



UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO

FACULTAD DE ODONTOLOGÍA

CONOCIMIENTOS QUE TIENEN LOS ALUMNOS DE
1^{ER} INGRESO EN RELACIÓN A LOS MITOS EN
ODONTOLOGÍA Y EL AUTOCUIDADO DE HIGIENE
BUCAL; F. O. 2005

T E S I N A

QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE
CIRUJANA DENTISTA

P R E S E N T A :

WENDY PATRICIA VARGAS MURRIETA

VARGAS

DIRECTOR: C. D. JESÚS MANUEL DÍAZ DE LEÓN AZUARA
ASESORA: C. D. MARÍA ELENA NIETO CRUZ

MÉXICO D. F.

2005

m349831

AGRADECIMIENTOS

*En primer lugar a Dios; por permitirme formar parte de esta vida,
por ser mi protección, guardarme de la angustia y por infundirme
anhelos de esperanza, pero sobre todo por permitirme seguir con vida.*

**A TI DIOSITO, GRACIAS
POR ESTE MARAVILLOSO MOMENTO**

A MI MADRE.

*Por ser el pilar más importante en mi vida, por impulsarme día a día
a seguir adelante, y en los momentos de desesperanza siempre ha existido
una palabra de aliento, fuerza y dulzura, porque a pesar de todos mis errores
y tropiezos, siempre ha estado tu mano aquí en mi corazón.
Por tantas y tantas cosas que me has dado y por creer en mi siempre.*

GRACIAS MAMITA. TE AMO

A MI ENANITO.

*Por ser la personita más tierna y más valiente, y quien me ha enseñado
a luchar por la vida, a pesar de tu corta edad. Por que tú eres el mejor
ejemplo para todos nosotros de fortaleza y consistencia, y por que tu
eres uno de los motivos para que yo siga adelante.*

A TI BRYAN, GRACIAS. TE AMO

A TI LALO

*Ya que sin tu apoyo incondicional, no hubiera sido posible
cumplir este que es uno de mis sueños y metas más importantes
de mi vida. Por enseñarme a dar, sin recibir nada a cambio, por
darme tu mano cuando más la he necesitado, por aconsejarme en los momentos
que sentí que ya no podía seguir adelante, y ser mi ejemplo de superación,
Por estar a mi lado y creer en mí.*

MUCHAS GRACIAS. TE AMO.

A MI PADRE Y MIS HERMANAS.

*Que a pesar de estar distanciados, espero vivir en su corazón,
como ustedes viven en el mío.*

LOS QUIERO

A MI TIA LETY

*Que me apoyo a seguir adelante con este proyecto,
por escucharme y darme una palabra de aliento.*

GRACIAS LETY

A LA UNAM

*Por brindarme la oportunidad de pertenecer
a la Facultad de Odontología y así formarme
y concluir una carrera profesional.*

AL C.D. JESÚS DÍAZ DE LEÓN

*Por que gracias a su atención y apoyo que me brindo
pude realizar esta tesina.*

PATY

ÍNDICE

INTRODUCCIÓN	1
1. ANTECEDENTES	2
1.1 Conceptos	2
1.1.1 Mito	2
1.1.2 Higiene Bucodental	2
2. ANTECEDENTES HISTÓRICOS	3
3. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	36
4. JUSTIFICACIÓN	37
5. OBJETIVOS	38
5.1 General	38
5.2 Específicos	38
6. METODOLOGÍA	39
6.1 Materiales y Métodos	39
6.2 Tipo de Estudio	39
6.3 Población de Estudio	39
6.4 Muestra	40

6.5 Criterios de Inclusión	40
6.6 Criterios de Exclusión	40
7. VARIABLES	41
7.1 Dependiente	41
7.2 Independiente	41
7.3 Conceptualización de las Variables	41
8. ANÁLISIS DE LA INFORMACIÓN	42
9. RESULTADOS	46
10. CONCLUSIONES	63
FUENTES DE INFORMACIÓN	64
ANEXOS	67

INTRODUCCIÓN

El tema sobre mitos en la odontología; tiene muy pocas fuentes, ya que hoy en día se basan más por la ciencia que por las creencias de nuestros antepasados, pero si no hubiera sido realmente por los mitos de nuestros padres y nuestros abuelos; nunca hubiéramos creído en tantas y tantas ideas tan bellas en nuestra infancia, además de que debemos tener en cuenta que muchas de las plantas medicinales que se empleaban antes para el alivio de algún dolor dental eran realmente eficaces y buenos en los tiempos en donde aún no habían en el mercado medicamentos y la facilidad de visitar un doctor o un odontólogo.

Quizás existen muchos mitos erróneos que también pueden afectar nuestra salud y muchos más que solo quedaron como supuesta realidad, pero estos mitos son parte de nuestros antepasados y aún en la actualidad muchos miembros de nuestras familias siguen creyendo en ellos.

La importancia de investigar sobre este tema, dentro de nuestra Facultad con los alumnos de 1er ingreso, es para conocer que tan lejos de la realidad se encuentran nuestras creencias sobre los mitos, y que tanto pueden influir en el autocuidado de la higiene bucodental.

Puede ser que aquí en la Ciudad de México, no es tan marcado este tema; ya que es un país que día a día; esta lleno de cambios e investigaciones científicas; pero en este trabajo nos podemos dar cuenta, que a pesar de eso; aún siguen existiendo dentro de nuestras familias mitos, aunque pocos y quizás erróneos, pero aún se siguen conservando esas creencias de nuestros abuelos y/o nuestros padres.

1. ANTECEDENTES

1.1 CONCEPTOS

1.1.1 MITO

Narración de origen oral y de contenido simbólico, que transmite valores y creencias de una determinada cultura.

El término es utilizado a veces de manera peyorativa (desfavorable), para referirse a creencias comunes de una cultura o religión para dar a entender que la historia es fantástica e irreal. En este contexto puede considerarse a un mito como un tipo de creencia establecida, generalmente a través de varias generaciones, con relación a ciertos hechos improbables y sorprendentes que de acuerdo al mito han sucedido en la realidad, los cuales no son posibles de ser verificados de manera objetiva, pero incluso los hechos históricos pueden servir como mitos si son importantes para una cultura determinada. La mayoría de las veces el término se refiere de manera específica a los relatos de las civilizaciones antiguas como la mitología griega a la mitología romana. ¹

1.1.2 HIGIENE BUCODENTAL

Es el cuidado adecuado de los dientes, encías y boca para promover la salud y prevenir las enfermedades bucales. Buena higiene bucodental incluye, cepillarse, usar hilo dental y tener cuidado dental profesional regularmente. La higiene bucodental es especialmente importante para las personas que toman antidepresivos y los medicamentos antipsicóticos porque estos medicamentos causan sensaciones de sequedad en la boca, de ese modo aumentando el riesgo para la caries y la enfermedad en la encía. ²

2. ANTECEDENTES HISTÓRICOS

Narrar mitos llega a ser una necesidad vital no solo para aplacar a propiciar los poderes sobrehumanos, sino también para estimular los mismos dotes creativos y espirituales que llevan al hombre a inventar sus mitos, no hay una significación y una finalidad más allá de la satisfacción de las necesidades físicas cotidianas. Ni el hombre, ni la cultura pueden desarrollarse, por eso mismo, el hombre necesita comprender el sentido de sus derrotas y victorias, del nacimiento y la muerte. De ahí que hallan mitos para responder a casi todas las cuestiones: hay mitos de origen o creación, de fertilidad, de heroísmo, de resurrección, entre otros. ¹

Los mitos conforman la mitología de una cultura, son relatos que contienen una explicación o símbolo con una fuerte connotación para una cultura y suele ser la causa más frecuente de que una cultura permanezca igual durante siglos. Por lo tanto, hay que distinguir a los mitos de las fábulas, del folklore, de los cuentos de hadas, de las anécdotas o de la simple ficción. ¹

En la tesina de la C.D. Edith Flores en el año 1998 menciona que; “A través de la historia los mitos han jugado un papel muy importante en el desarrollo de la humanidad, estos mitos se transmiten por medio de la experiencia social y van adoptando un matiz diferente de acuerdo a la realidad propia de cada tiempo.” ³

Por otro lado en la bibliografía de la “Historia Moderna” publicado en México en 1934 se dice que, las prácticas dentales en el México Colonial, eran muy semejantes a las que se llevan a cabo en Europa del siglo XV al XVIII.

También menciona que los conocimientos prehispánicos que se tenían sobre la atención de las afecciones dentales fueron eliminados y sustituidos totalmente por los conceptos europeos. Y que cuando Cortés embarca para Veracruz trae consigo a 2 barberos que ya vivían en Cuba, cuando estos se instalaron, comenzaron a llevar a cabo sus actividades cobrando cantidades excesivas, este problema ocasionó que al asentarse la nueva ciudad de México se aplicaron demandas judiciales.⁴

Además de estos barberos llegaron a América junto con los conquistadores, las creencias supersticiosas de Europa, como por ejemplo, la curación por medio de la palabra y la oración; aunados a estos rezos aplicaban algún ungüento o pócima secreta para las partes afectadas del cuerpo. Una de las oraciones obligadas que traían era la dirigida a curar las afecciones dentales cuya patrona era Santa Apolonia.²

En relación con los flebotomianos dedicados exclusivamente en la dentistería, se piensa que fueron pequeños grupos, en diversas partes del mundo, que de una manera no muy evidente siguieron el culto de Santa Apolonia, celebrando su festividad el 9 de febrero.⁴

Los barberos flebotomianos realizaban todo este tipo de actividades, aprendían mediante la observación en la práctica cotidiana. No había libros específicos sobre el tema; ya que todos los libros tenían algunos capítulos referentes a las afecciones dentales y orales pero todos estaban escritos en latín por lo que todos los barberos, gente inculta no tenían acceso a esta información.⁴

Y estos mismos quitaban todo lo referente a los abscesos ya que la idea que se tenía de ellos era muy diferente a lo que en nuestros días tenemos, empezando por el nombre, pues se le conocía como Apostema, de donde se deriva el término "postemilla".⁴

Otro asunto que era también de la incumbencia de los barberos, era lo relacionado con la luxación de la articulación temporomandibular, la cual la colocaban en su lugar. El método de volver el condilo a su lugar dentro de la cavidad glenoidea debió haber causado muchas fracturas y debe tenerse en cuenta que todas estas maniobras se realizaban sin ninguna anestesia; si no que se empleaba aguardiente ingerido para provocar embriaguez y aminorar el dolor tan intenso que causaba esta operación. ⁴

Por otra parte en la revista de la ADM en el artículo "La odontología del Pueblo Maya", publicado en mayo-junio del año 2001, por Salas; se menciona que en la época prehispánica, los dientes también jugaban un papel importante en los diversos pueblos, por ejemplo en la cultura Náhuatl el vocablo Tlan de la palabra Tlantli que significa "diente", dicho vocablo indica lugar o sitio y es representado pictográficamente en forma de dientes, como es el caso de Ocotlán, Teciutlán, Mazatlán, Amatlán, solo por mencionar algunos. ⁵

Por otro lado, por ejemplo en la cultura maya encontramos en el libro sagrado de los Quichès: el Popol Vuh, que en la historia del maxilar de Vacub-Caquix, señala la importancia de los dientes."Existía ya el cielo y la tierra, pero estaba cubierta la faz del sol y de la luna". Y decía (Vacub-Caquix)...-yo seré grande ahora sobre todos los seres creados y formados. Yo soy el sol y soy la claridad, la luna, exclamó. Grande es mi esplendor. Por mi caminarán y vencerán los hombres. Porque de plata son mis ojos, resplandecientes como piedras preciosas, como esmeraldas mis dientes brillan como piedras finas, semejantes a la faz del cielo. Mi nariz brilla de lejos como la luna, mi trono es de plata y la faz de la tierra se ilumina cuando salgo frente a mi trono. ⁴

Más adelante cuando el personaje empieza a sufrir de fuertes dolores debido a un tiro de cerbatana se le sugiere sacarle los dientes para que se cure y exclama: “No esta bien que me saquéis los dientes, porque sólo así soy señor y todo mi ornamento son mis dientes y mis ojos.”⁵

Estos ejemplos nos dan una idea precisa de la importancia que tenían los dientes en los pueblos prehispánicos, por lo cual se les concedieron poderes mágicos que intentaban acrecentar al embellecerlos mediante las incrustaciones y los diversos tipos de ornamentaciones.

