



**UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE
MÉXICO**



FACULTAD DE ODONTOLOGÍA

**TÉCNICAS DE CONTROL DEL MIEDO Y ANSIEDAD EN
LA CONSULTA DENTAL.**

TESINA

QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE

CIRUJANO DENTISTA

P R E S E N T A:

HOMERO TORRES MATA

TUTOR: C.D. CHRISTIAN MENESES REYES

ASESOR: Mtro. RICARDO ORTIZ SÁNCHEZ



Universidad Nacional
Autónoma de México

Dirección General de Bibliotecas de la UNAM

Biblioteca Central



UNAM – Dirección General de Bibliotecas
Tesis Digitales
Restricciones de uso

DERECHOS RESERVADOS ©
PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL

Todo el material contenido en esta tesis esta protegido por la Ley Federal del Derecho de Autor (LFDA) de los Estados Unidos Mexicanos (México).

El uso de imágenes, fragmentos de videos, y demás material que sea objeto de protección de los derechos de autor, será exclusivamente para fines educativos e informativos y deberá citar la fuente donde la obtuvo mencionando el autor o autores. Cualquier uso distinto como el lucro, reproducción, edición o modificación, será perseguido y sancionado por el respectivo titular de los Derechos de Autor.



A MIS PADRES

Por todo su esfuerzo, dedicación y sacrificio que siempre tienen para llevarnos a cumplir nuestras más grandes metas. Envolverme en su corazón y entrégame todo su amor me llena de energía para seguir adelante, y continuar cumpliendo con todos mis sueños. Nunca me cansare de agradecerle al Dios por darme la bendición de estar en sus vidas. Los amo con todo mi corazón.

A MIS HERMANOS

Por todas las bendiciones que me regalan a cada día, el esfuerzo y apoyo infinito que siempre tienen para llevarme a ganar. El amor y cariño que se generan en sus corazones me da la fortaleza para enfrentar los retos que la vida me pone día a día. Estoy orgulloso de verlos crecer y entregarles mi vida entera por que cumplan todos sus sueños, los amo con todas mis fuerzas.

A MIS ABUELOS

Por todo su amor, cariño y ejemplo que siempre me brindan, el apoyo y las bendiciones que me llenan de inspiración para continuar con mi camino. Los amo.

A MI CHAPARRA

Por entregarme tu corazón y regalarme todos los bellos momentos que paso a tu lado. Por guiarme y apoyarme en todo momento. Por toda la dedicación que tienes para llevar a ganar. Eres muy hermosa con un corazón enorme. El universo nunca se equivoca y nos puso en el camino perfecto. Te amo con todo mi corazón.

A EL C.D. CHRISTIAN MENESES Y EL MTRO. RICARDO ÓRTIZ

Por entregarme su conocimiento y regalarme su amistad, dedicación y apoyo para terminar mi carrera.

A MIS AMIGOS:

Rodrigo Galindo, Isabel Martín, Andrea Olvera, Claudia Jiménez, Gerardo García, Martha I. García, Fátima Pacheco, Martín Enríquez, Iliana Medina, Coral Escobar, Beatriz Ramón, Alejandra Valencia. Que siempre tienen esa chispa para alegrar mis días y me acompañan con su cariño en todo momento. Los quiero mucho y siempre los llevo conmigo.

Esleidy Rodríguez, Fernanda Páez, Yessica Venancio, Luz Jiménez, Cynthia Montero y Jessica Muños por entregarme su confianza y cariño. Las quiero mucho y agradezco a la vida poder cumplir mi sueño al lado de ustedes.



A ESTEFANIA SUAREZ

Por llenarme de alegría, amor y cariño. Entregarme la amistad más hermosa que la vida me pueda regalar. El apoyo y la confianza que me llenan de confianza para salir adelante. Te amo con todo mi corazón.

A ILLY XOLALPA

Por regalarme todo su cariño y confianza, apoyarme en todo momento y ser un gran ejemplo para seguir adelante.

A VANIA SALDAÑA

Por el gran apoyo que siempre recibo, todo el cariño y la confianza que me das en cada momento.

Gracias infinitas a mi alma mater UNAM por llevarme a conocer la versión de mí, y permitirme cumplir mi sueño.

“POR MI RAZA HABLARÁ EL ESPÍRITU”

**¡GOYA! ¡GOYA!
¡CACHUN, CACHUN, RA, RA!
¡CACHUN, CACHUN, RA, RA!
¡GOYA!
¡UNIVERSIDAD!**



ÍNDICE

INTRODUCCIÓN.....	5
OBJETIVO GENERAL.....	6
1. CAPÍTULO I: PROMOCIÓN PARA LA SALUD.....	7
1.1 Antecedentes.....	7
1.2 Promoción para la salud.....	8
1.3 Educación para la salud.....	8
1.4 Promotor para la salud.....	8
2. CAPÍTULO II: MIEDO.....	10
2.1 Miedo.....	10
2.2 Tipos de miedo.....	12
2.3 Etiología.....	13
2.4 Prevalencia.....	14
3. CAPÍTULO III: ANSIEDAD.....	15
3.1 Ansiedad.....	16
3.2 Tipos de ansiedad.....	17
3.3 Etiología.....	18
3.4 Signos y síntomas.....	18
3.5 Diagnóstico.....	19
4. CAPÍTULO IV: TÉCNICAS DE CONTROL DE MIEDO Y ANSIEDAD EN LA CONSULTA DENTAL.....	21
4.1 Técnicas no farmacológicas.....	22
4.1.1 Decir- mostrar-hacer.....	23
4.1.2 Respiración.....	24
4.1.3 Acupuntura.....	25
4.1.4 Hipnosis.....	27
4.1.5 Musicoterapia.....	29
4.2 Técnicas farmacológicas.....	30
4.2.1 Sedación oral.....	32
4.2.2 Sedación inhalatoria.....	34
4.2.3 Sedación endovenosa.....	35
CONCLUSIONES.....	38
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	39



INTRODUCCIÓN

El presente trabajo tiene el propósito de realizar una revisión bibliográfica y conocer las técnicas de control del miedo y ansiedad utilizados la consulta dental.

En la formación como en práctica profesional, el odontólogo se enfrenta a diferentes factores que pueden alterar los resultados de los tratamientos o en muchos casos dificulten en gran medida los procedimientos a realizarse durante la consulta dental.

Estos factores son el miedo y la ansiedad, que combinados o separados representan la condición más importante que el odontólogo debe tener en cuenta antes y durante los procedimientos odontológicos, debido a que las consecuencias que pueden presentar los pacientes por la alteración de estos pueden ser verdaderamente complejos para el manejo del odontólogo.

En este contexto, los cambios en la vida diaria, la gran variedad de opciones de tratamiento y los avances odontológicos, crean una gran confusión y un desentendimiento de los procedimientos a realizar durante su consulta dental. Sumado a las creencias, malos tratamientos, mala información y sobre todo malas experiencias vividas, hacen que el paciente genere cada día más miedo desencadenando ansiedad en las consultas dentales.

El adecuado manejo de las técnicas es una acción de suma importancia, que aumenta el nivel de confianza y crea una buena cooperación hacia los tratamientos, de esta manera, se pueden prevenir crisis de ansiedad y situaciones de difícil manejo.

Por lo anterior, el odontólogo tiene la responsabilidad de conocer, diagnosticar, prevenir y manejar las técnicas de control de miedo y ansiedad para dar una atención de calidad y mejorar las condiciones de salud, y con ello, evitar crisis protegiendo integridad del paciente.



