

Educación Y Motivación De La Higiene Bucal En Pacientes Adultos Mayores

José Luis Lema Gutiérrez

Mariana Alea González

Norberto Valcárcel Izquierdo

Universidad Bolivariana Del Ecuador.

Universidad De Ciencias Médicas De La Habana. La Habana, Cuba.

Resumen

Introducción: La promoción de la educación y motivación de la higiene bucal en el adulto mayor es fundamental en la salud dental, además de la influencia en el estado de autoestima, bienestar y comodidad de la persona, permitiendo así poder gozar de una vida saludable y plena.

Objetivo: Obtener información sobre la educación y motivación de la higiene bucal en el adulto mayor en Ecuador.

Métodos: Se realizó un estudio descriptivo longitudinal mediante una búsqueda en las bases de datos en línea PubMed, Scielo, Journal Of Periodontolog y Ministerio de Salud del Ecuador desde el año 2019 hasta el 2024 acerca de la educación en relación de la higiene bucal en el adulto mayor.

Resultados: Se identifican deficiencias en los requisitos y saberes necesarios para obtener un estado de salud bucal óptimo, debido al desconocimiento del cuidado de la higiene bucal que se debe brindar por parte del cuidador y del propio adulto mayor.

Conclusiones: Este estudio investigativo revela la importancia de la higiene bucal en el adulto mayor y la influencia que tiene el cuidador del adulto mayor en el plan de higiene bucal diario y su papel en el enfoque del cuidado.

Palabras claves: educación, motivación, higiene bucal, adulto mayor, cuidador.

Date of Submission: 11-03-2025

Date of Acceptance: 21-03-2025

I. Introducción

La educación para la salud incluye la promoción de actividades específicas que modifiquen positivamente el estado de salud de las personas. En el caso del adulto mayor la higiene bucal cobra una importancia vital en el mantenimiento de la salud general del mismo pues esta conlleva a que el resto de las funciones biológicas se desarrollen fisiológicamente en total equilibrio; además de la influencia en el estado de autoestima, bienestar y comodidad de la persona, permitiendo así poder gozar de una vida saludable y plena.

Una inadecuada higiene bucal o la ausencia de esta aumentan la posibilidad de un rápido deterioro de la salud bucal, conllevando a la aparición de enfermedades gingivales y periodontales, pérdidas dentarias, halitosis, problemas en la salud sistémica afectando así la calidad de vida de la persona.

Uno de los pilares fundamentales para garantizar una higiene bucal adecuada es la motivación que hay que brindarle al adulto mayor para así fomentar la adopción de hábitos saludables teniendo la participación y acompañamiento del cuidador, familiares e incluso del profesional de la salud, todos estos personajes tienen una influencia que puede ser positiva o negativa dependiendo de las acciones que realicen.

Existen varios factores o determinantes que causan el rápido deterioro de la salud bucal que pueden influir en la exacerbación de la enfermedad si no existe una adecuada higiene bucal, debido al desconocimiento e información de la salud bucal que se brinda a este grupo de personas. Entre los factores más predominantes están: la edad, la alimentación, la presencia de enfermedades sistémicas, así como la accesibilidad económica, entre otros.

- Edad: debido a los cambios fisiológicos que tiene la persona en sus células, tejidos, u órganos de su cuerpo que afectan e influyen en este envejecimiento y deterioro de las estructuras de la cavidad bucal.
- Alimentación: el desbalance de algunos grupos de nutrientes y alimentos causan alteraciones en la cavidad bucal, teniendo mayor incidencia de patología bucal y acelera el deterioro de la salud bucal.
- Enfermedades sistémicas: pueden afectar la secreción de las glándulas salivales, ocasionar una mala cicatrización, provocar mayor predisposición a enfermedades periodontales, pérdida de las estructuras de la cavidad bucal.

- Accesibilidad económica: es uno de los obstáculos para adquirir suministros para el cuidado de la salud bucal.

El objetivo de esta investigación fue obtener información sobre la educación y motivación de la higiene bucal en el adulto mayor en Ecuador.

II. Métodos

Para dar cumplimiento al objetivo propuesto se realizó una investigación descriptiva longitudinal con enfoque cualitativo realizando una búsqueda en las bases de datos en línea PubMed, Scielo, Journal Of Periodontology y Ministerio de salud del Ecuador desde el año 2019 hasta el 2024 con el propósito de obtener información sobre la educación y motivación de la higiene bucal en el adulto mayor, y en la cual se emplearon los siguientes métodos: Teóricos: Análisis-síntesis, inducción-deducción e histórico-lógico: para el estudio del objeto de la investigación en sus partes, a fin de conocer sus regularidades, llegar a generalizaciones a partir del análisis de las particularidades del tema objeto de estudio y para establecer la necesaria correspondencia entre los elementos históricos y lógicos, y analizar la evolución histórica y el comportamiento actual.