También existía para ellos la diosa Tlazolteotl, la diosa de las inmundicias, (pecados, infidelidad, etc.) tenía dentro de sus advocaciones al ser protectora de “los que sacan los gusanos de los dientes”. También los Tetlaquiliques eran los diosecillos que sacaban los gusanillos de la boca y de los ojos. Este concepto del gusano productor de la caries dental es común en todo el mundo.⁶

Al gusano de las muelas se le conocía con el nombre de tlanocuilin y en el códice florentino, al hablar de las prácticas terapéuticas, se le llama a los encargados de “tomar los gusanos de los dientes de la gente” tetlanocuilanque.⁶

Así pues, el gusano de los dientes bien puede ser un mito prehispánico que ha sobrevivido hasta nuestros días, ya que en muchas comunidades es frecuente oír hablar de ello ya que con el nombre españolizado que es Negujón.⁷

Hay otros muchos mitos populares de origen prehispánico, como los que se encuentran citados en el libro quinto de la obra de Bernardino de Sahún, llamadas abusiones, las cuales menciona las siguientes: “para evitar la destrucción de los dientes infantiles cuando los niños lamían la cara de metate, se lo impedían las madres, les decían: -no lamáis el metate, con esto pronto se desmenuzarán, pronto os caerán los dientes”.⁷

Como claramente se observa, la prevención del desgaste ocasionado por la piedra volcánica del metate era una preocupación de las madres, ante lo goloso de los niños.

Por otra parte; en las diversas poblaciones existen mitos relacionados con la exfoliación dental, estas son transmitidas de generación en generación, creando una identidad propia.

Existe un gran parecido entre los cuentos populares y leyendas de los pueblos, tal como lo indica Gregorovius cuando dice: “que las instituciones separan y las tradiciones enlazan”.⁸

En muchos de estos mitos es frecuente encontrar como protagonista al ratón, el cual fue divinizado en varios pueblos primitivos y paganos. Para los Cèlebes y los Haidas representaba el alma de los muertos; para los Hucul de Europa y los Indios en la India, era de mala suerte matarlo; los pobladores de Bohemia pensaban que la fortuna de la familia dependía de su existencia en su casa; los Chippewas pensaban que el ratón era el causante de algunos de los fenómenos naturales, como el diluvio universal y no faltaron los que consideraron a este animal como un ser malvado, lo que originó ritos como exorcismos, con el fin de eliminarlos, como en la religión de Zoroastro.

Salvador Lerman menciona en su libro de Historia de la Odontología algunos significados que tenía el ratón para las diferentes culturas, los egipcios lo veneraban, ya que creían que era el animal preferido del sol, al igual que los griegos quienes además tenían preparados, a base de ratón para la cura de halitosis.^{8,9}

Y cuando llegaba el tiempo del cambio de la dentición, existe hasta nuestros días, el mito de; “cuando caen los dientes de los niños, sus madres los echan a un agujero del ratón y les dicen a sus hijos: - ponlo en el agujero del ratón, porque si así no lo hicieran, no podrían nacer los dientes de los niños, solo serán desdentados”.^{7,10}

Arenas en el año 2001, hace alusión, al mito moderno que consiste en dejar el diente infantil debajo de la almohada, para que el ratón se lo lleve por la noche y le de a cambio unas monedas. Estos mitos tal vez tienen su origen en que los ratones tienen la capacidad de regenerar los dientes que se han ido desgastando y al darles materia prima, para ejercer esa función la premian dando una buena dentadura o dinero según sea la época que se trate.¹¹

Otro de los mitos que aún en la actualidad se practica por algunas familias es que se debería evitar comer o beber cosas tan calientes que brillaran y en seguida beber o comer cosas muy frías, ya que los dientes se enfermarán, debe hacerse esto último hasta que se enfríen los dientes. Con esto se evita que los dientes se estrellen y se fracturen. Esta idea se debe a que la apariencia cristalina del esmalte da la sensación de fragilidad.¹²

Por lo tanto en la actualidad se siguen creyendo en algunos de los mitos de antes, éstos son propagados de generación en generación en la familia, ya sea por los padres o los abuelos, entre algunos se encuentran:

MITO: Los dientes de leche son menos importantes que las piezas definitivas.

REALIDAD: Los dientes primarios son muy importantes, ya que éstos predeterminan no solamente la salud de los dientes definitivos sino toda la salud de los niños. ¹³

MITO: La mujer embarazada esta más propensa a la adquisición de caries dental, y que es predecible la pérdida dental al tener un hijo, ya que según la creencia popular, los dientes se pierden por descalcificación durante el embarazo porque el bebé “toma calcio de la madre”. Este mito quizás lo escucho siendo una niña o adolescente y por desconocimiento de lo que ocurre en la cavidad oral durante el periodo de gestación. ¹⁴

REALIDAD: Se han analizado varias hipótesis como es, que el feto obtenga el calcio que necesita para su desarrollo de los dientes, o bien que haya una mayor acidez en la saliva de la gestante influida por los vómitos matutinos y lo que se ha comprobado es que en el periodo de los antojos hay una mayor ingestión de carbohidratos y que el aseo bucal disminuye a causa de las náuseas y la inflamación natural de las encías. ^{15,16}

No obstante, investigaciones formales practicadas hace varias décadas por Gorlin, R.J. y Goldman, H.M (1975) con modelos experimentales en animales y estudios epidemiológicos en humanos, han demostrado sin duda alguna, que la caries dental y el embarazo no están asociados. El antiguo mito que el embarazo provoca descalcificación en los dientes, con el fin de suministrar minerales al feto en crecimiento, ha caído por tierra, porque se ha demostrado que los dientes no sufren desmineralización alguna, a diferencia de lo que ocurre con los huesos. ¹⁷

Existen otros muchos mitos entre los que se encuentran:

MITO: Las mujeres embarazadas no pueden ver o exponerse a los eclipses, tanto de la luna como del sol; “para que no tuvieran sus hijos labio hendido, o que tuvieran comida la nariz, cortada la nariz, o para que no tuvieran los ojos torcidos, bizcos, para que no se tulleran del rostro, o lleno de hollín su rostro, surge su rostro negro, o para que no naciera monstruoso, hombres imperfectos...no debían exponerse a los rayos de la luna durante los eclipses.

REALIDAD: Un aspecto preventivo que es necesario tomar en cuenta cuando se hagan estudios epidemiológicos acerca del labio y paladar hendido, son los relacionados con la mujer embarazada. En la obra de Bernardino de Sahún hay en varias ocasiones llamadas de atención para que las mujeres se cuiden y eviten ese penoso problema Infantil. ¹²

MITO: Las mujeres embarazadas, cuando todavía no estaban bien formados sus hijos, no podían ver hacia arriba, cuando salía la luna, y se les decía: “no veáis la luna, serán enfermizos”. ¹¹ O quizá tendrán labio leporino y paladar hendido para estas culturas, esto se daba porque la gente creía que los niños nacerían con el labio como el del conejo que aparece en la luna. Para evitar cualquiera de estas enfermedades era necesario que se pusieran en el vientre y en la boca un pedazo de pedernal o de obsidiana actualmente se coloca un listón rojo y/o unas tijeras abiertas en forma de cruz. ^{12,19}

MITO: Este mito es menos frecuente, que la madre masticara chicle, porque cuando nazca el niño, tendrá hendidos los labios, por eso ya no podrá mamar, por lo que morirá. Tampoco puede mascar chapopote, para que no presente labio y paladar hendido el niño cuando nazca. ⁷

Los otomíes habitan en los estados de Guanajuato, Querétaro, Hidalgo y México. Su hábitat está conformado por zonas áridas y montañosas, por lo que conservan una cultura bastante primitiva, preservando así numerosos mitos y costumbres de carácter esotérico y místico. Estas dos últimas características impiden el contacto directo de la sociedad con dicha etnia. Tomando en consideración que existen mitos ancestrales ligados a los diferentes grupos étnicos que radican en nuestro país y que no se conoce el estado de salud bucal de dicha población, se realizó esta investigación, donde se aplicaron cuestionarios y exámenes clínicos para conocer tanto el estado de salud bucal (Gutiérrez, Morales, 1998), como sus costumbres ancestrales y mitos. Los datos obtenidos de la encuesta y del examen clínico demostraron que esta etnia en especial, sigue siendo una comunidad apartada de la sociedad; por lo que posiblemente la enfermedad periodontal y la caries dental no son tan prevalentes.

Por otro lado, cabe resaltar que este grupo de otomíes todavía cree en los amuletos y en los mitos (40-55 % de la población) por lo que sus influencias sobre el estado de salud bucal (pérdida dentaria y caries dental) y ciertas patologías bucales (labio y paladar hendido) son significativas. De esta investigación se puede concluir, que pese a que en la actualidad siguen prevaleciendo varios mitos en estas comunidades su prevalencia no es alta; sin embargo, juegan un papel preponderante en la salud bucal de estos pacientes.¹⁸

MITO: Estaba prohibido masticar la caña verde del maíz por las noches, ya que los dientes se cariarían "...esto hizo quien tiene los dientes cariados (popoyotes). Y si alguno había de masticar un poco, primero la calentará al fuego, dizque con esto ya no se producirá en él la enfermedad".⁷

Un problema dental que si es frecuente encontrar en las poblaciones prehispánicas es el desgaste o atrición exagerado de las caras oclusales de los molares, a grado de que llegaba a perforarse la cámara pulpar, ocasionando fuertes dolores y hasta abscesos periapicales. Esto se debía principalmente, a que la dieta de los antiguos mexicanos tenía como principal elemento el maíz, el cual se molía en metates y el desgaste que se produce entre las piedras va agregando elementos abrasivos que al agregársele cal para volverlo nixtamal se vuelve sumamente desgastante.¹⁹

Estos problemas lógicamente producirían grandes dolores, y esto se manifestó por la gran cantidad de recetas y productos medicinales que se encuentran en casi todas las fuentes con las que se cuenta para conocer la vida prehispánica. Donde uno de los productos mas empleados era una de las plantas sagradas: el tabaco, que se podía mezclar con múltiples cosas, por ejemplo, en el Códice Florentino se recomienda mezclarlo con raíz pópotl, otro remedio para el dolor de los dientes, lleno de elementos mágicos, es el que encontramos en Libellus de la medicina indígena de Martín de la Cruz, que recomienda:

MITO: Los dientes enfermos y cariados deberán punzarse primero con un diente de cadáver, enseguida se muele y se quema la raíz de un alto arbusto llamado Teonochtlí, justamente con cuerno de venado y piedras finas: Iztac Quetzalitzli y Chichiltic Tapachtli, con un poco de harina martajada con algo de sal. Todo esto se pone a calentar. Toda la mezcla se envuelve en un lienzo y se aplica por breve tiempo, apretada con los dientes, en especial con los que duelen o estén cariados.”⁷

Otro producto, también ampliamente recomendado era el chile caliente, introducido en la cavidad cariosa, con esto el tlanocuilin (gusano de la caries) se moría y ya no ocasionaba dolor. Sahún da también la siguiente receta que se puede considerar como un tratamiento completo para las muelas cariadas y con dolor: “su curación consistía en mezclar el ocóztotl polvo del gusano llamado conyayahuatl. El cual se coloca con una pluma menuda por encima, y sal”.¹⁹

REALIDAD: en la Universidad de los Andes se realizó una investigación sobre el chimo o tabaco de mascar, ya que es un producto lleno de mitos y leyendas, donde la Facultad de Odontología de los Andes están dispuestos a desenmascarar, basados en el análisis científico riguroso. Los resultados preliminares de esta investigación indican que el chimo, a corto plazo, produce una elevación de la presión arterial, manchas en los dientes, desfavorables desde el punto de vista estético e higiénico, además de una recesión gingival, es decir la encía en el sitio donde se coloca el tabaco de mascar y deja en descubierto los cuellos de los dientes.²⁰

Otros efectos que se están estudiando en esta investigación son los que se pueden producir a mediano plazo, como las leucoplasias, lesiones que de no ser controladas, pudieran en unos 10 años, derivar en una lesión maligna como un carcinoma de la cavidad bucal.