OBJETIVO GENERAL

1. Conocer las técnicas de control del miedo y ansiedad en la consulta dental.



1. CAPÍTULO I

PROMOCIÓN PARA LA SALUD

1.1 ANTECEDENTES

Desde el siglo XVIII se realizaron avances que comenzaron a considerar a la salud física y mental como un factor trascendental en la sociedad, realizando trabajos para generar salud en los habitantes de los pueblos. ¹

Henry Sigerist, habló por primera vez de la promoción para la salud, estableciendo cuatro aspectos de la medicina: promoción para la salud, prevención de la enfermedad, restauración del enfermo y rehabilitación, fue en esta época que se desarrolló un vínculo entre la filosofía y las salud por lo que hubo un gran avance en la medicina preventiva. ^{1,2}

Fue hasta noviembre de 1986 que en Ottawa se realizó la primera conferencia internacional de la promoción de la salud donde se creó la carta de Ottawa teniendo por objetivo responder a la demanda de salud. ²

En la actualidad la promoción para la salud sigue siendo un tema de preocupación mundial, principalmente en los países en vías de desarrollo, es por esto, que las organizaciones mundiales trabajan en conjunto para el desarrollo en la atención de ella. ¹

De acuerdo con la Organización Mundial de la Salud OMS y la Organización Panamericana de la Salud OPS se reconocen a los factores económicos, políticos, sociales y ambientales como aspectos que alteran o modifican la salud, por lo cual, tienen que ser estudiados y considerados para la educación para la salud.³

En año de 1986 la Organización Mundial de la Salud la define como “el estado completo de bienestar físico, psíquico y social no solo la ausencia de enfermedad”,



Años más tarde Terris definió que “la salud es un estado de bienestar físico, mental y social, con capacidad de funcionamiento en los que vive el individuo y lo que le rodea se mantenga en un estado de equilibrio y no únicamente la ausencia de afecciones y enfermedades”.^{1, 3}

1.2 PROMOCIÓN PARA LA SALUD

Es un proceso definido por la asistencia, la prevención y la adaptación social a un problema de salud, la OMS define a la promoción para la salud como “el proceso planeado y dirigido a fomentar y apoyar las mejoras en la salud de una población de manera distinta de la provisión de los servicios al cuidado de la salud”.¹

1.3 EDUCACIÓN PARA LA SALUD

La Organización Mundial para la Salud define como “las oportunidades de aprendizaje creadas conscientemente que suponen una forma de comunicación destinada a mejorar la alfabetización sanitaria, incluida la mejora del conocimiento de la población en relación con la salud y el desarrollo de habilidades personales que conduzcan a la salud individual y de la comunidad”, sin embargo, la educación para la salud aborda no solamente la transmisión de información, sino también el fomento de la motivación, las habilidades personales y la autoestima necesarias para adoptar medidas destinadas a mejorar la salud.

1.4 PROMOTOR DE LA SALUD

Se definen como un educador de la salud, de manera que, no necesariamente tiene que ser un profesional, si no también pueden ser voluntarios capacitados que compartan la cultura y las necesidades de la comunidad a donde se va a llevar a cabo el programa de salud. La promoción de la salud debe conocer los aspectos religiosos, lingüísticos, demográficos y

costumbres de la comunidad, y con ello tener un mayor entendimiento con la población.

Asimismo, en el área de la salud bucal, los promotores realizan actividades para difundir los beneficios de tener una higiene bucal, al igual, que realizan procesos educativos para lograr cambios de actitud y conducta en la población en cuanto a la salud y prevención de enfermedades.¹

Los odontólogos deben estudiar y comprender las necesidades de la comunidad, actuar de una manera preventiva y tener una visión amplia para poder comprender la salud bucal, teniendo en cuenta los factores económicos, sociales, políticos y ambientales, de esta manera involucrar a la comunidad para detectar y atender las necesidades de la salud bucal. (Imagen 1)



Imagen1. Promotor de la salud en actividad comunitaria.

La educación para la salud en la odontología es de suma importancia, trabaja de manera conjunta promoviendo la salud bucal, teniendo por objetivo apoyar a la población creando hábitos y cambios de conducta positivos para prevenir afectaciones bucodentales.



2. CAPÍTULO II MIEDO

El miedo corresponde a uno de los factores más importantes dentro de la consulta dental, debido a que con frecuencia los pacientes presentan o desarrollan algún tipo de miedo al realizarse un tratamiento, el temor a los procedimientos desencadena una serie de condiciones que impiden o modifican tratamiento, poniendo en riesgo la calidad de éste.

2.1 MIEDO

En la actualidad existen muchas definiciones dadas por diferentes investigadores y autores que nos proponen su propio concepto, generando así, diferentes opiniones y corrientes psicológicas, cada una de ellas interpreta de forma diferente, sin embargo, muchos autores relacionan el miedo directamente con la ansiedad en un solo término refiriéndola como una respuesta ante un estímulo peligro.

El término proviene del latín *Metus*, y se define como una emoción que se produce cuando el individuo se percata de un factor amenazante tanto físico, mental, emocional o social, que lo hará reaccionar de forma defensiva, a través de una serie de cambios fisiológicos.

De esta manera funciona como una alarma psicológica que avisa de amenazas para la integridad física y el bienestar de la persona, puede variar la intensidad dependiendo de la amenaza que se presente.

Según Nardone para el psicoanálisis es el efecto de un trauma infantil diferente, para el conductismo es una forma de aprendizaje y condicionamiento, para la terapia familiar es el producto de un mal funcionamiento de las relaciones familiares.⁴



Todas las definiciones coinciden en que el miedo es un sentido de respuesta ante un peligro eminente, los avances en las investigaciones van modificando el concepto, actualmente relacionan el miedo y la ansiedad con un nuevo factor llamado estrés, que se ha convertido en uno de los trastornos de salud más comunes de la población mundial.

Las investigaciones realizadas por Zygmunt Bauman nos ayudan a conocer los factores que influyen en la actualidad directamente con el miedo.

“Los miedos de nuestra época emanan de la fragilidad e incertidumbre que se generan por los cambios constantes que se viven en nuestra época, donde todo tiene fecha de caducidad y casi nada dura para siempre. Nos encontramos frente a una paradoja donde, por un lado, tenemos un menú infinito de opciones entre las cuales elegir y, por otro, aquello que tenemos, puede ser arrebatado en cualquier momento”⁵

El estrés llega a complementar el trastorno de miedo y ansiedad dentro de la consulta dental, aunado la rutina de la vida diaria, el nivel de movimiento que mantiene la población, sumándole problemas sociales, económicos, culturales y de seguridad, llevan a la población a tener diferentes trastornos emocionales incrementando los niveles de miedo que son individualizados según las experiencias vividas.

Si bien es cierto, que todas estas experiencias vividas son el reflejo del nivel de miedo que puede presentar un paciente, también podemos decir que las experiencias pueden ser transmitidas por la sociedad que les rodea, esta situación aumenta el temor sobre las consecuencias o las probabilidades de resultados de tratamientos.

La información sobre tratamientos dentales al ser transmitidos de voz en voz o el uso de las tecnologías como las redes sociales, genera pros y contras para el odontólogo, debido a que con frecuencia la comunicación de malas



experiencias y la incorrecta información, producen indiferencia a los tratamientos odontológicos.

