

DIETA Y HÁBITOS DE HIGIENE BUCAL ASOCIADOS CON LA PRESENCIA DE CARIES DENTAL EN POBLACIÓN PREESCOLAR

DIET AND ORAL HYGIENE HABITS ASSOCIATED WITH THE PRESENCE
OF DENTAL CARIES IN PRESCHOOL POPULATION

Luz Maria Valentina Dueñas-Noriega*, Celia Elizabeth Luna-Pacheco, Francisco Luna-Pacheco,
Alfredo Salazar-De Santiago, Rosa María Martínez-Ortiz, Jesús Andrés Tavizón-García

Unidad Académica de Odontología, Universidad Autónoma de Zacatecas, México.

Correo electrónico: *noriegavalentina3@gmail.com



Resumen

La Organización Mundial de la Salud ha definido la caries dental como un proceso localizado de origen multifactorial que se inicia después de la erupción dentaria, determinando el reblandecimiento del tejido duro del diente y que evoluciona hasta la formación de una cavidad. **Objetivo:** Analizar la dieta y hábitos de higiene bucal asociados con la presencia de caries dental en población preescolar. **Metodología:** Descriptiva, observacional y transversal. La muestra incluyó 173 niños en edad preescolar, se incluyó el uso de historias clínicas para el procesamiento de éstos, el análisis de datos se realizó en Excel 2019(17.0). **Resultados:** El 41% de los niños evaluados tenía 5 años de edad. El 90% de los preescolares de 3 años presentaban una dentición sana en comparación con los niños de 4 años (60% sanos) y 5 años (47% sanos). El 30% de los niños de 5 años y el 20.6% de los de 4 años fueron diagnosticados con caries de segundo grado. Los factores principales asociados a la presencia de caries dental incluyeron la falta de cepillado (40%), el consumo frecuente de dulces, carbohidratos y bebidas azucaradas (35%), así como un cepillado inadecuado, limitado a 1 o 2 veces al día (25%). **Conclusión:** El estudio muestra que la caries dental es un problema común en la población preescolar. Esta alta prevalencia destaca la importancia de abordar la salud bucal desde edades tempranas con la finalidad de prevenir afecciones bucodentales a corto y/o largo plazo.

Palabras clave: Dieta, higiene bucal, caries, preescolares.

Abstract

The World Health Organization has defined dental caries as a localized process of multifactorial origin that begins after tooth eruption, determining the softening of the hard tissue of the tooth and evolving until the formation of a cavity. **Objective:** Analyze the diet and oral hygiene habits associated with the presence of dental caries in the preschool population. **Methodology:** Descriptive, observational and cross-sectional. The sample included 173 preschool-age children, as the use of medical records was included for the processing of these; the data analysis was carried out in Excel 2019 (17.0). **Results:** 41% of children evaluated were 5 years old. 90% of 3-year-old preschoolers had healthy teeth compared to 4-year-olds (60% healthy) and 5-year-olds (47% healthy). 30% of 5-year-olds and 20.6% of 4 year-olds were diagnosed with second-degree caries. The main factors associated with the presence of dental caries included lack of brushing (40%), frequent consumption of sweets, carbohydrates and sugary drinks (35%), as well as inadequate brushing, limited to 1 or 2 times a day (25%). **Conclusion:** The study shows that dental caries is a common problem in the preschool population. This high



prevalence highlights the importance of addressing oral health from an early age in order to prevent short-and/or long-term oral conditions.

Key words: Diet, oral hygiene, caries, preschoolers.

Introducción

La Organización Mundial de la Salud ha definido la caries dental como un proceso localizado de origen multifactorial que se inicia después de la erupción dentaria, determinando el reblandecimiento del tejido duro del diente y que evoluciona hasta la formación de una cavidad (Palomer, 2006). El término de caries de la infancia temprana (CIT) se emplea para describir la presencia de una o más superficies cariadas, perdidas u obturadas en cualquier diente deciduo en un niño menor de seis años (Díaz, *et al*, 2020).