Patricio Jarpa en el año 2005, indica que aunque esta investigación no es concluyente, demuestra que el chimo, no logra inhibir el crecimiento de algunos microorganismos relacionados directamente con la caries. Sin embargo destaco que el chimo tiene un bajo contenido de nicotina, un pH

alto, que hace que cualquier sustancia que se encuentre dentro de una composición, penetre fácilmente a través de las mucosas y pase al torrente circulatorio. Pero un aspecto que se le daba mucha importancia era el de la salud bucal; sobre todo para evitar el mal aliento. Sahún daba el siguiente consejo:

MITO: Hay que proceder con diligencia a dejar lisos los dientes ásperos; una vez eliminada la mugre, han de frotarse, éstos con ceniza blanca mezclada con miel, empleando un pequeño trapo, con lo cual se logra, elegante limpieza y un lustre verdadero.”^{20,21}

Asimismo se utilizaba la raíz tlatlahcapatlí como cepillo dental, por tener propiedades astringentes y además, curaba las úlceras de la boca.²¹

MITO: Los enjuagues bucales “fuertes” con alcohol son más buenos, para tratar el problema del olor bucal.

REALIDAD: No es efectivo, estos productos simplemente enmascaran el cuadro por escasos minutos. Los colutorios con alto contenido alcohólico en realidad agravan el problema ya que provocan sequedad lingual por deshidratación que aumenta la volatilización de las moléculas responsables del olor, además son tóxicos celulares y están contraindicados en pacientes alcohólicos. Estos productos no deben ser usados por pacientes con problemas en mucosas bucales.²²

MITO: Cepillándose más los dientes se puede eliminar el mal olor bucal.

REALIDAD: Este mito es también falso ya que el cepillado excesivo también seca la boca provocando el incremento del mal olor. De hecho en estudios especializados se ha comprobado que la mayoría de los halitósicos, tienen buena higiene bucal.²²

MITO: La halitosis es causada por los alimentos.

REALIDAD: Algunos alimentos como la cebolla, el ajo, las coliflores provocan algunos olores bucales, sin embargo estos son transitorios y se controlan fácilmente evitando estos alimentos. Por otra parte estos olores no contienen sulfuros, que son los causantes del olor bucal.²³

MITO: No hay tratamiento para la halitosis

REALIDAD: El mal olor tiene tratamiento mediante los cuidados y tratamientos odontológicos en más del 80% de los casos. Por lo tanto son los dentistas principalmente quienes deben tratar a los pacientes que padecen esta incomoda condición.²²

MITO. Hay quienes creen que la halitosis es un problema hereditario.

REALIDAD: Aún no existen estudios que comprueben que el mal olor bucal se herede lo que si ocurre es que las enfermedades de los tejidos blandos y duros del periodonto (Gingivitis y periodontitis) si tienen un carácter en algunos casos hereditario.²²

Las creencias, los mitos y los comportamientos no han sido precisamente lo que inspire las estrategias educativas en salud. Por el contrario, son desconocidas, permanentemente en los procesos de formación y educación en salud.²²

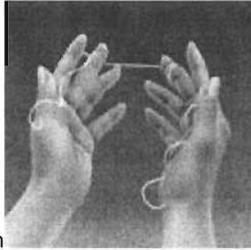
Lo que si es real, es que; es muy importante el cuidado de la higiene bucodental, ya que así se preverán muchas de las enfermedades, causadas en la boca, y esto se lleva a cabo, cepillando los dientes tres veces por día, para que así se elimine la placa (una acumulación gomosa de bacterias que crecen en los dientes). Usando un cepillo de dientes de cerdas blandas.

Colocando el cepillo a los dientes a un ángulo de 45 grados, y empleando un movimiento de tallar suave en las superficies exteriores, internas y masticatorias, de todos los dientes. El cepillo dental se debe reemplazar cuando las cerdas de este se desgaste (cerca de 2 a 3 meses). El uso de pasta dental con fluoruro y los enjuagues bucales previenen de la caries dental.

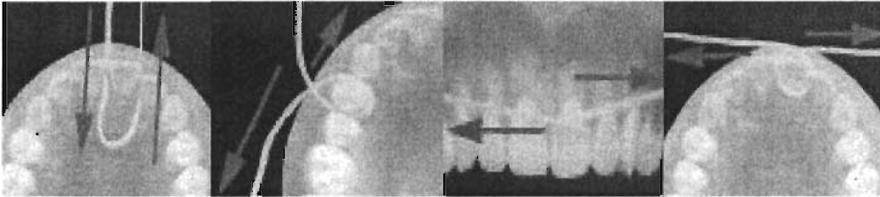
También existe el uso de hilo dental, éste aditamento se usa para una limpieza dental minuciosa entre los dientes, ya que elimina la placa debajo de la línea de la encía y entre los dientes donde un cepillo de dientes no puede alcanzar. El hilo dental debe tener 9 cm para que siempre se pueda usar una sección limpia cada vez que se avance de diente a diente. Sosteniendo el hilo con firmeza, suavemente se mueve el hilo entre los dientes hasta el borde de la encía. Se frota el hilo hacia arriba y abajo por cada lado de cada diente. Moviéndose de diente a diente hasta que haya limpiado ambos lados de cada diente. Si nunca se ha usado el hilo dental, puede que sangren las encías un poco las primeras veces pero después de unos cuantos días, el tejido de la encía generalmente se volverá más fuerte y más sano y ya no sangrará.



FUENTE: www.mcghealth.org



FUENTE: www.colgate.com



FUENTE: www.odontología.tripod.com



FUENTE: mcghealt.org

Las enfermedades de la encía como es la gingivitis, puede ser prevenida mediante el cepillado y el uso de hilo dental diario.

Un factor muy importante en el cuidado bucodental es la nutrición, ya que una dieta balanceada hace la boca y dientes más resistentes a la infección y enfermedad.

Las visitas dentales son un complemento muy determinante en la higiene bucodental, ya que durante los chequeos dentales, el dentista examinará la boca, dientes y encías (donde los exámenes podrán incluir radiografías de los dientes) y se puede diagnosticar y tratar caries, la enfermedad periodontal y otros problemas de la boca.

Una visita dental generalmente incluye limpieza profesional de los dientes y reparación de cualquier caries que se haya desarrollado. El dentista también buscará signos de otros problemas de salud, como el cáncer de la boca. Así es que se deberá alertar al dentista sobre cualquier herida, edema (hinchazón) o decoloración de la lengua, labios, carrillos, garganta, hueso de la mandíbula y glándulas salivales.²⁴

En noviembre del año 2002 se celebró el primer Workshop ibérico en control de placa e higiene bucodental. Esta reunión fue auspiciada por la Sociedad Española de Periodoncia con la colaboración de la Sociedad Portuguesa de Periodoncia y la Sociedad Española de Epidemiología y Salud Pública Oral. En ella se reunieron más de 50 académicos, investigadores, y profesionales de la salud bucal, expertos en prevención de enfermedades bucales, para discutir y poner al día la evidencia científica del papel actual del control de placa y la higiene bucodental en la prevención de las enfermedades bucales.

Durante las últimas décadas gran parte de la investigación se ha encaminado hacia el enfoque antibacteriano para el control de placa dental, y numerosos productos antisépticos en distintas formulaciones y modos de aplicación han aparecido en el mercado y han demostrado distinto grado de eficacia en investigación clínica. Sin embargo a pesar de estos avances, parece claro en la actualidad que las prácticas de higiene oral mecánicas ya estén suplementadas por agentes químicos o no, siguen siendo la herramienta

fundamental en la prevención tanto primaria como secundaria, así como en la terapéutica de las dos enfermedades infecciosas más importantes en la cavidad bucal, la caries y las enfermedades periodontales.

El resultado de esta importante reunión es el libro donde se incluyen los artículos de revisión que suponen una actualizada y relevante puesta al día de los distintos temas tratados y que sirvieron como base para el desarrollo de las discusiones y de los temas de consenso. Este libro representa, por lo tanto, una aportación muy importante para el conocimiento actual del aspecto preventivo más utilizado en la población, el control mecánico de placa, así como su impacto sobre las enfermedades buco dental.²⁴

Esto se lleva a cabo con los cuidados preventivos diarios, como el cepillado y uso de hilo dental, que evitan problemas posteriores y son menos dolorosos y menos costosos que los tratamientos de una infección que se ha dejado progresar.²⁵

Esto es tan solo un buen hábito; el cual debe empezar desde que el bebé le brota su primer diente, para hacerlo una costumbre saludable, que le permita al niño como parte de su rutina de alimentación, cepillar bien los dientes después de cada comida y antes de acostarse, lo que al principio es responsabilidad; de los padres, ya que el aseo es muy importante para evitar ciertos factores perjudiciales, como la excesiva ingestión de dulces.^{26, 27}

De acuerdo con el odontólogo Iván Moncada; en su Artículo "Salud-Higiene Dental" hace mención que esta, consiste en esa serie de pasos, hábitos o métodos que tienen como fin último erradicar la placa bacteriana principal, causante de las caries y el cálculo o sarro dental.

Y por otra parte; para la odontóloga Marlene Mayorca, una higiene bucal, comienza en el consultorio con una correcta explicación sobre lo que es la placa bacteriana o mundo microbiano; que habita en la boca y que puede desmejorar la salud bucal, así el paciente aprende a reconocerla y entiende el daño potencial de la misma.²⁸

Para ella la placa bacteriana (biopelícula) es un enemigo silencioso y se presenta en forma de colonias de microorganismos agrupados en un tipo de película que se adhieren en principio a la superficie dental. No duele, no tiene olor y solo es posible verla con ayuda de colorantes o contrastes.²⁸

Como en el resto del cuerpo humano, en la boca existen microorganismos que habitan naturalmente pero que junto con los restos de alimentos ingeridos, la saliva y una falta de higiene adecuada, producen un coctel letal. Explico Marlene Mayorca y básicamente “Todos los azúcares y sus metabolitos son los responsables de iniciar la cadena de la placa bacteriana. Cuando se ingiere dulces o carbohidratos (alimento favorito de estas bacterias) y se metabolizan, queda como desecho el ácido láctico, que es el responsable de desmineralizar al diente.

La caries dental es una “enfermedad bacteriana y multifactorial que ataca, desmineraliza y descalcifica el diente, mientras que el cálculo es la misma placa bacteriana pero en forma de masa adherida al diente, calcificada o en proceso de calcificación” explicó Moncada.

La caries comienza atacando el esmalte que es la superficie más dura, para luego llegar progresivamente hasta la zona viva del diente; es decir la pulpa dental, donde se encuentra el nervio, matándolo literalmente.

El cálculo por su parte, invade mecánicamente a los tejidos, de soporte que no son otros que la encía y hueso. Existen dos tipos de cálculo el que se ve o supragingival, y el que no se ve o subgingival, pero en ambos casos la encía suele inflamarse y sangrar.

Si no hay prevención ni curación, el cálculo se solidifica de tal forma que debilita la unión entre la encía y la pieza dental, el diente pierde su sostén y se cae aún cuando está sano, ocasionando la enfermedad periodontal.

Esto sin contar el mal aliento, producido por la descomposición de residuos alimenticios que no han sido removidos efectivamente de la cavidad bucal, una caries muy grande o la presencia de sarro. Sin duda, la amenaza va en serio y no hay tiempo que perder.