2.2 TIPOS DE MIEDOS

Actualmente existen diferentes clasificaciones que dividen el miedo en diferentes tipos y etapas, desde un punto más general que nos lleve al entendimiento de los tipos de miedo dentro de una consulta dental utilizamos la clasificación de Zygmund Bauman sociólogo y pensador polaco quien tiene investigaciones de suma importancia sobre el miedo clasificándolo en tres tipos:⁵

- Tipo 1.- Situaciones de peligro que afecten el cuerpo y patrimonio.
- Tipo 2.- Situaciones de peligro que afecten nuestros medios de vida.
- Tipo 3.- Miedos que ponen en juego nuestra posición en la sociedad

Esta clasificación nos ayuda a interpretar el grado de miedo que puede presentar un paciente durante la consulta dental, predominando el miedo a la alteración de la salud y el temor persistente a que se provoque o genere alguna sensación de dolor o daño consecuente a la consulta dental.⁵

Cuando el miedo es de una forma intensa y persistente, en donde el paciente curse con un descontrol físico, emocional y no pueda controlarlo se denomina fobia dental.

La fobia dental puede ser presentada por el paciente de una forma excesiva e irracional, desencadenando por la presencia o anticipación de un objeto o situación específica, es por eso que la exposición al estímulo fóbico provoca casi invariablemente una respuesta inmediata, que puede tomar la forma de una crisis de pánico.



La mayoría de las veces el paciente es consciente del factor que puede desencadenar una crisis pánico, por lo cual, tratará de alejarse todo aquello que se relacione con el factor desencadenante.

En la consulta dental es muy fácil encontrar diferentes objetos y situaciones que nos puedan desencadenar miedo, ansiedad o fobia en el paciente debido a la jeringa de anestesia, el sillón dental, el sonido producido por la pieza de mano, la espera de la consulta, entre otros.

2.3 ETIOLOGÍA

Las causas que pueden provocar un trastorno del miedo en el paciente dentro de una consulta dental, dependen de gran modo de las experiencias vividas, hábitos, la educación médica y dental.

Las barreras que se encuentran dentro de la educación para salud, son un factor muy importante ya que en la actualidad los pacientes relacionan el tratamiento dental con el dolor, anestesia, costos muy elevados y el fracaso del tratamiento, esta situación lleva a círculo vicioso, en el cual, el paciente presenta una crisis de miedo y ansiedad durante el tratamiento, dificultando el manejo de la atención del odontólogo, quien en la mayoría de los casos tiene que modificar sus técnicas para poder trabajar y tratar de controlar la crisis, estas condiciones generan por un lado, un ambiente tenso y de desconfianza para el paciente aumentando los niveles de ansiedad, y por otro, la pérdida de concentración del odontólogo para el correcto funcionamiento y desarrollo del tratamiento.

En muchos casos, este círculo vicioso lleva a los odontólogos a crear malas experiencias durante una consulta dental, resultando que los pacientes decidan no regresar a consultas siguientes, esta situación provoca que el paciente curse con tratamientos incompletos los cuales terminan causando mayor daño



para la salud bucal, mientras que el odontólogo cursa un grado de desentendimiento al no saber controlar este tipo de crisis.

Para los odontólogos el no poder manejar esta serie de situaciones en sus consultas, disminuyen considerablemente la reputación y sobre todo la eficacia de sus tratamientos, en algunas ocasiones puede llegar a afectar tanto al odontólogo marcando su fracaso profesional.

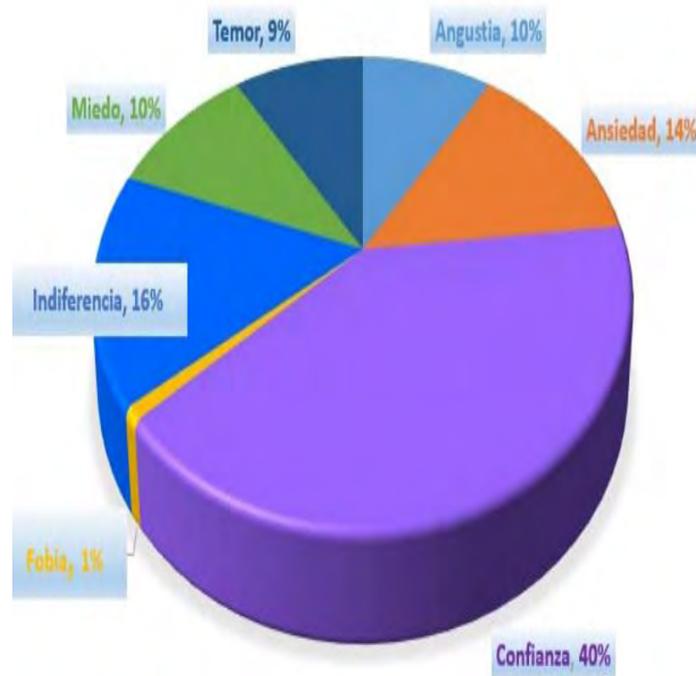
Con lo mencionado anteriormente, la comunicación entre la población hoy en día, crece de una manera constante y acelerada, siendo así más fácil transmitir una experiencia vivida o información sobre los diferentes tratamientos dentales, lo que genera un alto grado de confusión hacia la elección de los tratamientos y la incertidumbre sobre los resultados que obtendrán al realizarlos, el uso de las nuevas tecnologías también nos pueden llevar a generar mayor miedo hacia la consulta dental, siendo muy común encontrar videos, comentarios y sobre todo mala información acerca de las consultas y tratamientos, siendo así, un nuevo factor importante para crear barreras en las consultas dentales.^{6,7}

2.4 PREVALENCIA

En la actualidad no existen muchos estudios acerca de los niveles de miedo y ansiedad que nos lleven al comprender la situación en nuestro país, sin embargo, en países europeos como España los estudios revelan que existe una mayor prevalencia en las mujeres, quienes cursan con crisis de miedo y ansiedad durante la consulta dental, también podemos encontrar estudios en donde nos mencionan que se estima que entre un 10% y 15% de la población mundial experimenta algún estado de miedo y ansiedad durante el tratamiento dental.⁸

En un estudio realizado en el periodo 2014-2015 en la clínica de recepción, evaluación y diagnóstico DEPEI de la Facultad de Odontología UNAM nos

muestra que el 10% de la población, presenta miedo durante la consulta dental, debido a que la mayoría de los pacientes siente indiferencia o confianza a los procedimientos que se realizarán en su tratamiento.⁹ (Gráfica 1)



Gráfica 1. Distribución de sensaciones cuando se acude a la consulta dental.

3. CAPÍTULO III ANSIEDAD

Con relación a lo anterior, otro factor que altera la calidad y el manejo del tratamiento, provocando que los resultados de los tratamientos no son los esperados.

Este factor no solo dificulta la atención odontológica, debido a que también se puede presentar mucho antes de llegar a la consulta dental, y es así, que pueden construir importantes barreras para el cuidado de la salud bucal, estas crisis previas a la consulta pueden ser agravadas por algunas experiencias vividas o por el desconocimiento parcial o absoluto sobre las técnicas utilizadas para tratamiento dental.



La ansiedad se relaciona con el miedo debido a que se genera en respuesta a una sensación o estímulo de peligro, representando un cuadro complejo para el desarrollo y manejo del odontólogo durante la consulta dental.

3.1 ANSIEDAD

Se define como ansiedad aquel sentimiento desagradable de temor, que se percibe como una señal de alerta que advierte de un peligro amenazante.⁴

Asimismo no es considerada una enfermedad ya que en su función esta combinada con muchos factores, por lo tanto, actuando por sí misma no puede ser considerada como enfermedad, sin embargo, el trastorno de la ansiedad se encuentra en muchas de las respuestas emocionales que presenta cualquier persona durante su vida cotidiana.