La CIT puede causar un mayor riesgo de nuevas lesiones de caries tanto en la dentición primaria como en la permanente, afectando la salud bucal de por vida. La Organización Mundial de la Salud (OMS) mencionó que la CIT es un problema de salud pública de alta prevalencia a nivel mundial (Zou, *et al*, 2022). Afecta a casi la mitad de los niños en edad pre- escolar. Informes mundiales recientes muestran que la salud bucal no ha mejorado en los últimos 25 años y se estima que 573 millones de niños tenían caries dental no tratada en los dientes primarios en 2015 (Uribe *et al.*, 2021).

Los padres de familia tienen la creencia de que los dientes temporales no necesitan cuidados ya que se caerán. Sin tener en cuenta que los dientes temporales cariados pueden llegar a desarrollar infecciones provocando alteraciones en la cronología de la exfoliación y afectar el desarrollo de las estructuras óseas. Las afecciones secundarias pueden ser de tipo fonética, gastrointestinal y físico-social (Carlos y Saucedo, 2020).

La relevancia de la presente investigación reside en que la presencia de caries en la dentición primaria de los niños está estrechamente relacionada con un mayor riesgo de desarrollar múltiples caries y requerir restauraciones en la dentición permanente durante la adultez. En este contexto, el estudio busca aportar conocimientos que permitan identificar patrones alimenticios y de higiene oral que predisponen a los niños a desarrollar caries, con el fin de diseñar estrategias preventivas y educativas eficaces. Esta investigación pretende no solo establecer la correlación entre estos factores, sino también generar una mayor conciencia sobre la importancia de una alimentación adecuada y de la implementación temprana de rutinas de

higiene oral para mejorar la salud bucal en etapas clave del desarrollo infantil.

Se busca disminuir la caries en la infancia temprana y promover la educación en salud bucal, para lograr esto, se deben implementar intervenciones educativas que incluyan la enseñanza de técnicas adecuadas de higiene oral, el fomento de hábitos alimentarios saludables y la capacitación de los padres y cuidadores en la prevención de la caries. La colaboración entre profesionales de la salud, es crucial para la detección temprana y el tratamiento preventivo con el fin de generar un impacto sostenible a largo plazo.

Este enfoque integral puede no solo mejorar la salud oral de los niños, sino también reducir las tasas de caries en edades posteriores, contribuyendo a una mejor calidad de vida y bienestar general. Las instituciones representan un entorno óptimo para la implementación de programas de educación en prevención de caries, dado que proporcionan un espacio de interacción constante con los niños. En este contexto, no solo se permite el acceso directo a una población clave en la prevención de la caries, sino que también facilitan la integración de prácticas saludables dentro de la rutina diaria. Al fomentar la participación de docentes, personal escolar y padres, se puede establecer un enfoque educativo integral que promueva el desarrollo de hábitos de higiene bucal desde edades tempranas, contribuyendo así a la reducción de la incidencia de caries.

La presente investigación tiene como objetivo analizar la dieta y hábitos de higiene bucal asociados con la presencia de caries dental en población preescolar.

Metodología

Se trata de un estudio de tipo descriptivo, observacional y transversal. La población estuvo conformada por niños en edad preescolar que participan en el programa

CLIJANI (Clínica de Jardín de Niños). Se incluyeron preescolares de ambos sexos, con edades comprendidas entre los 3 a 5 años, que formaban parte del programa, de septiembre de 2023 a abril de 2024. Fueron excluidos aquellos niños que no estaban inscritos en CLIJANI, así como aquellos que no cooperaron durante el proceso, cuyos padres no otorgaron autorización, o que dejaron de asistir al Jardín de Niños. Además, se eliminaron los registros de historias clínicas incompletas o incorrectamente llenados. El diseño de la muestra fue no probabilístico por conveniencia, obteniéndose un total de 173 preescolares pertenecientes al programa CLIJANI de la UAO/UAZ. Las variables evaluadas fueron la dieta y los hábitos de higiene bucal (frecuencia del cepillado dental).

El instrumento de recolección de datos incluyó el uso de historias clínicas. El enfoque principal del análisis se centró en determinar el grado de afectación por caries según su profundidad o tejido dañado en cada niño evaluado, lo que permitió obtener una visión integral del estado de salud bucal, así como una serie de preguntas a padres de familia que incluía la frecuencia del cepillado y los alimentos cariogénicos consumidos con mayor frecuencia por los niños. Se obtuvo el consentimiento informado de los padres o tutores legales, garantizando que están al tanto del procedimiento y su propósito. Los datos fueron recopilados por pasantes asignados quienes inspeccionaron la cavidad bucal en cada uno de los Jardines de Niños participantes: Tilloli, Juan Escutia, Miguel Ramos Arizpe, Jyasu, Progreso, José Martí, Niños Héroes de Chapultepec, Vega de Luévano y Leona Vicario. Posteriormente, los resultados obtenidos se analizaron mediante gráficos elaborados en Excel 2019 (versión 17.0).