Así como también puede existir sensibilidad a los cambios de temperatura dolor o molestia, al comer dulce, sangrado después del cepillado, encías enrojecidas, lisas y brillantes.²⁸

Por su parte en el artículo como mantener la salud dental de los adolescentes publicado por Colgate; se menciona que algunos problemas dentales ocurren en la adolescencia y que informarse mejor sobre temas de salud bucal, facilita la toma de decisiones inteligentes.²⁸

Ya que muchos pre adolescentes y adolescentes requieren aparatos dentales para corregir dientes apiñados o girados en relación con los arcos dentales y los dientes que no se acomodan correctamente, presentando mayores dificultades para mantener la limpieza, corriendo mayores riesgos a ser perdidos precozmente, lo cual, provoca tensión adicional en los músculos que participan en la masticación. Si utiliza aparatos dentales, deben prestar atención a la limpieza correcta de los dientes.²⁸

Y por otro lado si práctica deportes, los protectores bucales son fundamentales para proteger cavidad bucal. Estos dispositivos normalmente cubren los dientes superiores y están diseñados para evitar la fractura de los dientes, los cortes en los labios y otros daños en la boca. Si utiliza aparatos dentales u otros dispositivos dentales fijos, (como puede ser una prótesis) en la mandíbula, su odontólogo puede sugerir un protector bucal para estos dientes.

En cuanto a la nutrición, esta juega un papel clave en su salud bucal. Los azúcares y almidones de muchos alimentos y bebidas ayudan a la formación de placa y la misma destruye el esmalte dental. Se debe limitar la frecuencia con que se ingiere alimentos; cada vez que consumimos alimentos y bebidas que contienen azúcares o almidón, los dientes son atacados por ácidos. Una dieta equilibrada con alimentos de los cinco grupos se constituye una gran diferencia para la salud bucal.²⁸

Por otro lado el tabaquismo, es una adicción que mancha los dientes y las encías y produce acumulación de sarro sobre los dientes, todo esto contribuye al mal aliento y a largo plazo aumenta el riesgo de desarrollar cáncer bucal y enfermedades de las encías si se consume el tabaco se deberá hacer saber al odontólogo y al médico e informar sobre cualquier problema bucal que sufra.

Hablar de la perforación bucal cosmética; esta puede causar complicaciones como infecciones, sangrado y daños en los nervios. Además, los aretes, las barras o las argollas, y la joyería de metal puede astillar o quebrar los dientes dañando las encías.²⁸

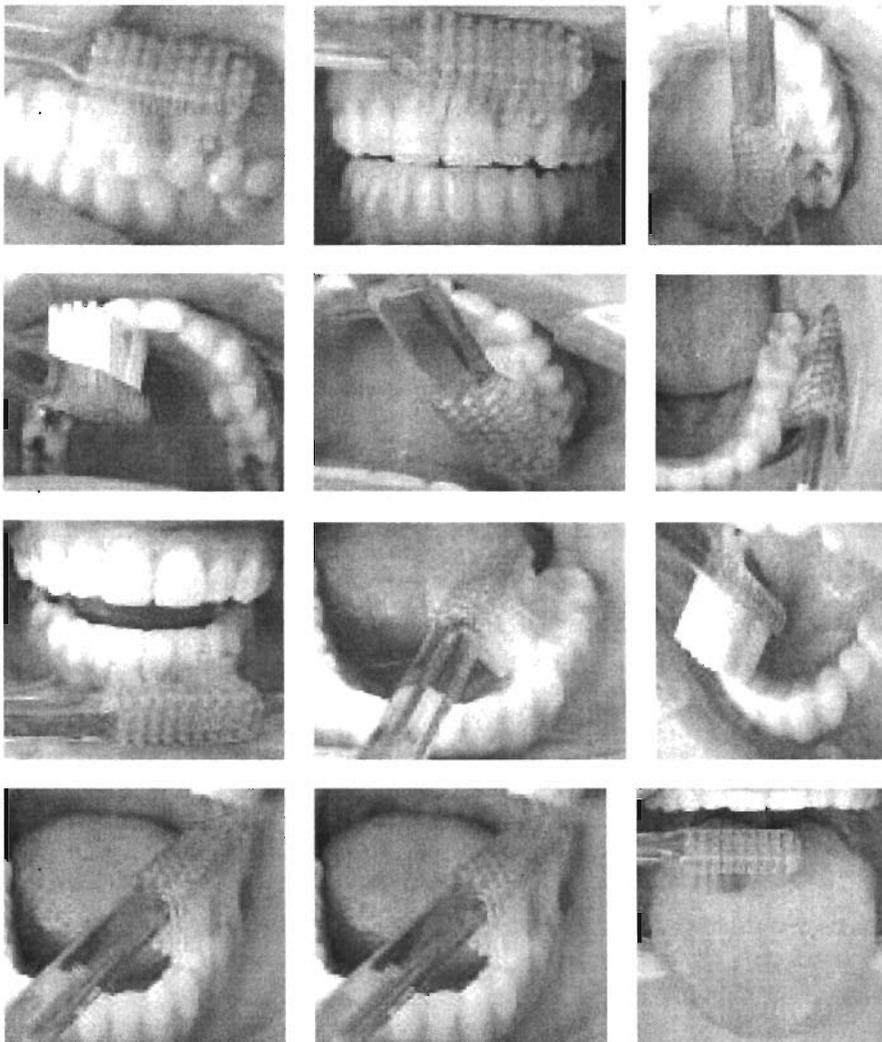
Y que se diga de los trastornos de la alimentación, tanto la bulimia (ingesta compulsiva y vómitos) como la anorexia (temor desmesurado a aumentar de peso) son trastornos serios que erosionan el esmalte dental y afectan directamente al aspecto de los dientes. Si bien un odontólogo puede corregir el esmalte deteriorado de los dientes, el no trata el trastorno de alimentación en sí. Este trastorno pone en peligro la vida y requiere el abordaje de temas psicológicos sobre la imagen que el paciente tiene de sí mismo y el autocontrol.²⁸

En los intervalos entre las visitas regulares al odontólogo, hay pautas simples que cada uno de nosotros, puede seguir para reducir significativamente el desarrollo de caries, las enfermedades de las encías y otros problemas dentales.²⁸

Un buen cepillado requiere de varias cepilladas, en un periodo de por lo menos 15 minutos, pero comúnmente las personas se tardan 3 o 4 minutos. Los dientes deben cepillarse de arriba hacia abajo o de abajo hacia arriba, dependiendo del maxilar que sea; esto es importante porque permite el masaje y barrido de la encía en caso de que algún alimento se haya incrustado en ella. El movimiento horizontal no es recomendable porque además de no limpiar correctamente lástima y puede producir recesión en la encía.^{25,26,27}

El cepillado debe hacerse en las dos caras, la externa e interna de los dientes de la misma forma, las caras oclusales deben cepillarse en forma circular, tratando de que las cerdas del cepillo penetre en la cavidad, ya que la finalidad del cepillo es mantener lisa la superficie dental, porque mientras más pulida esta, mucho más difícil es que se adhiera la placa bacteriana a la misma.

Además Mayorca sugiere que se cepille la lengua, que por ser una especie de esponja puede alojar bacterias. ²⁹



FUENTE: www.esmas.com/saludfamiliar/higienebucal

Utilizar productos dentales con fluoruro, inclusive la crema dental es necesario utilizar una buena cantidad de pasta dental que contenga fluoruro para después enjuagar con fuerza escupiendo los restos del lavado. Algunas personas suelen utilizar enjuagues bucales que protegen de forma adicional.

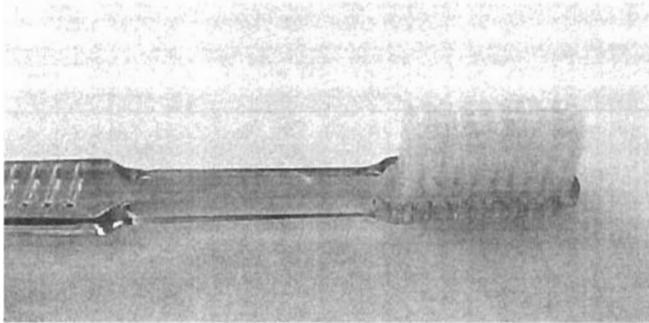
Usar hilo dental; una higiene más profunda y completa también requiere de hilo dental, que permite remover gérmenes y partículas de comida que quedan entre, los dientes en sitios donde el cepillo no penetra bien. Y para no lastimar la encía se debe introducir el hilo entre los dientes muy suavemente por otro lado y otro de ambos dientes. Este debe ser utilizado por lo menos una vez al día, de preferencia antes de acostarse.^{25,26}

También es muy importante de asegurarnos de no beber agua fluorada o si se vive en una zona de agua no fluorada, administrar suplementos fluorados.

Para una buena salud bucal; es muy importante el saber que tipo de cepillo dental se debe comprar.

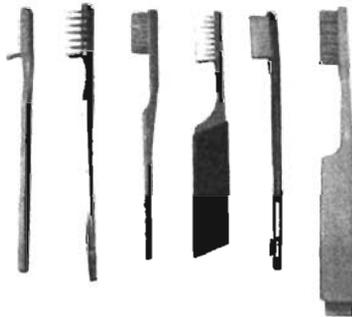
Para lograr una eliminación de la placa dental y de los restos de alimentos que quedan en los dientes mediante una limpieza manualmente, el cepillo ideal debe tener cerdas suaves, con las puntas redondeadas con preferencia de origen animal, un mango largo y recto con una cabeza lo suficientemente pequeña como para penetrar en la boca hasta alcanzar los dientes y los molares menos visibles y con la superficie de cepillo plana.²⁷

De acuerdo con Mayorca el cepillo esta diseñado para que las cerdas se introduzcan en los nichos del diente y la encía; con los movimientos vibratorios y de desplazamiento.²⁹



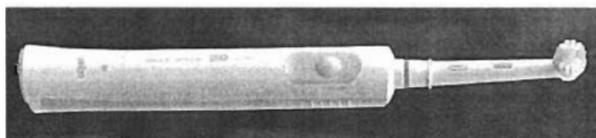
FUENTE: www.htdental.freeservers.com

Actualmente existen en el mercado gran diversidad de cepillos por lo que es recomendable conocerlos y utilizar el más indicado en cada caso, siempre con orientación del dentista.³⁰



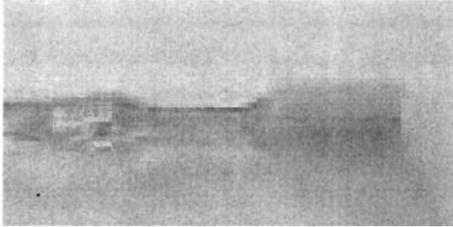
FUENTE: www.htdental.freeserves.com

CEPILLO PERIODONTAL: También llamado sulcular o crevicular, tiene 2 filas de cerdas, se utiliza en casos de inflamación gingival y surcos periodontales profundos.³⁰



FUENTE: www.htdental.freeserves.com

CEPILLO ORTODÓNCICO: Necesario durante el tratamiento de ortodoncia con aparatos fijos, tiene dos filas de cerdas a los extremos más largos y dos filas centrales más cortas para compensar el espacio de los brackets. ³⁰



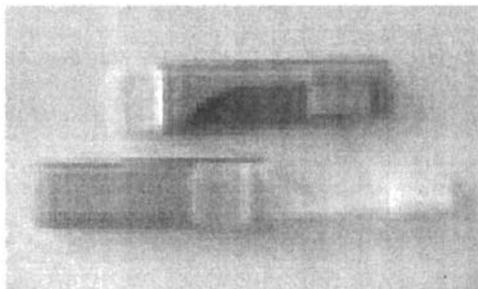
FUENTE: www.htdental.freesevers.com

CEPILLO INTERPROXIMAL: Son un penacho de cerdas en forma de pino para los espacios interdientales. Indispensable también durante los tratamientos con ortodoncia fija. ³⁰



FUENTE: www.htdental.freesevers.com

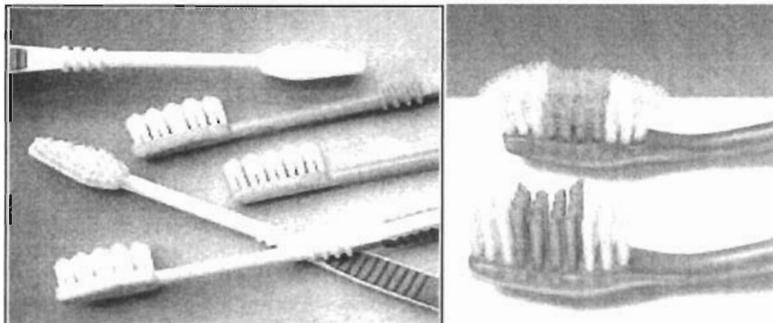
CEPILLO DE BOLSILLO PARA VIAJE: Cómodo y fácil de transportar ya que ocupa poco espacio. Consta de una cubierta protectora que al ensamblarse se convierte en un mango. ³⁰



FUENTE: www.htdental.freesevers.com

Algunos autores mencionan que el tiempo de vida promedio de un cepillo dental es de 3 a 4 meses, sin embargo esto es muy variable, de manera que deberemos cambiar el cepillo cuando veamos nosotros mismos que las cerdas empiezan a doblarse hacia los lados, ya que esto podría dañar las encías, además de que cuando ocurre esto pierde su función de limpieza.