De esta manera, distinguimos el miedo de la ansiedad por que frecuentemente la amenaza que se presenta en la ansiedad es de carácter desconocida lo cual desencadena una crisis física y emocional, mientras que en el miedo los factores que desencadenan la respuesta de amenaza son completamente concretos y definidos.

En la actualidad se menciona que la ansiedad se relaciona directamente con el trastorno de pánico, desencadenando una serie de respuestas fisiológicas que pueden llegar a ser confundidas con un paro cardíaco, es por esto, que los odontólogos tienen que estar atentos a los síntomas que pueda presentar el paciente como transpiración, debilidad, mareos, o desfallecimiento que el paciente es incapaz de controlarlo por sí mismo.

De tal forma que, Los grados de la ansiedad que puede presentar un paciente durante la consulta dental, varían dependiendo el control de las crisis que ellos mismos se generan con la incertidumbre por desconocimiento de los procedimientos y tratamientos odontológicos, sin embargo, en la mayoría de los casos es posible reducirlos y controlarlos mediante una buena relación



odontólogo-paciente manejando una adecuada información sobre los procedimientos necesarios para el tratamiento.

Desafortunadamente para los odontólogos no siempre es posible controlar las crisis de ansiedad, puesto que en algunas ocasiones, a estos factores se les suman los miedos que previamente han adquirido de una forma externa a la consulta dental, de tal manera, que la crisis de ansiedad puede llegar hasta importantes niveles de descontrol que imposibilitan de forma absoluta la atención del paciente.

3.2 TIPOS DE ANSIEDAD

El manual de diagnóstico y estadística de los trastornos mentales de la Asociación Americana de Psiquiatría clasifican el trastorno de la ansiedad en diez tipos principales que nos llevan a comprender y diagnosticar los factores que desembocan una crisis. Los cuales son:

- Ataques de pánico (crisis de ansiedad y crisis de angustia)
- Agorafobia
- Fobia específica.
- Fobia social.
- Trastorno obsesivo-compulsivo.
- Trastorno por estrés postraumático.
- Trastorno por estrés agudo.
- Trastorno de ansiedad generalizada.
- Trastorno de ansiedad debido a enfermedad médica.
- Trastorno de ansiedad inducido por sustancias.

Visto desde la perspectiva odontológica el ataque de pánico es el que más se presenta durante una consulta dental, por lo cual, el manejo de la crisis puede ser controlada por el odontólogo, actualmente se investigan y generan nuevas técnicas que nos pueden llevar a tener buenos resultados durante el trabajo odontológico.⁴



3.3 ETIOLOGÍA DE LA ANSIEDAD

Las causas que generan una crisis de ansiedad se postulan como multifactoriales, debido a la gran cantidad de factores que se pueden combinar para y desencadenar en un trastorno de ansiedad, de acuerdo con estudios realizados recientemente no revelan que el motivo más común que generen una crisis durante la consulta dental son las experiencias traumáticas vividas en consultas previas, seguido por otros como la actitud aprendida en su entorno, los relatos de parientes y amigos con respecto a tratamientos dentales recibidos.

Por otra parte, uno de los factores más importantes y reflejados en las crisis de ansiedad es el trato del odontólogo hacia el paciente durante sus tratamientos dentales, esta situación, llega a incomodar demasiado al paciente provocando miedos traumáticos, los cuales son generadas principalmente en la etapa de la infancia.

3.4 SIGNOS Y SÍNTOMAS

Los signos y síntomas más evidentes que podemos encontrar en diferente grado son taquicardia, boca seca, malestar gástrico, alteraciones de la respiración como apnea, hiperventilación y disnea.

En casos de un mayor grado de ansiedad podemos encontrar aumento del sentido de alerta, sudoración facial y de manos, movimientos corporales espontáneos, tensión muscular generalizada o localizada en hombros, piernas, pies y abdomen, sobresalto fácil, micción frecuente, diarrea, impaciencia, aprensión expectativa de que algo malo va a pasar.

En ocasiones algunos pacientes pueden llegar a tener episodios sincopales y lipotimias, los cuales constituyen las complicaciones más habituales durante la consulta odontológica.⁶



3.5 DIAGNÓSTICO

La ansiedad es uno de los trastornos más frecuentes durante la consulta dental, sin embargo, dentro de nuestra anamnesis no tenemos una sección que nos permita conocer si el paciente presenta algún tipo de trastorno emocional, en todo caso los mismos odontólogos pueden darse cuenta a la hora de realizar una historia clínica en la capacidad de respuesta ante las preguntas realizadas y los signos que puedan presentar en el momento de realizar la exploración bucal en el sillón dental.

La mayoría de las crisis durante la consulta dental se presenta en cuanto el factor desencadenante se presenta en el paciente, muchas veces los mismos pacientes tratan de controlar sus miedos y soportar la crisis de ansiedad, sin embargo, no siempre es posible controlarlo por lo cual en cuanto el agente causal tiene contacto con el paciente inmediatamente se presenta como respuesta la crisis de ansiedad que no le es posible controlar, un ejemplo de esto es cuando se necesita anestésiar al paciente para realizar algún procedimiento odontológico, siendo que la anestesia es uno de los principales factores que produce miedo al involucrarlo directamente con el dolor o en otro caso el tamaño de la aguja y la jeringa, es en estas situaciones es cuando los odontólogos pueden diagnosticar el tipo de trastorno que puede presentar el paciente, por eso es fundamental evaluar permanentemente la intensidad a fin de planificar la mejor manera de enfrentar y controlar la crisis de ansiedad.

En los casos de grados leves de ansiedad, será el propio odontólogo quien maneje este problema, usando los medios a su alcance, por otro lado, también existirán situaciones en las que los recursos del odontólogo no serán suficientes para poder controlar la crisis de ansiedad, por lo que tendrá que buscar apoyo de un especialista, ya sea preparando psicológicamente al paciente para la intervención o para administrar sedación o inclusive anestesia general.

El Instituto Nacional de Psiquiatría publican en su “Guía Clínica para el Manejo de la Ansiedad”, un algoritmo con el cual podemos hacer el diagnóstico temprano de la intensidad de la crisis, de tal forma, podemos orientarnos sobre el tipo de ansiedad que puede presentar el paciente, facilitando así la búsqueda de apoyo adecuado, dependiendo de la especialidad.¹⁰ (Imagen 2)

