regulares, actividades clínicas y laborales que conforman su vida diaria, lo que podría influir en que no se lleve a cabo una buena práctica de higiene oral. (Alvear et al., 2019).

Opuesto a lo que se pensaría acerca de que los estudiantes de odontología, en donde un componente básico de su plan de estudios sea el aprendizaje de manera primordial en la higiene oral, sea esta en contraparte una práctica obviada por ellos mismos. Entiéndase esto como tener una calidad de salud bucal deficiente siendo que ellos debieran ser un ejemplo para seguir por sus pacientes. Aunado a ello, saber que, derivado de las enfermedades orales, el estado general de las personas se pudiera ver disminuido será necesarios hallar un equilibrio entre un adecuado estilo de vida saludable y una mejor práctica de Hábitos de Higiene Oral, (Diaz A et al., 2014).

Con esta investigación se desea lograr que los estudiantes de odontología engendren conocimientos novedosos sobre los hábitos de higiene oral, su correcta aplicación y práctica, con un enfoque a retraer y aventajar las malas prácticas de higiene oral, cimentando a su vez la generación de salud bucodental y una mudanza hacia los buenos hábitos de la población en general.

Materiales y métodos

Estudio transversal, descriptivo. El tamaño de la muestra fue de 360 estudiantes de odontología de todos los semestres seleccionados a conveniencia durante el periodo septiembre-noviembre 2020 a los cuales se les aplicó un instrumento validado mediante un formulario digital en Google formularios para determinar los hábitos de higiene oral en estudiantes de odontología el cual se aplicó a través de cualquier dispositivo electrónico, este se compartió de forma electrónica a través del correo institucional o por vía WhatsApp. Dicho instrumento está integrado por 13 ítems divididos en dos secciones de opción múltiple; hábitos de higiene oral, como frecuencia de cepillado, uso de auxiliares de higiene bucal, visitas al odontólogo, uso de enjuague bucal y uso de hilo dental y características sociodemográficas. Los hábitos de higiene oral se obtuvieron a través de la frecuencia que los estudiantes practican de la siguiente manera: Tres veces al día, dos veces al día, una vez al día, ocasionalmente, no todos los días y nunca. Los datos obtenidos fueron vaciados en una matriz de datos del programa Microsoft Office Excel para su análisis y representación de gráficas y tablas.

Resultados

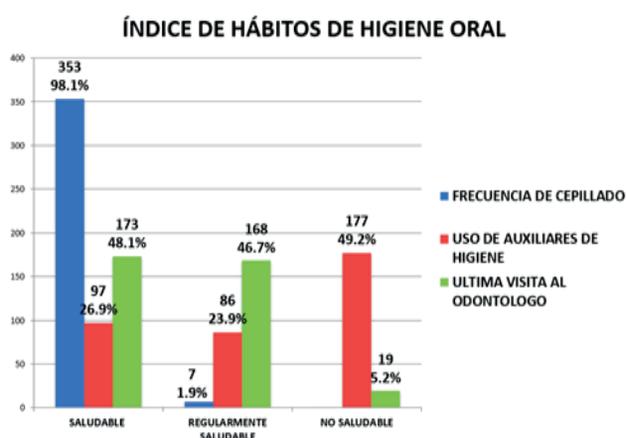
De los 360 estudiantes de odontología que integraron la población de estudio 247 (68.6%) fueron mujeres y 113 (31.4%) fueron varones.

En cuanto al uso de auxiliares de higiene bucal 49 (13.6%) indican que se nunca usan auxiliares de higiene bucal, 128 (35.6%) de forma ocasional, 86 (23.9%) una vez al día, 72 (20%) dos veces al día y 25 (6.9%) tres veces al día o

más. De acuerdo con la frecuencia de cepillado dental 7 (1.9%) de los estudiantes se cepillan una vez al día, 117 (32.5%) dos veces al día y 236 (65.6%) tres veces al día o más.

Respecto al uso de hilo dental 26 (7.2%) nunca a usan el hilo dental, 143 (39.7%) lo usa de forma ocasional, 115 (31.9%) lo usa una vez al día, 62 (17.2%) lo usa dos veces al día y 14 (4%) lo usa tres veces al día o más. En cuanto al uso de enjuague bucal 49 (13.6%) nunca usa enjuague bucal, 139 (38.65%) lo usa de forma ocasional, 70 (19.4%) lo una vez al día, 81 (22.5%) lo usa dos veces al día y 21 (5.8%) lo usa tres veces al día o más.

En cuanto a los hábitos saludables la frecuencia de cepillado fue el más alto 353 (98.1%), seguido de las visitas periódicas al odontólogo 173 (48.1%) y finalmente el uso de auxiliares de higiene bucal 97 (26.9%). En la categoría de hábitos regularmente saludables el más alto fue la visita con el odontólogo con 168 (46.7%) seguido de uso de auxiliares de higiene oral con 86 (23.9%) y finalmente la frecuencia de cepillado con 7 (1.9%). Finalmente, de acuerdo con los hábitos no saludables el más alto fue uso de auxiliares de higiene oral con 177 (49.2%) seguido de la visita con el odontólogo con 19 (5.2%).