27,30,31



FUENTE: www.productolight.com/salud/higienebucal

En el artículo publicado en Internet “selección de un adecuado cepillo dental”; se hace mención que es muy importante cambiar el cepillo dental después de un resfrío puesto que las cerdas acumulan microorganismos que pueden provocar una infección.³¹

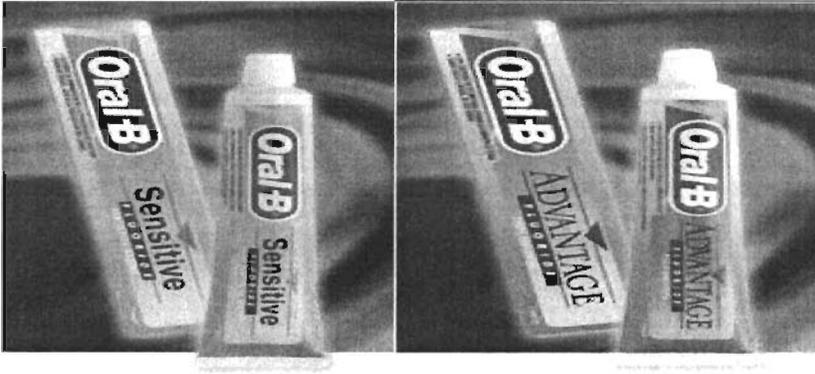
En el mercado también existen varios tipos de hilo dental; entre los que se encuentran: encerados y no encerados, con sabor y sin sabor y anchos o comunes. Sin importar el tipo los beneficios para la salud bucodental serán los mismos; la limpieza consistente y periódica con este aditamento es el arma más importante contra la formación de la placa dentobacteriana, quizás mucho más importante que el cepillado.³²



FUENTE: www.oralb.com.

Son diversos los dentríficos que se encuentran hoy en el mercado, los hay en pasta, en polvo y líquidos, de distintos colores y sabores. Algunos contienen fluoruro, otros clorofila o urea, elementos destinados a neutralizar el efecto de las bacterias que puedan acumularse en los dientes y en las encías.^{27,33}

Donde los resultados concretos que pregonan los fabricantes no son concluyentes hasta el momento, pero todas las pastas dentífricas ayudan a eliminar la placa dental, y, de manera especial, a reducir la incidencia de caries y de infecciones en las encías, así como también el mal aliento.²⁷



FUENTE: www.oralb.com

Y en cuanto a los enjuagues bucales, pueden dejar su aliento fresco, algunas fórmulas podrían ser más perjudiciales que beneficiosas. Estos ofrecen una sensación de frescura y limpieza después de usarlos, y muchos ayudan a evitar la caries y la formación de placa, pero, para algunas personas, pueden ser dañinos. De hecho, pueden ocultar los síntomas de una condición o enfermedad oral, como la enfermedad periodontal, el mal aliento y el sabor desagradable en la boca.

ENJUAGUES COSMÉTICOS: Estos se venden sin receta médica, ayudan a eliminar los restos de alimentos antes y después del cepillado, suprimen temporalmente el mal aliento, reducen las bacterias en la boca y refrescan la boca dejando un sabor agradable.



FUENTE: www.oralb.com

ENJUAGUES TERAPÉUTICOS: Este tipo de enjuagues nos ofrecen los mismos beneficios que los cosméticos y además contienen un ingrediente activo añadido que ayuda a proteger contra algunas enfermedades orales y están regulados por la FDA y aprobados por la ADA.



FUENTE: www.oralb.com

ENJUAGUES BUCALES QUE CONTIENEN ALCOHOL: Contienen altos niveles de alcohol, entre el 18 y 26%. Esto podría producir una sensación de ardor en las mejillas, los dientes y las encías u ocasionar intoxicación si se ingieren o consumen en exceso.³⁴



FUENTE: www.kemphor.com

Con todos estos elementos usados en conjunto y el establecimiento de las medidas preventivas en el consultorio; que consisten en una buena aplicación de fluoruro, sellado de fosetas y fisuras, además del reemplazo de restauraciones mal ajustadas o desgastadas, se podrá llevar a cabo una buena higiene bucodental.³⁵



FUENTE: www.esmas.com/saludbucal/higienedental

El periódico; “El siglo de Torreón”; publicado en Torreón Coahuila, resalta que el 90% de los adultos padece caries dental, debido al mal cuidado de limpieza dental, esto lo informa Natalia Sánchez Fayad, coordinadora de estomatología de la jurisdicción sanitaria No VI. Quien fue entrevistada en el marco de la ceremonia de inauguración de la 1ª. Semana Nacional de la salud bucal. Sánchez Fayad refiere que también en los adultos hay mucha presencia de sarro o placa dentobacteriana y enfermedad periodontal por mala higiene bucodental.

Señala que todavía no se le da la importancia que requiere la salud bucal y esto provoca enfermedades, por no cepillarse los dientes o no cepillarlos bien. Todo esto provoca la pérdida temprana de los dientes.

Dicta que una persona con una buena higiene bucal y si además va de forma regular al consultorio dental no debería perder sus piezas dentales ni sufrir enfermedad periodontal.

Por lo anteriormente señalado, la Dra. Sánchez Fayad recomienda el auto cuidado de la salud bucal, visitar al odontólogo y cepillarse los dientes 3 veces por día.

Fayad también destacó la importancia de un buen hábito bucal desde la infancia, para prevenir enfermedades dentales que puedan tener consecuencias negativas si no son atendidas con oportunidad.

Estudios revelan que la salud de los dientes y encías puede indicar el estado de toda la salud en general. La mala higiene dental, se ha aunado a un alto riesgo de alguna enfermedad en adultos.

La Dra. Fayad señala que los diabéticos y las mujeres embarazadas tienen mayor riesgo de desarrollar las enfermedades en las encías. Y que los niños, también representan un problema igual de serio.³⁶

La ADA indica que cuando un niño tiene pérdida importante dental, puede afectar toda su salud y tener problemas al comer, hablar y hasta causar ausencia en la escuela.³⁶

Asimismo se realizó un estudio en la Universidad de Buffalo, en Nueva York, en el año 2005 por el Dr. Ali El-Solh, donde se encontró que la falta de higiene bucal puede matar a una persona; ya que los gérmenes que se encuentran en la placa dentobacteriana pueden llegar a los pulmones y causar una neumonía que puede ser letal en los ancianos.

El Dr. Ali El-Solh y los investigadores señalan que hallaron evidencias en ocho pacientes que desarrollaron neumonía mientras estaban en el hospital, derivada de los gérmenes patógenos de la placa que se había acumulado en sus dientes.

“Este fue el primer estudio que establece definitivamente un vínculo entre la higiene bucal y las infecciones respiratorias”.

El-Solh y sus colegas publicaron sus hallazgos en la revista Chest. Los investigadores informaron de que habían hecho análisis a 49 ancianos que fueron admitidos en un hospital y tenían alto riesgo de desarrollar neumonía. Los científicos tomaron muestras de las bacterias que hallaron en las bocas de los pacientes antes de que surgiera la neumonía. De los 49 pacientes, 28 portaban gérmenes en la placa dental que se sabe que causan enfermedades respiratorias pero 21 no las tenían. Durante el estudio se les vigiló para detectar síntomas de neumonía. Los investigadores dijeron que los 18 desarrollaron neumonía y 10 de ellos tenían bacterias causantes de enfermedades respiratorias en la placa dental.

Los análisis de las muestras que se tomaron de las bacterias halladas en los pulmones indicaron que su ADN era similar al de los agentes patógenos en la placa dental de ocho de los pacientes.

“Los hallazgos indican que la placa dental es una reserva de agentes patógenos respiratorios que pueden causar neumonía en ancianos hospitalizados”, Y por lo tanto las estancias de los ancianos tienen que tomar medidas para asegurar que sus residentes mantengan una adecuada higiene bucal.³⁷

3. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

Dentro de las costumbres relacionadas con los mitos de la odontología en las familias, existen muchos de éstos que son aceptados o erróneos y que son transmitidos por los abuelos y/o padres, generación tras generación. Los cuales según sea el caso van adquiriendo conocimientos sin tener una base de lo verdadero y lo falso en la odontología.

Actualmente el proceso de transculturización ha dado pie a que la modernidad limite la transmisión de muchos de los mitos verdaderos en la familia, es poca la información existente acerca de este tema, surgiendo así la necesidad de saber si el estrato social (nivel socioeconómico) condiciona la prevalencia de los mitos y marca las diferencias entre las distintas creencias.

Por lo tanto ¿Qué conocimientos tienen los alumnos de 1er. Ingreso de la F.O. en relación a los mitos en odontología?

Asimismo ¿Qué Mitos han influido a tal grado que intervenga en el autocuidado de la higiene bucodental de las personas?

Y ¿Qué autocuidado de higiene bucodental realizan?

4. JUSTIFICACIÓN

La idea de escoger este tema como idea principal de esta tesina; es por conocer que tantos mitos aún en nuestra actualidad se encuentran en las familias, y que mejor el saber, que tanto conocen los alumnos de 1er ingreso de la Facultad de Odontología sobre este tema; ya que es más factible que ellos que aún no han leído tanto sobre la ciencia de la odontología; todavía puedan creer en los mitos que les fueron difundidos por sus padres y/o por sus abuelos, también saber si estos mitos puedan influir en su autocuidado de higiene bucodental.

Es por eso que también surgió también la idea de elaborar un cartel para la clínica de preventiva de la Facultad, ya que es ahí uno de los lugares donde los padres tienen más acceso a ella y puedan informarse sobre los mitos y sus realidades, ya que muchos de ellos son erróneos, los padres no lo saben y así se han ido difundiendo equivocadamente generación tras generación.

5. OBJETIVOS

5.1 GENERAL

Conocer las creencias, mitos y comportamientos de los alumnos de 1er Ingreso de la Facultad de Odontología, así como los métodos de higiene bucal que emplean.

5.2 ESPECÍFICOS

- ❖ Se determinó lugar de nacimiento, la edad y el sexo de los participantes.
- ❖ Se determinó lugar de nacimiento del padre y madre de los participantes.
- ❖ Se identificó si los mitos han sido transmitidos dentro del núcleo familiar, escolar o son difundidos por el personal de salud.
- ❖ Se determinó la relación existente entre el lugar de origen del alumno y sus mitos.
- ❖ Se identificó si el cuidado de higiene bucal que el alumno emplea; tiene relación con algunos mitos que conozca.
- ❖ Se diseñó un póster sobre mitos y realidades; para colocarlo en la clínica de Odontología Preventiva de la Facultad de Odontología.

6. METODOLOGÍA

6.1 MATERIALES Y MÉTODOS

Para el presente estudio se aplicó una encuesta (anexo1), a los alumnos de 1er ingreso de la carrera de Cirujano Dentista de la Facultad de Odontología; UNAM, que aceptaron participar en él. (Anexo 2).