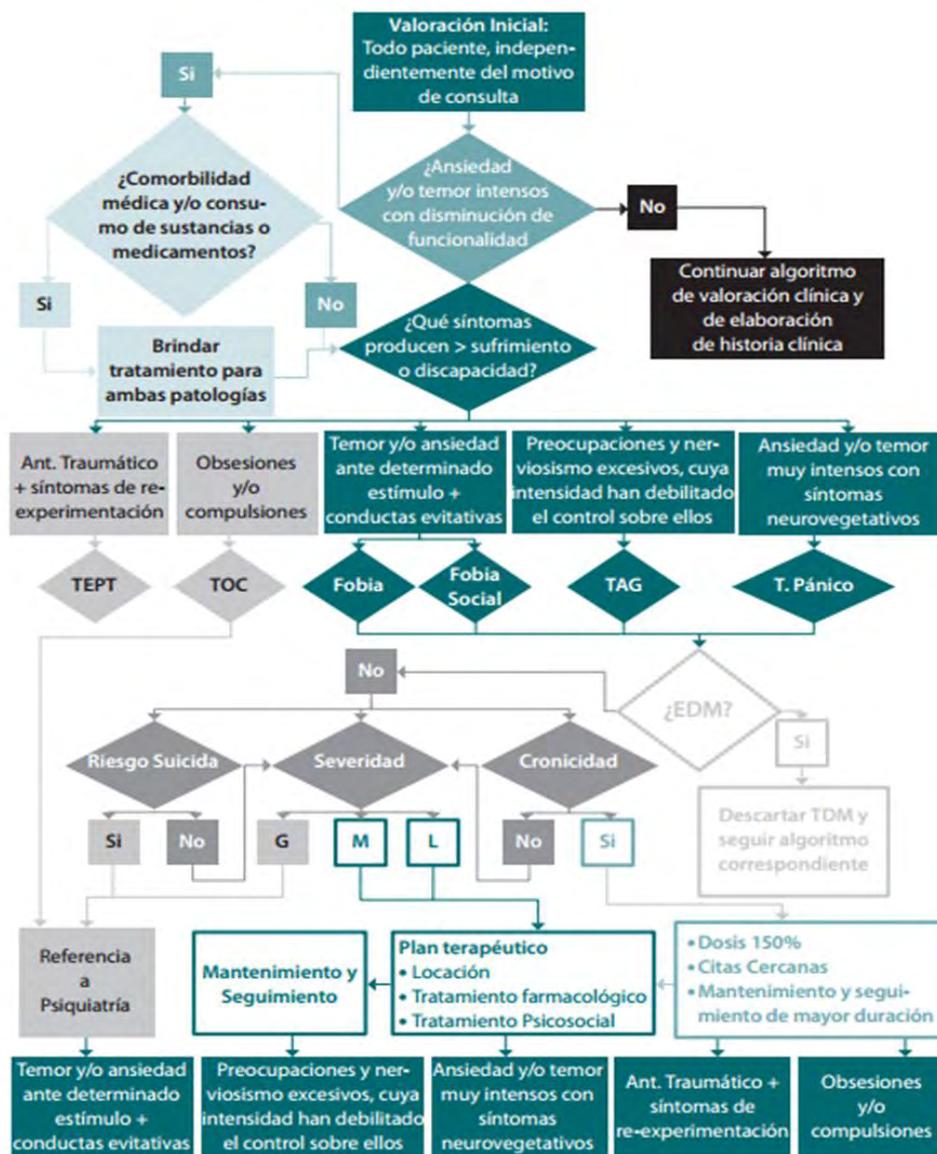


Imagen 2. Algoritmo de diagnóstico y manejo para trastornos de ansiedad.



4. CAPÍTULO IV

TÉCNICAS DE CONTROL DEL MIEDO Y LA ANSIEDAD EN LA CONSULTA DENTAL

En la actualidad existe una amplia gama de técnicas con las cuales los odontólogos pueden apoyarse para el manejo y control ante una crisis de ansiedad durante la consulta dental, sin embargo, la elección de cualquiera de las técnicas siempre dependerá de la cooperación del paciente, el buen manejo del odontólogo y sobre todo que la técnica elegida siempre este adecuada a la severidad de miedo y ansiedad que presente el paciente durante el tratamiento odontológico.

En la mayoría de las ocasiones los mismos pacientes logran controlar el miedo o la ansiedad que les provoca una consulta dental, a través de una simple conversación con su odontólogo aclarando la causa de temor o el mismo factor que puede desencadenar una crisis, por eso, es importante la correcta comunicación que debe presentar el odontólogo desde que el paciente se presenta en el consultorio.

En nuestro país no existen normas ni protocolos a seguir, en caso de una crisis de miedo o ansiedad en pacientes adultos durante los tratamientos odontológicos, lo que provoca un gran problema para los odontólogos en México, debido al poco conocimiento sobre cómo actuar ante una crisis, siendo el odontólogo el primero en perder la concentración y por lo tanto perder el control del manejo de la crisis generando un ambiente tenso en la consulta dental.¹¹

Los avances en diferentes técnicas indirectas se están volviendo una herramienta interesante en nuestros días, ya que en algunos casos los mismos pacientes tienden a practicarlos en diferentes momentos de su vida, siendo ellos mismos capaces de controlar sus crisis de miedo y ansiedad, apoyados siempre de una buena comunicación con su odontólogo, incrementando así, la confianza que el paciente necesita para realizar la intervención dental.



Por otro lado, el apoyo de especialistas en las técnicas utilizadas siempre debe estar presente, la constante comunicación y el estudio de las técnicas llevaran a los odontólogos a adquirir un mayor entendimiento y sobre todo un mejor manejo de la técnica durante las consultas dentales.

4.1 TÉCNICAS NO FARMACOLÓGICAS

La musicoterapia, hipnosis y la acupuntura entre otros empiezan a ser estudiadas y recomendadas para el manejo del miedo y la ansiedad en las consultas dentales.⁸

Se postula que su permanencia en la actualidad se explica ya que a pesar de los avances farmacológicos y técnicos en el área de la odontología, persisten ciertos factores o condiciones que responden bien a estas terapias de medicina alterna, por esta razón, su enseñanza empieza a ser introducida en diferentes escuelas.

Las técnicas no farmacológicas se encuentran indicadas en la atención odontológica de pacientes pediátricos, sin embargo, algunas de ellas pueden ser utilizadas para el mayor entendimiento de los pacientes adultos sobre los tratamientos a realizarse.

Todas las técnicas no farmacológicas tienen por objetivo lograr un adecuado manejo de la crisis emocional que presente el paciente, para tener un soporte efectivo es necesario utilizar un manejo cuidadoso de la comunicación tratando de evitar los factores que generen miedo en el paciente, creando así, un ambiente tranquilo y receptivo el cual refuerce apropiadamente el manejo de los procedimientos que lleva un tratamiento odontológico. Estos objetivos nos llevarán a promover el bienestar y la seguridad del paciente, facilitando la entrega de buena calidad en la atención, minimizando los efectos del comportamiento negativo y promoviendo acondicionamiento psicológico positivo al tratamiento.

4.1.1 TÉCNICA DECIR- MOSTRAR- HACER

Se caracteriza por la utilización de la comunicación con el paciente explicando los métodos se van a realizar durante el tratamiento, manejando un lenguaje con el cual el paciente entienda y pueda reconocer los pasos a seguir durante su tratamiento, posteriormente se realiza una demostración con materiales de apoyo siendo estos modelos de estudio y tipodontos en donde recreando las maniobras que se realizarán en boca, estos dos ejercicios nos darán una mayor confianza en el paciente, ya que el podrá asimilar y comprender los pasos a seguir durante su tratamiento, el último paso de la técnica es realizar los procedimientos con el método que se explicó al paciente.⁸ (Imagen 3)



Imagen 3. Odontólogo explicando técnicas a realizar en el paciente utilizando un tipodonto.

Esta serie de pasos genera seguridad en el paciente, provocando la atención y la colaboración durante el manejo del tratamiento del odontólogo, esta técnica es muy utilizada en pacientes pediátricos, sin embargo, también puede ser un gran apoyo para el odontólogo en pacientes adultos, el factor más importante para la utilización de esta técnica es una buena comunicación y un lenguaje apropiado que el paciente pueda comprender.

4.1.2 RESPIRACIÓN

El manejo de esta técnica suele ser una de más utilizadas por los odontólogos no solo para el control del miedo y ansiedad, también es utilizada para controlar al paciente ante una reacción adversa durante el tratamiento dental, de tal forma que apoyara al diagnóstico de la situación y sobre todo el control de la situación adversa que presente el paciente.