III. Desarrollo

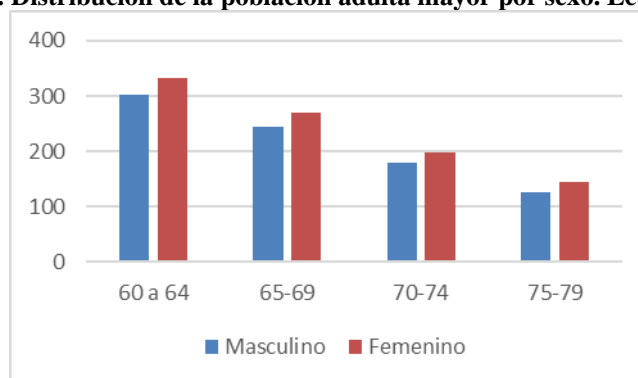
Las enfermedades bucodentales, la pérdida de dientes y la utilización inadecuada de los servicios odontológicos son factores que dificultan un envejecimiento saludable. El estado de salud bucodental del adulto mayor está relacionado por las determinantes sociales, las expectativas sociales y las intervenciones gubernamentales, lo cual requiere la planificación de estrategias y tácticas para mitigar el porcentaje de enfermedades bucodentales en la población.

También se debe considerar las capacidades y destrezas de los prestadores de servicios odontológicos para brindar una atención apropiada para este grupo de edad. Las políticas actuales de la OMS sobre el envejecimiento poblacional pueden brindar una orientación para el diseño de intervenciones dirigidas a las personas mayores. Por ejemplo, instaurar programas comunitarios para promover comportamientos saludables y mejorar el acceso a los servicios preventivos, incluir procedimientos odontológicos que supongan una intervención mínima en el cuidado de las personas mayores, brindar atención centrada en el paciente: reconocer la heterogeneidad de las necesidades en lugar de aplicar un tratamiento protocolizado. ⁽¹⁻²⁾

El Instituto Nacional de Estadística y Censos (INEC) indicó que se prevé un decrecimiento de la población infantil y adolescente entre 2030 y 2050, debido a las Proyecciones de Población y Omisión Censal del Censo de Población y Vivienda del 2022, en el mismo se realizó un estudio durante dos años y medio que demostró que la población ecuatoriana creció a un menor ritmo que lo estimado en el Censo del 2010, así como proyectó un pronóstico sobre el crecimiento exponencial de la población geriátrica para el 2050.⁽³⁾

Según la Estadística del censo de población en el Ecuador del 2022, la población adulto mayor desde los 60 años en adelante subdividiendo los grupos de edad en hombre y mujeres demuestra que predomina mayormente el género femenino en personas adultos mayores.

Grafico 1. Distribución de la población adulta mayor por sexo. Ecuador 2022.



Fuente: INEC Ecuador 2022.

La población de personas adultas mayores representa el 9% de la población total en Ecuador en el censo 2022 dando un equivalente a 1'520.590, donde el 54 % son mujeres con un equivalente de 815.136 y un 46% son hombres con un equivalente de 705.454 de personas, las provincias que tienen una mayor población de personas de adulto mayor son Loja, Azuay Tungurahua, Carchi y Bolívar, debido a la disminución de la tasa de natalidad en estos últimos años.⁽⁴⁾

En el Ecuador el 22% de la población equivalente a 1.173.896 hogares tienen al menos un integrante adulto mayor, el 18,2% equivalente 276.084 de adultos mayores viven solos, el 18% de los hogares tiene un adulto

mayor como representantes de hogar, 6.066 adultos mayores viven en hogares colectivos (asilos, residencias, casa hogar) y 108 se encuentran en situación de calle, el 30.2% equivalente a 459.218 adultos mayores tiene alguna dificultad funcional, 20.6% presenta problemas comunes en la movilidad y 12,8% en la visión. ⁽⁴⁾

Un gran porcentaje de adultos mayores en el Ecuador padecen alguna dificultad funcional permanente, sea una discapacidad visual, motora, cognitiva, la cual lo vuelve en cierto grado dependiente de su cuidador o familiar, impidiéndole poder realizar sus actividades diarias por sí mismo, incluyendo su higiene personal. De ahí se deriva el protagonismo que debe ocupar el cuidador o familiar que debe mostrar una participación activa en el cuidado e higiene del adulto mayor debido a la vulnerabilidad que tiene este grupo de edad a desarrollar patologías periodontales.