6.2 TIPO DE ESTUDIO

Transversal descriptivo observacional.

6.3 POBLACIÓN DE ESTUDIO

Alumnos de 1er ingreso de la Facultad de Odontología; UNAM.

6.4 MUESTRA

La muestra se escogió por conveniencia y estuvo constituida por el total de alumnos de los grupos que se presentaron el día de la entrevista, siendo éstos pertenecientes a los grupos 1004, 1006, 1013, 1014 y 1015, y dando un total de 174 alumnos.

6.5 CRITERIOS DE INCLUSIÓN

- ❖ Alumnos de 1er. Ingreso de la Facultad de Odontología.
- ❖ Ambos sexos.
- ❖ Que aceptaron participar.

6.6 CRITERIOS DE EXCLUSIÓN

- ❖ Alumnos recursadores.
- ❖ Que no cumplan con los criterios de inclusión.

7. VARIABLES

7.1 DEPENDIENTE

Autocuidado de la higiene bucal.

7.2 INDEPENDIENTE

Conocimiento de los mitos en odontología.

7.3 CONCEPTUALIZACIÓN DE LAS VARIABLES

CONOCIMIENTO: Conjunto de datos sobre hechos, verdades o de información ganada a través de la posesión de múltiples datos relacionados por si solos poseen menor valor cualitativo.

MITO: Es una clase de relato, caracterizada normalmente por tratar temas fabulosos ficticios sobre dioses y héroes de un pasado remoto, cuya temporalidad es radicalmente distinta a la de la historia.

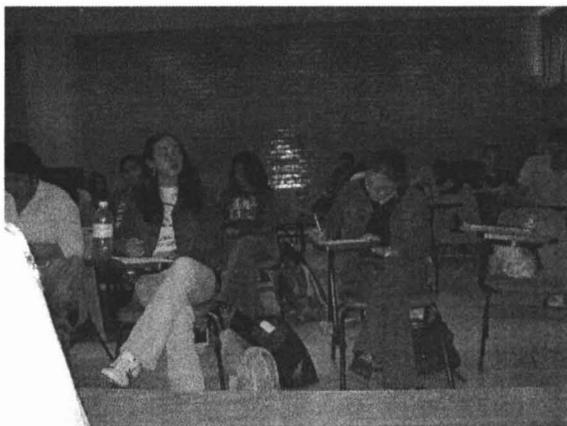
AUTOCUIDADO: Conjunto de actividades que realizan las personas, la familia o la comunidad para asegurar, mantener o promover al máximo su potencial de salud.

HIGIENE BUCAL: Es la conservación de la boca limpia, ésta es necesaria para todas las personas con el fin de mantener dientes y boca saludables. Consiste tanto en el cuidado personal como el profesional.

8. ANÁLISIS DE LA INFORMACIÓN

Para la variable género, se reportaron porcentajes, para el lugar de nacimiento, la frecuencia y para las otras variables de interés se obtuvieron proporciones que son presentadas en tablas y gráficas.

Se aplicó la encuesta a los alumnos de 1er ingreso de la F.O. 2005, en sus respectivos horarios de clases.



Fuente Directa

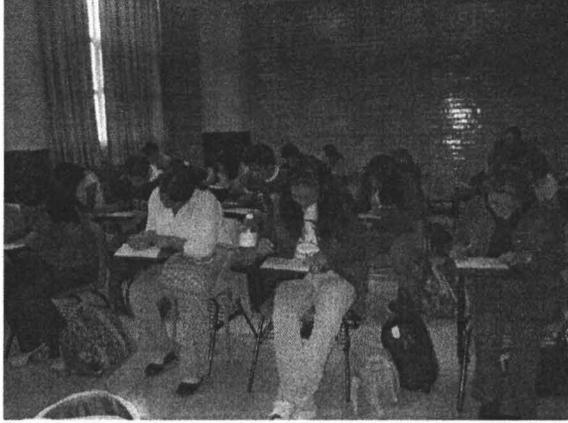
Los alumnos y los doctores titulares de las clases, aceptaron fácilmente apoyarnos a responder las encuestas en sus horarios de clases.



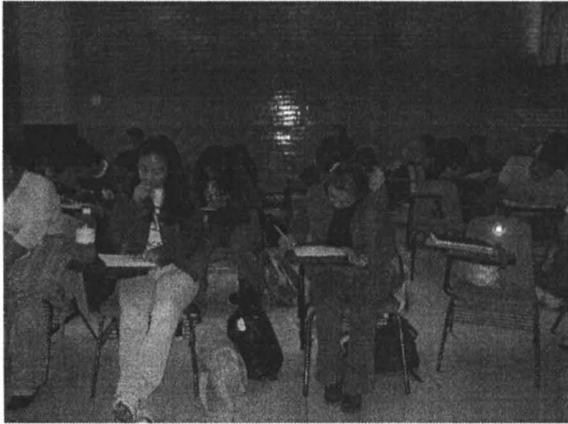
Fuente Directa



Fuente Directa



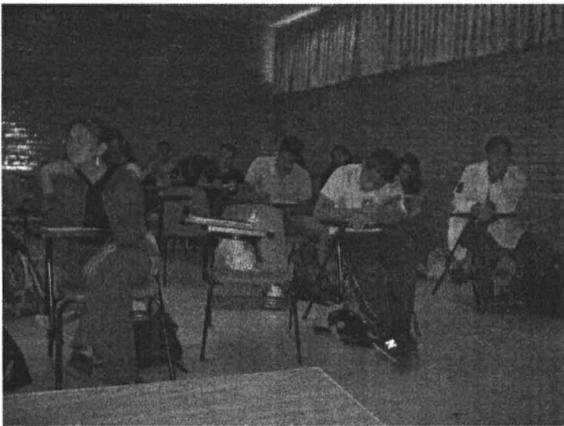
Fuente Directa



Fuente Directa



Fuente Directa



Fuente Directa

9. RESULTADOS

Tabla 1

Distribución porcentual del género en alumnos de primer ingreso de la F. O. 2005

GÉNERO	FRECUENCIA	PORCENTAJE
MASCULINO	49	28%
FEMENINO	125	72%
TOTAL	174	100%

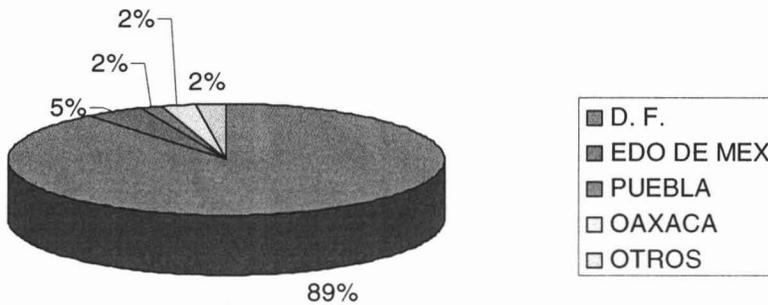
Fuente Directa.

La población sujeta a estudio estuvo constituida por 174 alumnos de 1er ingreso de la F. O. 2005; en donde el 28%, (49) pertenecen al género masculino y el 72% (125) al femenino. Ver tabla 1.

Gráfica 1

Distribución porcentual del lugar de nacimiento del alumno

LUGAR DE NACIMIENTO DEL ALUMNO

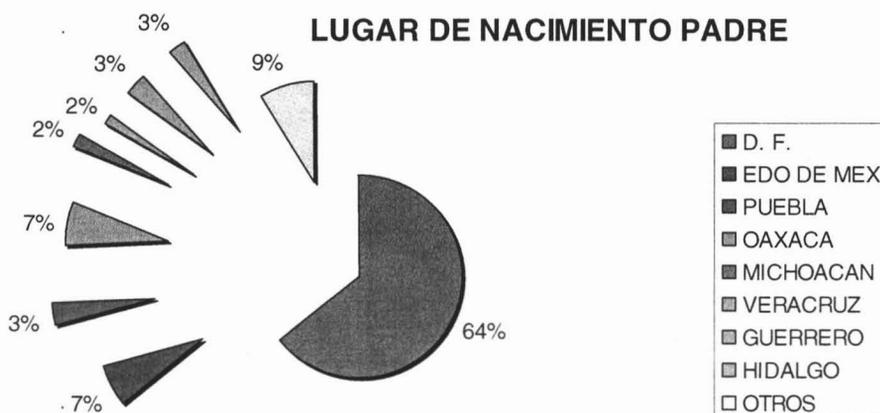


Fuente Directa.

El mayor porcentaje del lugar de nacimiento de los alumnos encuestados fue del Distrito Federal; con un porcentaje de 89%, siguiéndole el Estado de México con un 5%, y Puebla, Oaxaca entre otros con un porcentaje del 2% cada uno. Ver gráfica 1.

Gráfica 2

Distribución porcentual del lugar de nacimiento de los padres de los alumnos de 1er ingreso de la F.O. 2005.



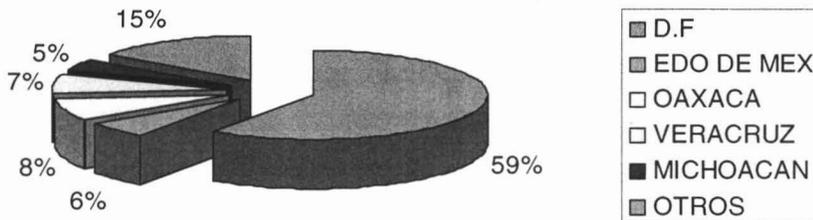
Fuente Directa

El mayor porcentaje del lugar de nacimiento de los padres del alumno correspondió al Distrito Federal, siguiendo con un 9% Otros Estados, un 7% el Estado de México al igual que Oaxaca, con un 3% Hidalgo y Guerrero y por último Veracruz y Michoacán. con el 2%. Ver gráfica 2.

Gráfica 3

Distribución porcentual del lugar de nacimiento de las madres de los alumnos de 1er. Ingreso de la F.O. 2005.

LUGAR DE NACIMIENTO DE LA MADRE



Fuente Directa

El 59% del lugar de nacimiento correspondió al Distrito Federal, el 15% otros estados en conjunto, con un 8% Oaxaca; Veracruz con el 7%, Michoacán con el 6% y el Estado de México con el 5%. Ver gráfica 3.

Tabla 2

Distribución porcentual del conocimiento de algún santo para el dolor de un diente

¿CONOCES ALGÚN SANTO PARA ALIVIAR EL DOLOR DE UN DIENTE?

SI	NO	TOTAL
1%	99%	100%

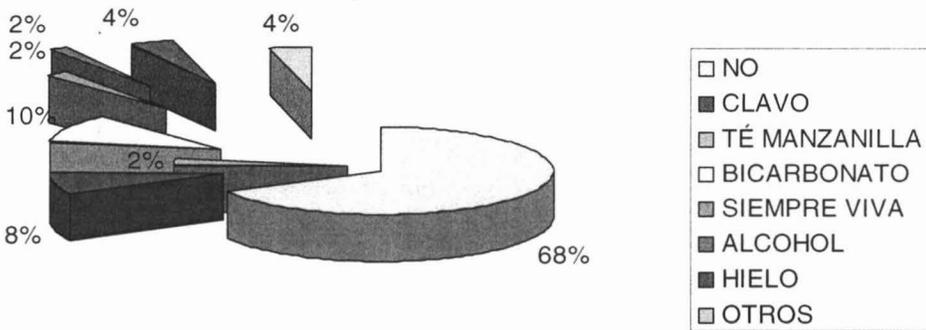
Fuente Directa

Los alumnos no conocen ningún santo para aliviar el dolor de un diente ya que esta respuesta corresponde a un 99%, y la respuesta de si; corresponde solo a un 1%. Ver tabla 2.

Gráfica 4

Distribución porcentual del uso de alguna planta medicinal o remedio casero en los alumnos encuestados de 1er Ingreso; F. O. 2005.