Para el manejo del miedo y la ansiedad se recomiendan ejercicios continuos y rítmicos como la respiración profunda y la relajación corporal, las respiraciones deberán ser lentas y cada cinco repeticiones lentas deberán hacer una respiración profunda dejando un espacio de retención del aire, posteriormente se exhalara el aire en una sola intensión, para que funcione la técnica se necesita repetir el ciclo hasta que le paciente genere una relajación y control de su respiración, con estos ejercicios se pretende un manejo del cuerpo en una fase consciente, posteriormente con la práctica reaccionaran en una fase automática de control.⁸ (Imagen 4)



Imagen 4. Paciente realizando técnica de respiración.

El uso de esta técnica logra una buena cooperación del paciente para el manejo de la atención dental, dependerá en gran forma en que el paciente no experimente dolor durante los procedimientos dentales, ya que este factor será predisponente para que el paciente regrese a un estado de ansiedad.

4.1.3 ACUPUNTURA

El uso de esta técnica ha sido muy cuestionado debido a lo complejo que puede llegar hacer su manejo, sin embargo, existen odontólogos que siguen estudiando y comprobando su utilización en la odontología.

La técnica consiste en utilizar agujas metálicas especiales para la acupuntura, que son colocadas en punto superficiales específicos, estos puntos tienen que generar una respuesta de tonificación y sedación produciendo un reequilibrio de la energía y una disminución del dolor.

La localización de estos puntos dependerá de la anatomía que el paciente presente, y son tan pequeños que pueden medir de 1 a 2 milímetros, por lo que, la punción tiene que ser muy exacta.¹²

Los puntos más utilizados en odontología son:

- Xiaguan (estómago 7) localizado en la depresión del arco cigomático y la escotadura sigmoidea teniendo la boca cerrada (Imagen 5 y 6)



Imagen 4 y 5. Localización del punto Xiaguan en paciente

- Jiache (estómago 6) localizado a un dedo pulgar de grosor hacia arriba y dentro de la mandíbula en el masetero superficial. (Imagen 7 y 8)



Imagen 6 y 7. Localización del punto Jiache en paciente

- Neiguan (pericardio 6) localizado dos unidades sobre el pliegue transversal de la muñeca entre los tendones del largo palmar y el flexor radial.

Los odontólogos que quieran utilizar esta técnica se les recomienda que adquieran las destrezas necesarias, incluyendo la evaluación del paciente y el uso del material adecuado.

Las desventajas de esta técnica siguen siendo muchas por lo cual es cuestionable su uso en la odontología, una de ellas es la del tiempo ya que se necesitan mínimo 20 a 30 minutos previos a la consulta dental para que el paciente logre producir los efectos buscados con esta técnica, también existe la posibilidad de generar efectos opuestos a los buscados, debido a un mal



manejo de la técnica, por estos motivos, es difícil que resulte viable la utilización de la técnica durante los procedimientos dentales.⁸

4.1.4 HIPNOSIS

Esta técnica psicológica tiene un mayor auge en la odontología, aunque por lo regular no se utiliza sola para controlar el miedo y la ansiedad, siempre tiene que estar acompañada de una anestesia local.

La técnica utiliza la sugestión como elemento preponderante y se fundamenta en su acción sobre el consciente y el inconsciente permitiendo identificar y tratar las crisis de miedo y ansiedad durante la consulta dental.

El objetivo de esta técnica es reprogramar al paciente, incorporándolo a un nuevo patrón de comportamiento, en el cual, le permita visualizar el entorno odontológico y al dentista desde una perspectiva diferente.

Debido a que existe una gran susceptibilidad hipnótica, no todos los pacientes responden de la misma manera, siendo el principal factor que dificulta el manejo de la técnica, sumado a que muchos pacientes no creen en los resultados que puede generar esta técnica, por ello siempre es importante identificar a los pacientes en los cuales se puede utilizar esta técnica.^{1,8}

Es de suma importancia el estudio y el dominio de la técnica, ya que en ocasiones resulta muy difícil poder concentrar al paciente, para poder llegar a los niveles esperados de sedación, por otra parte, es necesario conocer que el tiempo en que la sedación esta activa es muy corta, por lo cual en muchos de los casos el odontólogo no alcanza a terminar los procedimientos odontológicos.

Su uso de esta técnica para el manejo de la ansiedad durante la consulta dental, aún no ha llegado a los niveles deseados, casi siempre es necesario

que un profesional de la hipnosis ayude al paciente a lograr un estado de relajación, lo que genera un costo económico adicional lo que lo hace restrictivo a algunos pacientes.

Dentro de las ventajas que podemos encontrar, es la disminución considerable del consumo de medicamentos para el control de la ansiedad, sobre todo cuando el paciente tenga eventos traumáticos de niño.

Las desventajas que esta técnica tiene son muy amplias, siendo el factor principal el tiempo que se necesita para la preparación del paciente. (Imagen 8)



Imagen 8. Odontólogo realizando técnica de hipnosis



4.1.5 MUSICOTERAPIA

La musicoterapia es una de las técnicas con mayor funcionamiento del control de ansiedad durante los tratamientos odontológicos, cada día empieza a ser más utilizada por los odontólogos, ya que el uso de esta técnica suele ser relajante también para ellos, creando un ambiente de tranquilidad para ambos en el consultorio.¹³

La musicoterapia ya se encuentra comprobada científicamente como una herramienta de relajación, los efectos de la música sobre el paciente son disminución o aumento del volumen sanguíneo, disminución de la respiración, control del ritmo cardíaco y tonicidad muscular.

Cada vez se suman más estudios en donde nos reflejan buenos resultados, sin embargo, aún existen odontólogos que no están de acuerdo con el uso de música en las clínicas o consultorios dentales, esta decisión es basada en las creencias que tienen los propios odontólogos sobre el concepto de la música, esta opinión siempre es dividida ya que todas las personas tienen gustos diferentes y sobre todo percepciones completamente variadas.

A pesar de estas opiniones, la musicoterapia empieza a ganar campo para el manejo del miedo y ansiedad en los tratamientos odontológicos, principalmente en los pacientes jóvenes quienes la cultura de la música se hace cada vez más importante en su rutina diaria, por lo cual, encuentran una gran identificación con esta técnica, manteniendo un gran control de su ansiedad y una buena cooperación hacia los tratamientos a realizarse.

La técnica consiste en crear distracciones por medio de sonidos, ritmos y armonías, las cuales crean un ambiente de relajación rodeado de un espacio sonoro musical.

Se recomienda que la música elegida siempre sea melodiosa y con ritmos lentos, siendo una gran opción la música clásica, sin embargo, para que sea efectiva la técnica, la música elegida debe ser del gusto del paciente, debido a que, en muchas ocasiones el desagrado de la misma suele crear un ambiente incómodo para el paciente, aumentando los niveles de estrés.

El uso de esta técnica está recomendado para los pacientes que generan ansiedad muy rápida y pacientes que se estresan muy fácilmente, la comunicación con el paciente y la elección adecuada de la música llevará a buenos niveles de relajación.^{8, 13} (Imagen 9)



Imagen 9. Uso de música como terapia de relajación.

4.2 TÉCNICAS FARMACOLÓGICAS

Durante mucho tiempo, el uso de estas técnicas ha sufrido de constantes críticas debido a las diferentes opiniones y sobre todo creencias que generan los mismos odontólogos, sin embargo, el uso de estas técnicas como la sedación y la anestesia general pueden ser grandes herramientas con las



cuales se pueden tratar trastornos de miedo y ansiedad durante la consulta odontológica.

El éxito del uso de estas técnicas siempre dependerá en una adecuada y completa valoración médica y buco dental del paciente, así como también una completa planificación del tratamiento, es muy importante que el odontólogo tenga una buena valoración sobre la ansiedad, el miedo y la conducta que el paciente presente durante los tratamientos odontológicos, siendo estos, los factores importantes para la elección y uso de este tipo de técnicas.