Grafica 1: Índice de Hábitos de Higiene Oral
Fuente propia

Discusión

En el estudio hábitos de higiene oral en los estudiantes de odontología en la Universidad de Chile realizado por Espinosa S, et al 2010.

Cuyo objetivo fue describir la proporción de estudiantes de odontología de la Universidad de Chile con hábitos de higiene oral saludables según sexo, nivel socioeconómico y años de estudios.

En cuanto a las practicas presentadas se observó que casi todos los estudiantes presentaron una frecuencia de cepillado saludable con un porcentaje de 98% que a diferencia de esta investigación donde presentaron una menor frecuencia de cepillado dental de dos veces al día con un porcentaje de 32.5%. Respecto al uso de hilo dental, observaron que este hábito se presentó en un mayor porcentaje como una práctica no saludable (62.7%) ya que la minoría lo utilizaba a diario una vez día. Así mismo comparado con esta investigación, la frecuencia de uso de hilo dental utilizado una vez al día fue menor con un porcentaje de 31.9%. En cuanto a las visitas cotidianas con el odontólogo hace menos de un año notaron que un alto porcentaje (74%) lo había realizado y con esta investigación el porcentaje la frecuencia de visita al odontólogo fue mucho más baja (11.1%).

Conclusiones

Los estudiantes de odontología presentan hábitos saludables de higiene oral, especialmente en cuanto a la frecuencia de cepillado dental y las visitas periódicas al odontólogo. Sin embargo, existe un alto índice de estudiantes que no usan auxiliares de higiene bucal o lo usan únicamente de forma ocasional. Se debe reforzar las estrategias educativas de salud oral durante el proceso de formación académica ya que ellos son los futuros promotores de salud y prevención en la población.

Referencias bibliográficas

Colimba, A. y Abigail, D. (2019). Hábitos de higiene bucal en los estudiantes que realizan sus prácticas preprofesionales en la Facultad de Odontología de la UCE . Quito: UCE.

Díaz, A., Tinoco Suárez, M. (2014). Hábitos De Higiene Oral En La Población Estudiantil De La Facultad De Odontología De La Universidad De Cartagena , E. y.

García Laguna, DG, García Salamanca, GP, Tapiero Paipa, YT, & Ramos C., DM (2012). Determinantes de los estilos de vida y su implicación en la salud de los jóvenes universitarios. *Hacia la promoción de la salud*. <https://repository.urosario.edu.co/handle/10336/14469?show=full>

Isidro de Jesús Nápoles González, I., Collazo, MEF, Salas, AMN, & Beato, PJ (2015). Evolución histórica del cepillo dental. *Revista cubana de estomatología*, 52 (2), 77. <http://www.revestomatologia.sld.cu/index.php/est/article/view/289>Guía

Labra, M. y Alejandra, K. (2015). Influencia de la formación odontológica en los hábitos de higiene bucal de los estudiantes de 1° y 6° año de odontología, Universidad Andrés Bello: Sede Concepción 2015. Universidad Andres Bello.

Oral H. Guía de práctica clínica en salud oral 2010 [Internet]. Gov.co. [citado el 22 de noviembre de 2020]. Disponible en: <http://www.saludcapital.gov.co/DSP/Documentos%20Salud%20Oral/Gu%C3%ADa%20de%20Pr%C3%A1ctica%20Cl%C3%ADnica%20en%20Salud%20Oral%20-%20Higiene%20Oral.pdf>

Ortiz de Lejarazu D, Luaces D, Ferrero D, Rodríguez S, Bonafont D, Rozas D. Libro blanco de la higiene diaria [Internet]. Faros.hs-jdbcn.org. 2020 [cited 22 November 2020]. Available from: <https://faros.hs-jdbcn.org/adjuntos/1980.1-Libro-Blanco-de-la-Higiene-diaria.pdf>

Pérez-Bejarano, N. M., De Odontología, F., Ferreira-Gaona, M. I., Vs, A.-G., Díaz-Reissner, C. V., & Arce-Mena, M. M. (2016). Comparación del tiempo de cepillado de la técnica habitual con la técnica de Bass en estudiantes de Odontología. *Mem Inst Investig Cienc Salud*, 14(3), 81–85.

Santander, E., Poblete, M., Molina, L., & Cifuentes, U. (s/f). Uchile.cl. Recuperado el 2 de julio de 2022, de <https://repositorio.uchile.cl/bitstream/handle/2250/123530/Es-pinoza2010a.pdf?sequence=1>

Sánchez, j. y Edwin, h. (2017). Hábitos y nivel de higiene oral en alumnos del primer ciclo de la carrera de odontología de la universidad privada Norbert Wiener, lima 2016. Universidad privada Norbert Wiener.

Sánchez-Ojeda, M. A., & De Luna-Bertos, E. (2015). Healthy lifestyles of the university population. *Nutricion hospitalaria: organo oficial de la Sociedad Espanola de Nutricion Parenteral y Enteral*, 31(5), 1910–1919. <https://doi.org/10.3305/nh.2015.31.5.8608>