¿HAS USADO ALGUNA PLANTA MEDICINAL O REMEDIO CASERO?



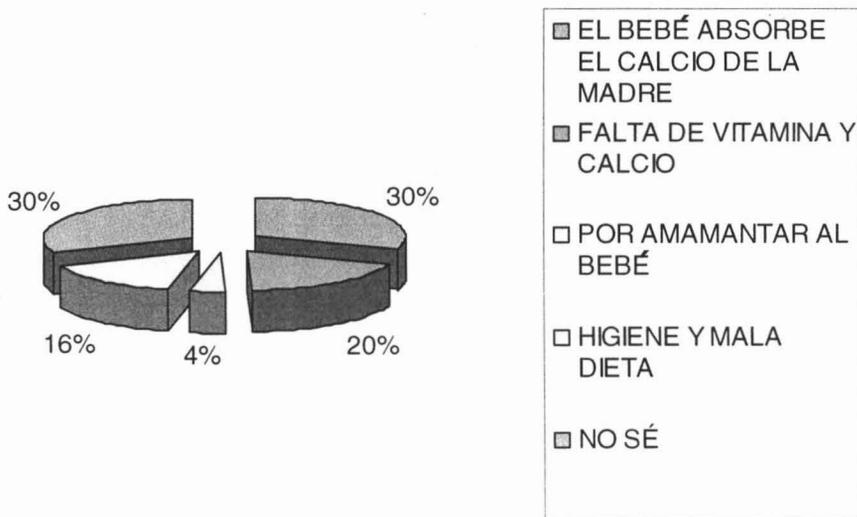
Fuente Directa

El 68% de los alumnos contestaron que no habían usado alguna planta medicinal o algún remedio casero, el 10% que habían usado té de manzanilla, un 8% clavo de cocina, y un 4% otros remedios y plantas medicinales, así como también hielo, y con un 2% la planta medicinal siempre viva y también 2% alcohol. Ver gráfica 4.

Gráfica 5

Distribución porcentual de porqué se cree que las mujeres pierden un diente por cada hijo que tienen.

¿POR QUÉ LAS MUJERES EMBARAZADAS PIERDEN UN DIENTE POR CADA HIJO?



Existieron dos respuestas que lograron el mayor porcentaje, que fue del 30%, ya que los alumnos creen que el bebé absorbe el calcio de la madre y de igual forma un 30% no sabe, el 20% cree que es por falta de vitamina y calcio, un 16% por mala higiene y un 4% por amamantar al bebé. Ver gráfica 5.

Tabla 3

Distribución porcentual del mito de; la mujer embarazada que ve un eclipse es probable que su hijo nazca con labio o paladar hendido.

¿LA MUJER EMBARAZADA SI VE UN ECLIPSE ES PROBABLE QUE SU BEBÉ NAZCA CON LABIO O PALADAR HENDIDO?

RESPUESTA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SI	25	14%
NO	129	75%
NO LO SÉ	20	11%
TOTAL	174	100%

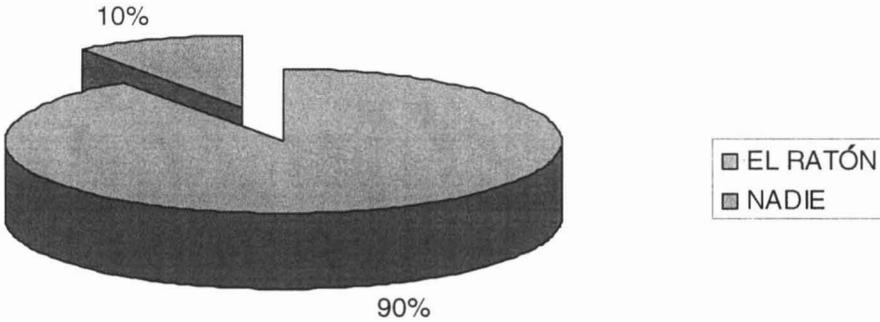
Fuente Directa

La respuesta con elevado porcentaje fue No, con una frecuencia de respuesta de 129 personas equivalente a 75%; Si, 25 alumnos que corresponde a un 14%, y No lo sé 20 alumnos equivalentes a un 11%. Ver tabla 3.

Gráfica 6

Distribución porcentual de quien se lleva los dientes temporales.

¿QUIÉN SE LLEVA LOS DIENTES DE LECHE (TEMPORALES)?



Un 90% dice que el ratón es el que se lleva los dientes y solo un 10% dice que nadie. Ver gráfica 6.

Tabla 4

Distribución porcentual de donde se coloca el diente temporal.

¿CUÁNDO ERAS NIÑO TUS PAPÁS TE TRANSMITIERON EL MITO DEL RATÓN Y DE COLOCARLO EN?

LUGAR	FRECUENCIA	PORCENTAJE
ALMOHADA	156	89%
AGUJERO DEL RATÓN	3	2%
NINGUN LADO	15	9%
TOTAL	174	100%

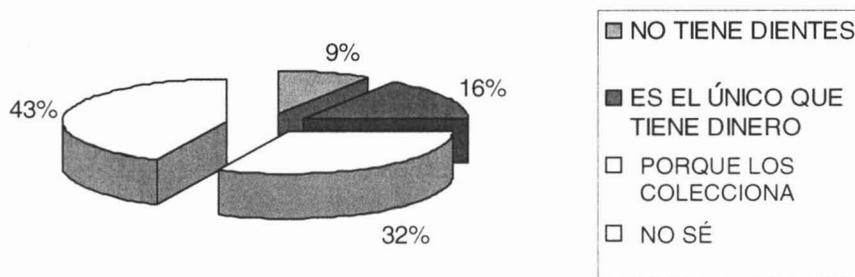
Fuente Directa

La frecuencia de respuestas que se cree que se coloca en la almohada fue de 156 alumnos que corresponde en porcentaje a un 89%, y del agujero de ratón fue 3 alumnos con un porcentaje de 2% y en ningún lado 15 alumnos con un 9%. Ver tabla 4.

Gráfica 7

Distribución porcentual de porqué creen que se los lleva el ratón y no otro animalito

¿POR QUÉ CREES QUE SE LOS LLEVA EL RATÓN?



Fuente Directa

La respuesta que mayor porcentaje tuvo fue que no saben con un 43%, porque los colecciona con un 32%, porque es el único que tiene dinero 16% y porque no tiene dientes 9%. Ver gráfica 7.

Tabla 5

Distribución porcentual de cómo evitan la caries los alumnos de 1er ingreso de la F. O.; 2005.

¿CÓMO EVITAS LA CARIES?

NO COMIENDO DULCES	CEPILLANDOME LOS DIENTES TRES VECES AL DÍA	OTROS	TOTAL
6%	91%	3%	100%

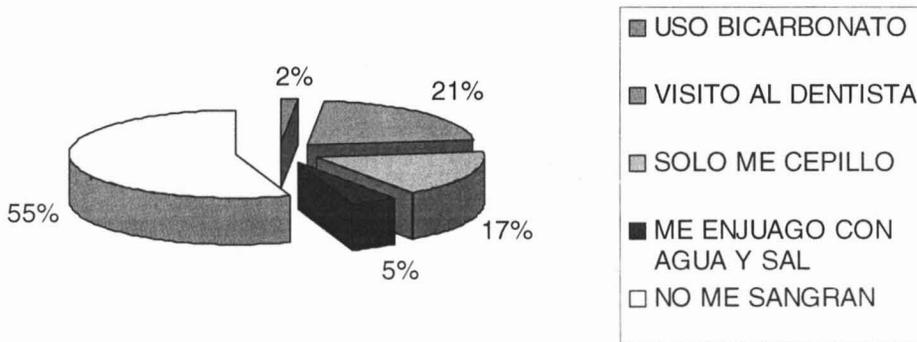
Fuente Directa

La respuesta que mas porcentaje obtuvo fue cepillándose los dientes 3 veces al día con un 91%, no comiendo dulces 6% y otros 3%. Ver tabla 5.

Gráfica 8

Distribución porcentual de si les sangran las encías que hacen.

¿SI TE SANGRAN LAS ENCÍAS QUE HACES?



Fuente Directa

La respuesta; no me sangran las encías, fue la de mayor porcentaje 55%, visito al dentista 21%, solo me cepillo 17%, me enjuago con agua y sal 5% y uso bicarbonato 2%. Ver gráfica 8.

Tabla 6

Distribución porcentual de que utilizan los alumnos para lavarse los dientes.

¿QUÉ UTILIZAS PARA LAVARTE LOS DIENTES?

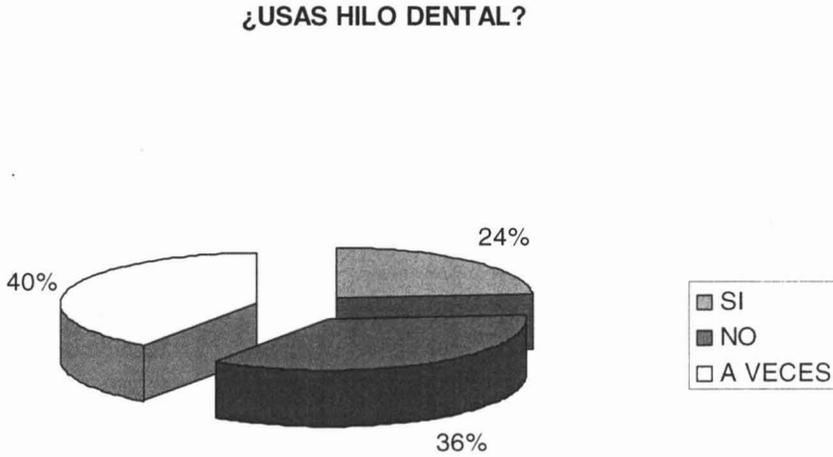
PRODUCTO	FRECUENCIA	PORCENTAJE
CEPILLO Y PASTA DENTAL	66	38%
CEPILLO, PASTA Y ENJUAGUE BUCAL	108	62%
TOTAL	174	100%

Fuente Directa

66 alumnos contestaron que utilizan cepillo y pasta dental correspondiendo a un 38%, y los que utilizan cepillo pasta y enjuague bucal fueron 108 correspondiendo a un 62%. Ver tabla 6.

Gráfica 9

Distribución porcentual de uso de hilo dental, en los encuestados de 1er Ingreso de la F. O. 2005.



Fuente Directa

Los alumnos de 1^{er} ingreso de la F. O. que contestaron que a veces usan hilo dental corresponden a un 40%, los que no lo usan fueron 36% y los que si usan hilo dental 24%. Ver gráfica 9.

Tabla 7

Distribución porcentual de uso de cepillo interdental.

¿USAS CEPILLO INTERDENTAL?

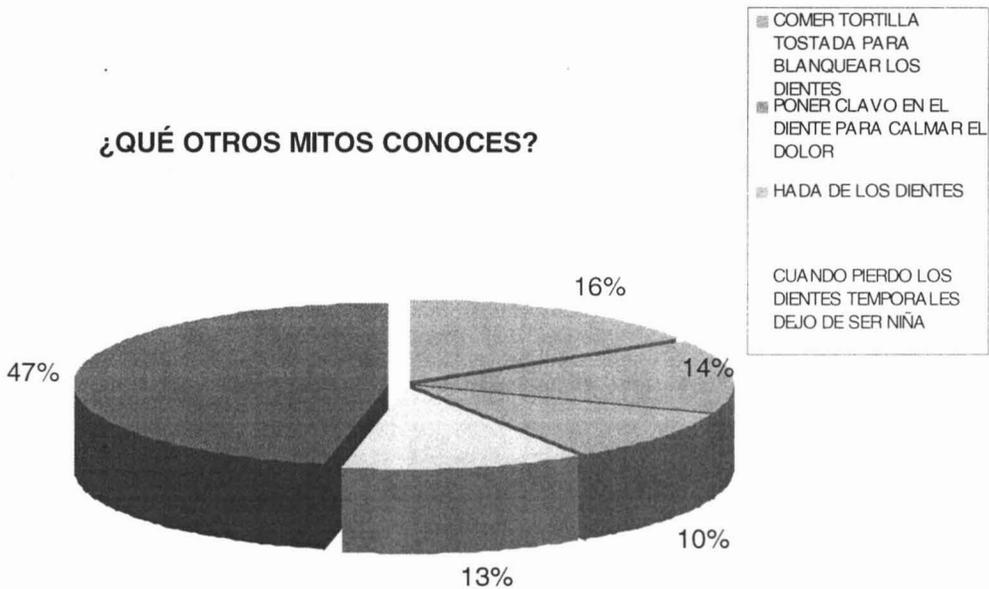
SI	NO	A VECES	TOTAL
22%	58%	20%	100%

Fuente Directa

58% de los alumnos No usan cepillo interdental, 22% Si lo usan y 20% A veces lo usan. Ver tabla 7.