Resultados

Se recopilaron un total de 173 historias clínicas de preescolares entre 3 y 5 años de edad, provenientes de 9 Jardines de Niños de la UAO/UAZ. La muestra incluyó tanto a niños como a niñas, y el análisis se centró en evaluar la relación entre el tipo de dieta y los hábitos de higiene bucal con el grado de caries dental presente, determinado de acuerdo con la profundidad o el tejido afectado. Además, se identificaron las edades más susceptibles a la aparición de caries, basándose en los datos obtenidos de las historias clínicas analizadas.

El análisis de la población preescolar reveló que el 41% de los niños evaluados tenía 5 años de edad. En cuanto a la salud bucal, se observó que el 90% de los preescolares de 3 años presentaban una dentición sana, siendo este el grupo con la menor incidencia de caries en comparación con los niños de 4 años (60% sanos) y 5 años (47% sanos), quienes mostraron una mayor afectación por caries dental. En particular, el 30% de los niños de 5 años y el 20.6% de los de 4 años fueron diagnosticados con caries de segundo grado, mientras que las caries de primer y tercer grado se presentaron en proporciones menores. Según las historias clínicas analizadas, los factores principales asociados a la presencia de caries dental incluyeron la falta de cepillado (40%), el consumo frecuente de dulces, carbohidratos y bebidas azucaradas (35%), así como un cepillado inadecuado, limitado a 1 o 2 veces al día (25%). Estos resultados destacan la importancia de los hábitos de higiene bucal y la dieta en la prevención de caries en la población preescolar.

Discusión

Los resultados de este estudio muestran que la prevalencia de caries dental

aumenta con la edad, siendo los niños de 3 años los menos afectados (90% sanos) en comparación con los de 4 y 5 años. Esta progresión puede deberse a una exposición más prolongada a dietas ricas en azúcares y a hábitos de higiene bucal deficientes. La alta incidencia de caries de segundo grado en niños de 4 y 5 años subraya la necesidad de una intervención temprana para prevenir su avance.

Márquez *et al.*, (2023), señala, que el consumo de jugos podría estar asociado con la caries dental. Y el consumo excesivo de azúcares y bebidas azucaradas fue del 35%.

Dentro del contexto Salinas (2023), en su estudio realizado, se observaron valores más altos en niños quienes no se cepillaban los dientes según las recomendaciones de la OMS.

Por lo que, los principales factores asociados a la presencia de caries incluyen la falta de cepillado dental (40%), así como un cepillado inadecuado y limitado a 1 o 2 veces al día (25%) según las historias clínicas.

Según Robalino *et al.*, en el año 2021, en su estudio sobre caries dental en la primera infancia asociada a alimentos cariogénicos, el alto consumo de sacarosa influye de forma elevada en la caries dental en la primera infancia. Esta se hace más evidente en edades infantiles donde los hábitos de cepillado, forma de cepillado y responsabilidad no son adecuados, tanto para el mantenimiento de una adecuada higiene bucal como en la eliminación del consumo de alimentos con un alto consumo de sacarosa y alimentos cariogénicos.

La elevada proporción de caries de segundo grado en niños de 5 años (30%) y 4 años (20.6%) es un indicativo precoz

pante de la progresión de esta enfermedad, la cual avanza desde la superficie del esmalte hasta las capas más profundas de los dientes si no se interviene a tiempo. La mitad del valor que reportó (Escobar y Ramírez 2020).

Esto resalta la importancia de promover tanto buenos hábitos de higiene como una dieta equilibrada desde edades tempranas, ya que puede tener repercusiones significativas en la salud bucal a lo largo de la vida.