Es importante mencionar que los odontólogos ya sea, generales o especialistas no están capacitados para el manejo y uso de estos fármacos, por lo cual, siempre deberá estar apoyado por especialistas médicos y anestesiólogos para el correcto diagnóstico y manejo de la técnica, el estudio de evaluación del paciente siempre deberá estar dividido en tres partes: dental, médico y anestésica.

Debido a que el uso de estas técnicas se necesita del apoyo de especialistas, los costos de los tratamientos son demasiados elevados y en algunos casos la atención odontológica también tendrá que ser intrahospitalaria dependiendo las condiciones y el monitoreo de los signos vitales en el uso de la anestesia general, por ello, muchos de los pacientes no pueden acceder a este tipo de técnicas debido a bajos recursos económicos que pueden presentar, sin embargo, en algunos casos por la severidad de la crisis de ansiedad no se tendrá más opciones viables para el correcto tratamiento odontológico que el uso de estas técnicas, ya que la conducta y la crisis que el paciente presenta no pueden ser controladas por el odontólogo.

Es muy importante que los odontólogos generales, mantengan un buen manejo de la situación, en los casos severos siempre será necesario remitir al paciente con especialistas que tengan un mayor conocimiento y sobre todo pueda mantener una mejor evaluación y atención dental.⁸

El uso de las técnicas de sedación siempre deberá ser acompañado de anestesia local, en tratamientos que puedan producir dolor intenso. (Imagen 10)



Imagen 10. Fármacos para sedar al paciente

4.2.1 SEDACIÓN ORAL

Esta técnica es la más utilizada por los odontólogos, debido a que es considerada la más segura y tener de forma rápida los efectos queridos para el manejo de los tratamientos.

El uso de esta técnica no genera un estado de sedación analgésica consciente, por lo cual, obtenemos que el paciente responda de buena forma a los tratamientos durante la consulta dental.

Los fármacos utilizados tienen una absorción realizada en el estómago y en el intestino delgado, por lo cual, diversos factores pueden afectar la absorción debilitando su acción en el organismo, debido a esto los efectos pueden ser variados en cada paciente, siendo el tiempo de duración del efecto de sedación el más afectado debido a estos factores.



Las benzodiacepinas son los fármacos más utilizados para el manejo de las crisis de ansiedad durante una consulta dental, siendo el midazolam el fármaco de primera elección para el odontólogo por su acción rápida y el tiempo de duración es suficiente para poder terminar los procedimientos, otro fármaco utilizado para manejo de crisis más complejas el diazepam que tiene un efecto mucho más lento y un tiempo de sedación muy prologando.¹⁷ (Tabla 1)

TABLA 1.
BENZODIACEPINAS: VIDA MEDIA, VIDA MEDIA DE ELIMINACIÓN Y DOSIFICACIÓN.

FÁRMACO	VIDA MEDIA	VIDA MEDIA DE ELIMINACIÓN (en horas)	DOSIS EQUIVALENTE APROXIMADA VIA ORAL (en mg)
Diazepam	Larga (>24 horas)	44,5 (30->100)	7,5
Clordiacepóxido	Larga (>24 horas)	16,25 (5-30)	12,5
Flunitrazepam	Larga (>24 horas)	18,4 (9-30)	0,5
Nitrazepam	Larga (>24 horas)	27,4 (15-38)	5
Lorazepam	Intermedia (6-24 h.)	13,6 (9-22)	0,5-1
Lormetazepam	Intermedia (6-24 h.)	10,3 (8-15)	0,5-0,75
Alprazolam	Intermedia (6-24 h.)	13,2 (6-25)	0,5
Bromazepam	Intermedia (6-24 h.)	15,7 (7,9-20)	5
Midazolam	Corta (< 6 horas)	2,2 (1-15)	0,5

Tabla 1. Benzodiacepinas, vida media de eliminación y dosificación

Dentro de las indicaciones que tenemos para el uso de esta técnica de sedación analgésica consciente son:

- Pacientes ASA 1 y 2 mayores de 3 años, que por la valoración de ansiedad, temperamento y/o conducta, se determine que requieren aplicación de manejo de la conducta.
- Pacientes ASA 1 y 2 que requieren tratamientos cortos no mayores de 30 minutos.



Las ventajas que se encuentran en esta técnica son su relativa facilidad de administración, los costos de los fármacos son accesibles y el menor grado de reacciones adversas que el paciente puede presentar.

Dentro de las desventajas que podemos encontrar son la duración del efecto del fármaco y la absorción irregular que puede presentar el paciente.

El éxito de esta técnica se deberá al correcto diagnóstico, plan del tratamiento y la buena lección del fármaco elegido, acompañado de una buena comunicación con el paciente¹¹

4.2.2 SEDACIÓN INHALATORIA

El uso de esta técnica para controlar el miedo y ansiedad del paciente durante los tratamientos dentales, deberá ser acompañado de un especialista, debido a que los odontólogos generales y especialistas no están capacitados para el uso y manejo de este tipo de técnicas.

El uso de óxido nitroso ha sido el más utilizado durante muchos años, gracias a que las características de este gas son muy favorables como la rápida absorción y la eliminación del fármaco, mantiene los niveles de estabilidad respiratoria y cardiovascular, carece de un irritante de la vía aérea, por lo cual, hace muy tolerante su administración.

El óxido nitroso es un gas inodoro, incoloro e inerte que favorece la combustión del oxígeno, la solubilidad del gas que tiene con la sangre es muy baja por lo cual la recuperación del efecto es muy rápida.

Es efectivo por que reemplaza el nitrógeno en la sangre circundante y su acción siempre será puramente física, debido a que no hay combinación alguna del gas con algún tejido.

Su principal acción es sobre el sistema nervioso central, en donde estimula para la liberación de neurotransmisores endógenos como la endorfina y la serotonina.

Durante el efecto del óxido nitroso, el paciente siempre deberá estar en un estado consciente y deberá responder a las órdenes que se le den, las respuestas del paciente serán de una forma más lenta, pero será considerada normal debido a la acción el fármaco.

Durante su administración del fármaco será indispensable tener un monitoreo permanente de la función respiratoria, así como tener medidas de seguridad para no tener combinaciones del fármaco con mezclas hipóxicas.

Con el uso de esta técnica logramos una gran cooperación del paciente hacia los tratamientos dentales, para tener éxito en el tratamiento con esta técnica dependerá de un gran diagnóstico y la buena colaboración con el anestesiólogo.

Debido a que se necesita un apoyo de especialista esta técnica llega a tener costos elevados, sin embargo, es una gran herramienta para el manejo del miedo y la ansiedad en la consulta odontológica. (Imagen 10)



Imagen 10. Uso de técnica de sedación inhalatoria

4.2.3 SEDACIÓN ENDOVENOSA

La utilización de esta técnica está indicada en pacientes con crisis severas, en donde no podamos controlar con ninguna de las técnicas mencionadas anteriormente, las barreras y la resistencia que tenga el paciente sean muy grandes y se tenga que utilizar esta técnica para poder tener un tratamiento odontológico.

Esta técnica es manejada por especialistas calificados, los cuales tienen las capacidades y los medios necesarios para realizarla, puesto que para la administración de fármacos por medio endovenosa es necesario tener el monitoreo de signos vitales durante todo el procedimiento odontológico y el periodo de recuperación del paciente.^{1, 17} (Imagen 11)



Imagen 11. Realización de técnica sedación endovenosa

Generalmente el uso de estas técnicas son empleadas en medios intrahospitalarios, debido a todo el material de monitoreo que se necesita y las condiciones que se deben emplear según la norma oficial mexicana NOM-006-SSA3-2011 para la práctica de la anestesiología.