Gráfica 10

Distribución porcentual de otros mitos que conocen los alumnos de 1er ingreso de la F. O. 2005.



Fuente Directa

Los alumnos que contestaron que no conocían ningún otro mito equivalen a un 47%, los que conocen el mito de comer tortilla tostada para blanquear los dientes 16%, los que conocen el mito de poner un clavo de cocina en el diente para calmar el dolor 14% y el de la hada de los dientes 13%. Ver gráfica 10.

10. CONCLUSIONES

Es importante conocer los mitos que existen actualmente en nuestras familias, ya que algunos de ellos han sido difundidos erróneamente y a veces causan desorientación a las personas.

A pesar de que el mayor porcentaje de alumnos encuestados, son del D.F., y sus padres también, aún siguen creyendo en mitos que fueron fundamentados quizás por sus abuelos, en un mínimo porcentaje, ya que muchos alumnos contestaron que no conocen ningún otro mito, ni tampoco algún santo para aliviar el dolor de dientes.

El mito de colocar el diente temporal en la almohada aún sigue vigente, en un porcentaje alto y también el creer que se los lleva el ratón.

Por otro lado hay un mayor porcentaje de alumnos creen que la mujer pierde un diente por cada hijo, porque el bebé absorbe el calcio de la madre o por amamantar al bebé.

En la actualidad se encuentra un mínimo porcentaje de alumnos que utilizan remedios caseros o plantas medicinales, para aliviar el malestar de algún diente, que bien si les benefician o no, no se consideran dañinos.

En cuanto a la influencia de los mitos en el autocuidado de la higiene dental, esta influencia es mínima, ya que los estudiantes contestaron en un mayor porcentaje respuestas encaminadas a la ciencia y no a los mitos antiguos, pero aún así existen alumnos que no usan hilo dental, ni cepillo ínterproximal, y que actúan en su autocuidado por ideas que escuchan por sus padres.

Los alumnos de 1^{er} ingreso de los grupos encuestados de la Facultad de Odontología, como promotores de la salud, deben informarse en relación a estos mitos, ya que pueden afectar a la salud de los pacientes aquellos que son erróneos.

De igual manera, les concierne a ellos como generaciones futuras tener una mejor comprensión sobre los mitos y las realidades relacionados a la salud bucodental, para que puedan orientar de manera certera a sus pacientes.

FUENTES DE INFORMACIÓN

- 1.- Mito. Wikipedia, la enciclopedia libre.2005; p1.
- 2.- Portal informativo Odontológico en Internet.1996; pp1-3.
- 3.- Flores, Pérez, Edith, Creencias relacionadas a la salud –enfermedad. Tesis Facultad de Odontología .UNAM. Inédita 1998.
- 4.-Orcanza Fernando, Historia de la Medicina en México. Lab. Midy. México.1934. p45
- 5.- Salas L., A. La odontología del pueblo Maya. Revista ADM Vol. LVIII No.3 pp105-107 Mayo-Junio 2001.
- 6.- Gordón, S. La medicina en México. Colección salud y seguridad social.1980.
- 7.-Sanfilippo, J. Aspectos Históricos de la odontología Infantil. Ed. Panorama Estomatológico Vol.3 No.2 pp9-18 junio 1995.
- 8.- Proa, V. Morfología del cuento. Ed. Colofón S. A; 6ª. Ed; México.1999
- 9.- Lerman, S. Historia de la Odontología y su ejercicio legal. Ed. Mundí, 3ª.ed., Argentina. pp 26, 27, 203.
- 10.- Arenas Camacho, O. Tradiciones populares relacionadas con la exfoliación de los dientes primarios matriculados en dos escuelas del D. F.Tesis Facultad de Odontología. UNAM. 2001.
- 11.- Arenas C., M. Costumbres relacionadas con la caída de los dientes primarios o de “leche”.Revista ADM. Vol. LVIII No. 5 sep.-oct. 2001 pp163-166.
- 12.-Sanfilippo, J. Creencias populares en la Práctica Odontologica Moderna. Ed. Panorama Estomatológico Vol.2 (1) pp4-5 febrero 1994.
- 13.- González, Rodríguez L, J. La prevención no duele, Clínic azul dental. 2004.
- 14.- Cruz, Flores Silvia. Creencia popular por cada hijo se pierde un diente; en alumnos de una escuela secundaria de D.F. Facultad de Odontológica. UNAM, 2004.

- 15.- Rodríguez, Chala., H, E., López, Santana., M. El embarazo y su relación con la Salud bucal. Revista cubana estomatologica. 2003.
- 16.- Laine , M. Effect of programo f periodontal and dental health. Acta Odontol sean. 2002;60 (5): 257-64.
- 17.- Díaz, Romero, R, M. Caries Dental, Importancia durante el embarazo. Revista ADM. mayo-junio 2004.
- 18.- M, González, M. E. Sánchez y G. Jiménez. Influencia de los mitos y costumbres ancestrales en la salud bucal de las mujeres embarazadas. Facultad de Odontología. CIEAO. UACM, Toluca, México. 2005.
- 19.- González Infante, Ma. La odontología atreves de los tiempos : mitos y creencias en Tepeaca, puebla. Tesis UNAM.2003.
- 20.- Patricio J., Heras, A. En odontología ULA estudian mitos y realidades del chimó. Universidad de los Andes. 2005-10-17
- 21.-Fastlich, S. La odontología en el México Prehispánico. Ed Talleres de Edimex S. de R. L. 1ª. Ed.1971.
- 22.-Fuentes, F. Halitosis y enfermedad periodontal. Portal Informativo del la Clínica del Dr. Fernando Fuentes.2005.
- 23.- Torres, Pinzón, R. Representaciones sociales del proceso salud-enfermedad oral en poblaciones urbano-marginales y su relación con los discursos y las prácticas institucionales. Odontología en línea. 2005.
- 24.- Sanz, M. workshop Ibérico; higiene bucodental. 2005.
- 25.- ¿Qué significa una buena higiene bucodental? Colgate. 2004.
- 26.- Salud Familiar; higiene bucal. Sep. 2005.
- 27.- Higiene de la boca fascículo 1º. ; Guía médica familiar.1997, 1998.
- 28.-Como mantener la salud bucal de los adolescentes. Oral Health Education. Colgate. 2004.
- 29.- León Alcides. Salud- higiene bucal. Producto Light. Caracas Venezuela. 2005.
- 30.- Tipos de cepillo dental.htdental.freereserves. 2005. p1.
- 31.- Selección adecuada del cepillo dental. Salud dental y Centro de Recursos para la Higiene Oral. Word of Care. Colgate. 2005.

- 32.- Hilo Dental. Methodist Health care System, Houston, Texas.Usa.2005 pp1, 2
- 33.-Del Rió Herrera, S. La pasta. Tampico. Oct. 2003.
- 34.- La salud Oral. MCG Health System. 2005.
- 35.- Carlos, A. Odontología Integral; Prevención para la Salud Bucal. México D. F. 2002.
- 36.- Sánchez, Fayad, N. El siglo de Torreón; periódico Regional del Defensor de la Comunidad. abr. 2005.
- 37.- La falta de higiene bucal puede matar a una persona. Ibelnews; el diario online en español. dic.2004.

ANEXOS

UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO
FACULTAD DE ODONTOLOGÍA
SEMINARIO DE EDUCACIÓN PARA LA SALUD

Esta encuesta es totalmente anónima por lo tanto se requiere que tus respuestas sean lo más verídicas posible.

Favor de colocar el inciso de tu respuesta en el recuadro de la derecha

	Numero de Identificación	<input type="text"/>
1.- Lugar de Nacimiento_____		<input type="text"/>
2.- Sexo: 1) Femenino 2) Masculino		<input type="text"/>
Lugar de nacimiento 1) padre_____ 2) Madre_____		<input type="text"/>
3.- ¿Conoces algún santo para aliviar el dolor de un diente? 1) Si 2) No 3) Cuál _____		<input type="text"/>
4.- ¿En alguna ocasión has utilizado algún remedio casero para aliviar un dolor o molestia en tu boca? 1) Si 2) No 3) Cual_____		<input type="text"/>
5.- ¿Para aliviar un dolor dental has usado alguna planta medicinal? 1) Si 2) No 3) Cual_____		<input type="text"/>
6.- ¿Cuando tienes algún dolor dental prefieres tomar: 1) Fármacos 2) Remedios Caseros		<input type="text"/>
7.- ¿Crees que las mujeres embarazadas pierden un diente por cada hijo que tienen? 1) Cierto 2) Falso 3) No lo sé		<input type="text"/>
8.- ¿Por qué crees que las mujeres embarazadas pueden perder un diente en cada embarazo? 1) Porque el bebé absorbe el calcio de la madre 2) Por falta de Vitaminas y Calcio 3) Por amamantar al bebé 4) Por falta de higiene y mala dieta 5) No lo sé		<input type="text"/>
9.- ¿Has escuchado que cuando una mujer embarazada ve un eclipse es probable que su bebé nazca con labio o paladar hendido? 1). Si 2) No		<input type="text"/>
10.- ¿Crees en este mito? 1) Si 2) No 3) No lo sé		<input type="text"/>
11.- ¿En relación con la cultura popular; los dientes de leche (temporales) se los lleva 1) El perro 2) El ratón 3) El conejo 4) Ninguna de los anteriores		<input type="text"/>
12.- ¿Cuando eras niño tus papás te transmitieron el mito del ratoncito y de colocarlo en? 1) La Almohada 2) Agujero del ratón 3) Un zapato 4) Ningún lado		<input type="text"/>

13.- ¿Por qué crees que se los lleva el ratón y no otro animalito?

1) Por que los colecciona 2) Por que no tiene dientes
3) Por que es el único que tiene dinero 4) No sé

14.- ¿Como evitas la caries dental?

1) No comiendo dulces
2) Usando alguna pomada, jarabe o solución para hacer buches
3) Cepillándome los dientes 3 ó mas veces al día
4) Otros; especifique_____

15.- ¿Cuantas veces te cepillas los dientes al día?

1) 1 2) 2 3) 3 4) 4 o más 5) No me cepillo

16.- ¿Cómo te cepillas los dientes?

1) Los dientes de arriba, de arriba hacia abajo, los de abajo, de abajo hacia arriba y las muelas en forma circular 2) De atrás hacia delante 3) Como sea

17.- ¿Usas cepillo interdental?

1) Si 2) No 3) A veces

18.- ¿Si te sangran las encías que haces?

1). Me enjuago con vinagre 2) Me enjuago con agua y sal
3) Uso bicarbonato 4) Visito al dentista 5) Solo me cepillo
6) No me sangran

19.- ¿Qué utilizas para lavarte los dientes?

1) Agua 2) Cepillo y Jabón 3) No me cepillo los dientes
4) Cepillo y pasta dental 5) Cepillo, pasta dental y enjuague bucal
6) Solamente enjuague bucal

20.- ¿Usas hilo dental en tu auto cuidado?

1) Si 2) No 3) A veces

21).- ¿Qué otros mitos relacionados con Odontología conoces?

22).- Menciona quién es Santa Apolonia

POR TU PARTICIPACIÓN, GRACÍAS

**ESTA TESIS NO SALE
DE LA BIBLIOTECA**