Conclusión

El presente estudio ha permitido un análisis exhaustivo de la dieta y los hábitos de higiene bucal en relación con la presencia de caries dental en la población preescolar. Los hallazgos indican que existe una correlación significativa entre el consumo de azúcares y la frecuencia de cepillado dental con la incidencia de caries en los niños evaluados. Se observó que aquellos preescolares con dietas ricas en azúcares y hábitos de higiene bucal deficientes presentan una mayor prevalencia de caries, lo que resalta la necesidad de implementar estrategias de prevención efectivas. La identificación de estas relaciones subraya la importancia de fomentar hábitos saludables desde edades tempranas. La educación en salud bucal dirigida a padres y educadores, así como la implementación de programas preventivos en las instituciones educativas, son cruciales para mitigar el riesgo de caries en esta población vulnerable.

La caries dental es un problema frecuente en la población preescolar. Esta alta prevalencia destaca la importancia de abordar la salud bucal desde edades tempranas para prevenir futuros problemas dentales con la finalidad de prevenir afecciones bucodentales a corto y/o largo plazo. Por lo tanto, se recomienda el desarrollo de intervenciones educativas que promuevan una dieta equilibrada y técnicas adecuadas de

higiene bucal. Además, futuras investigaciones deberían explorar de manera más profunda los factores sociodemográficos, ambientales, el nivel de conocimiento de padres de familia, que influyen en la salud dental de los niños, así como la efectividad de las intervenciones propuestas. Estos esfuerzos contribuirán a mejorar la salud bucal en la infancia y a sentar las bases para una vida adulta sin caries.

Referencias bibliográficas

Carlos-Sánchez, M.D., Saucedo-Reyes, R. (2021). Unidad Académica de Odontología (UAO) de la Benemérita Universidad Autónoma de Zacatecas (BUAZ), Higiene oral en preescolares del jardín de niños "Zacatecas". Contexto Odontológico. 11(21) ISSN: 2007-3461 <https://revistas.uaz.edu.mx/index.php/contextoodontologico/article/view/1121>

Diaz-Guallory, C. et al. (2020). Early Childhood Caries: IAPD Bangkok Declaration. Int J Paediatr Dent. Revista de Odontopediatría Latinoamericana. 384-386. <https://backup.revistaodontopediatria.org/ediciones/2020/1/art-1/>

Escobar-Paucar G., y Ramírez-Puerta, B.S. (2020). Patrón de caries dental en niños de 3-5 años de un Hogar infantil. Medellín, Colombia. Revista Nacional de Odontología. 16(2), 1-14. doi: <https://doi.org/10.16925/2357-4607.2020.02.03>

Márquez-Pérez, K., Zúñiga-López, C. M., Torres Rosas, R., & Argueta-Figueroa, L. (2023). Reported prevalence of dental caries in Mexican children and teenagers. Revista médica del instituto mexicano del seguro social, 61(5), 653-660. <https://doi.org/10.5281/zenodo.8316465>

Palomer R, L. (2006). Caries dental en niños: una enfermedad contagiosa. Revista Chilena de Pediatría, 77 (1), 56-60. <https://dx.doi.org/10.4067/S0370-41062006000100009>



Robalino-Tello, A. B. (2021). Caries dental en la primera infancia asociada a alimentos cariogénicos: una revisión de literatura. Universidad Hemisferios, Ecuador, p 177-187. <https://maestroysociedad.uo.edu.cu/index.php/MyS/article/view/5455>

Salinas-Goodier, C., Camaño-Carballo, L., Arriciaga-Cruz, G. D. (2023) Asociación entre caries dental y el estado nutricional en niños de 2 a 5 años, repositorio institucional uniandes, (tesis) 24 páginas. <https://dspace.uniandes.edu.ec/bitstream/123456789/16281/1/UA-ODO-EA-C-036-2023.pdf>

Uribe, S., Maldupa, I., y Innes, N. (2021). La prevalencia global de la caries en la primera infancia: una revisión sistemática con metanálisis. 31(6). <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/ipd.12783>

Zou J, Du Q, Ge L, Wang J, Wang X, Li Y, Song G, Zhao W, Chen X, Jiang B, Mei Y, Huang Y, Deng S, Zhang H, Li Y, Zhou X. (2022). Expert consensus on early childhood caries management. *Int J Oral Sci.* 14 (1) : 3 5 . d o i : 10.1038/s41368-022-00186-0. PMID: 35835750; PMCID: PMC9283525.