Dentro de las ventajas de esta técnica podemos encontrar que se absorbe en totalidad el fármaco administrado, la posibilidad de ajustar la dosis a la cantidad requerida por el paciente minimizado y el efecto residual, además de contar con una endovenosa permeable por cualquier eventual emergencia.

Las desventajas son el rechazo del uso de la técnica por la mayoría de los pacientes, debido al miedo que les provoca el uso de estas técnicas siempre basado en sus creencias, por otro lado el uso de esta técnica es económicamente muy elevado por lo que limita mucho a los pacientes.



CONCLUSIONES

Al término de este trabajo, se amplió el conocimiento sobre las complicaciones que puede presentar una crisis de ansiedad en la consulta dental, así como también, se propusieron técnicas que se utilizan dependiendo el grado de crisis de ansiedad que presente el paciente, la educación en la atención dental será un factor muy importante para el éxito de cualquier tratamiento, por lo que, el odontólogo como promotor de la salud tendrá que emplear diferentes estrategias para obtener el control de la situación en el consultorio.

El odontólogo como promotor de salud, tiene como objetivo crear programas en donde se mejore la atención y se proteja la integridad del paciente, buscando siempre los beneficios para la salud bucal.

Es de suma importancia la implementación de programas de prevención para las crisis de miedo y ansiedad que se producen durante los tratamientos odontológicos, con el fin de educar, concientizar y motivar a los pacientes creando hábitos que puedan mejorar su atención dental.

Se propone realizar campañas para ampliar el conocimiento en la población sobre el miedo y la ansiedad, informando las repercusiones que pueden provocar las crisis durante la consulta dental.

En el presente trabajo se realizó un video, donde se utilizaron las diferentes técnicas de control del miedo y la ansiedad, con el propósito de ser difundido en la comunidad odontológica, siendo una herramienta para el proceso de enseñanza-aprendizaje durante la formación profesional de los estudiantes de la Facultad de Odontología, UNAM.

Es indispensable crear una educación en el odontólogo para poder manejar las diferentes situaciones de trastornos emocionales que puedan presentar los pacientes, a causa del miedo y la ansiedad.



REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. De la Fuente J, Sifuentes Valenzuela MC. Promoción y Educación para la Salud en Odontología: Manual Moderno; 2014.
2. Greene , Simons B. Educación para la salud: Interamericana Mc Grow_Hill; 1988.
3. Salud OMDl. <https://www.msssi.gob.es>. [Online].; 1998 [cited 2017 Febrero 16. Disponible en: hyperlink
"https://www.msssi.gob.es/profesionales/saludPublica/prevPromocion/docs/glosario.pdf"
<https://www.msssi.gob.es/profesionales/saludPublica/prevPromocion/docs/glosario.pdf> .
4. Virgen Montelongo R, cols. Los transtornos de ansiedad. Revista Digital Universitaria. 2005 Noviembre; 6(11).
5. Aguilar HA. Reflexiones técnicas en torno al miedo a otro como extranjero en México. In. México D.F.; 2016. p. 9-17.
6. Lima Álvarez M, Casanova Rivero Y. Miedo ansiedad y fobia al tratamiento estomatológico. Humanidades Médicas. 2066 Enero-Abril; 6(1).
7. Valdéz Medina JL, López Romero I. Los tipos de miedo prevaletes por generación y sexo. Rrvista electronica de Psicología Iztacala. 2010 Diciembre; 13(4).
8. Flores Barrett M, Fernández Fredes O, Márquez Hatta E. Norma control de la ansiedad en la atención odontológica. In. Chile; 2007. p. 5-48.
9. Cázares de León F, colls.. Ansiedad dental en pacientes adultos en el tratamiento odontológico. Revista Mexicana de Estomatología. 2015 Enero-Junio; 2(2).
10. Helzane Martín G, Camacho Segura P. Guía Clínica para el Manejo de la Ansiedad Mexico D.F.: Instituto Nacional de Psiquiatria; 2010.
11. José Quintana C. Factores que participan en el desarrollo del miedo o ansiedad en el paciente que acude a consulta dental México D.F.; 2015.
12. Addison-Smith S, Adana A, Colls.. <http://www.odontochile.cl>. [Online]. [cited 2017 Maezo 2. disponible en: hyperlink
"http://www.odontochile.cl/trabajos/acupunturaenodont.html"
<http://www.odontochile.cl/trabajos/acupunturaenodont.html> .
13. Duyos. <http://www.musicoterapiaonline.com>. [Online].; 2012 [cited 2017 Marzo 10. disponible en: hyperlink
"http://www.musicoterapiaonline.com/2012/03/musicoterapia-y-odontologia/"



<http://www.musicoterapiaonline.com/2012/03/musicoterapia-y-odontologia/> .

14. Perea.R. Educación para la salud el reto de nuestro tiempo. Revista científicos de america latina y el caribe, España y Portugal. 2001; 4
15. Muza R, Muza P. Nivel de preocupación o ansiedad sobre procedimientos dentales en una sala de espera dental. Revista Chilena Salud Piblica. 2007; 11(1).
16. Lima Álvarez M, Guerrier Granela L, Toledo Amador A. Técnicas de relajación en pacientes con ansiedad al tratamiento estomatológico. Humanidades Médicas. 2008 Mayo-Diciembre; 8(2-3).
17. Carreón bolaños J, colls.. Actualización en el empleo de Benzodicepinas en Odontología. Cient Dent. 2007; 4(2).

RECURSOS VISUALES

Imagen1: <http://tribunacampeche.com/local/2015/07/19/diagnosticaran-salud-de-dos-com>

Imagen 2: Helzane Martín G, Camacho Segura P. Guía Clínica para el Manejo de la Ansiedad Mexico D.F.: Instituto Nacional de Psiquiatria; 2010.

Imagen 3: Fuente directa realizadas 10/04/2017

Imagen 4: Fuente directa realizadas 10/04/2017

Imagen 5: Addison-Smith S, Adana A, Colls.. <http://www.odontochile.cl>. [Online]. [cited 2017 Maezo 2. Available from: hyperlink
"http://www.odontochile.cl/trabajos/acupunturaenodont.html"

Imagen 6: Addison-Smith S, Adana A, Colls.. <http://www.odontochile.cl>. [Online]. [cited 2017 Maezo 2. Available from: hyperlink
"http://www.odontochile.cl/trabajos/acupunturaenodont.html"

Imagen 7: Addison-Smith S, Adana A, Colls.. <http://www.odontochile.cl>. [Online]. [cited 2017 Maezo 2. Available from: hyperlink
"http://www.odontochile.cl/trabajos/acupunturaenodont.html"

Imagen 8: Fuente directa realizadas 10/04/2017

Imagen 9: Fuente directa realizadas 10/04/2017

Imagen 10: <http://dentalroch.net/sedacion-en-odontologia-sedacion-consciente-y-sedacion-moderada/>

Imagen 11: <http://dentalroch.net/sedacion-en-odontologia-sedacion-consciente-y-sedacion-moderada/unidades/>



Gráfica 1: José Quintana C. Factores que participan en el desarrollo del miedo o ansiedad en el paciente que acude a consulta dental México D.F.; 2015.

Tabla 1: CarriónJ, PereaB, Martín a, LaBaJo e. Actualización en el empleo de Benzodiazepinas en Odontología. Cient Dent 2007;4;2:117

Video realizado por el Mtro. Ricardo Ortiz Sánchez en la Facultad de Odontología, UNAM.