Algunos estudios en América Latina señalan que el 97,5 % de los adultos mayores (mayores de 60) ha perdido dientes y de ellos el 70,1 % reportó usar prótesis parcial o total, además el 95% tenía necesidades dentales insatisfechas expresando dolor, problemas para masticar, dificultades en el habla y apariencia. Todos estos resultados tienen cierta relación con las políticas adquiridas mayormente en América Latina que están dirigidas o centradas en el tratamiento de las patologías bucodentales a diferencia de buscar sistemas preventivos, que coadyuven a disminuir el porcentaje de población que presenten enfermedades bucodentales.

La mayoría de los adultos mayores no poseen los recursos necesarios económicos para poder acceder a estos servicios, y por lo tanto no existe política de salud pública que logre la planificación e implementación de estrategias centradas en la promoción y prevención de la salud bucal como la vigilancia epidemiológica de enfermedades bucodentales, además de buscar la reducción de desigualdades económicas que existen en la población y la inclusión multisectorial sobre los determinantes sociales de la salud. ⁽⁵⁾

Existen varios factores relacionados con el rápido deterioro de la salud bucal en los adultos mayores, como es la influencia de las enfermedades sistémicas, destacando entre ellas la Diabetes Mellitus. El paciente diabético debe ser dispensarizado para un correcto control del mismo pues la evidencia clínica de cambios en el estado periodontal puede ser índice de un cambio en el estado metabólico. La glicosilación de la hemoglobina en los diabéticos, acompañada por la microangiopatía diabética, comprometen el transporte de oxígeno a los tejidos, contribuyendo a muchas de las manifestaciones que aparecen en estos pacientes. ⁶

Otro de los factores de riesgo más estudiados que influye en la aparición de enfermedades gingivales y periodontales en el adulto mayor lo constituye el tabaquismo. El cigarro contiene sustancias potencialmente tóxicas y la nicotina es una de las que más daño causa, tanto al organismo en general como a los tejidos bucales en particular, pues altera la respuesta del huésped. Se ha descrito una disminución de la fagocitosis y quimiotaxis de leucocitos polimorfonucleares, la reducción de la producción de anticuerpos y la disminución de la viabilidad de linfocitos. Hay mayor destrucción del periodonto en pacientes fumadores que en los no fumadores. ^{6, 14}

La inadecuada higiene bucal combinada con la dieta rica en carbohidratos, así como el nivel educacional y las condiciones socioeconómicas confluyen como factores de riesgos importantes en la aparición de enfermedades bucales en el adulto mayor. ⁽⁶⁾

Para el mejoramiento y accesibilidad de la atención profesional bucal para este grupo poblacional se desarrollaron varias estrategias y protocolos a seguir para ofrecer servicios de calidad y comodidad, desde el cuidado diario en el hogar como el primer paso de un programa preventivo de cuidado bucal exitoso hasta el empleo de servicios de atención móvil en el hogar. Estos entornos únicos utilizan equipos transportables innovadores, como máquinas de radiografía portátiles y consultorios dentales portátiles con compresores. Mediante la implementación de visitas periódicas con el estomatólogo para los cuidados preventivos y realización de exámenes dentales para así obtener un envejecimiento saludable. Las innovaciones en materiales de restauración se centran en materiales bioactivos. El mecanismo de acción de la bioactividad varía según el material. Algunos materiales, como los ionómeros de vidrio, liberan fluoruro y, por tanto, remineralizan la estructura dental. Otros materiales depositan hidroxiapatita, como los aluminatos de calcio. Debido al incremento de comorbilidades, como enfermedades crónicas y uso de medicamentos, aumentan tanto la necesidad como el valor de la atención preventiva de la salud bucal. ⁽⁷⁾

El Ministerio de Salud y Protección Social a través de la Subdirección de Enfermedades No Transmisibles estableció algunas recomendaciones para una buena higiene bucodental que se ilustra a continuación:

IV. Recomendaciones Para El Cuidado De La Higiene Bucodental

Cepillado dental, es una herramienta mecánica, la cual nos ayuda a mantener la sanidad en las estructuras periodontales y piezas dentarias, logrando disminuir la concentración de placa bacteriana presente en boca compatible con enfermedad. ⁽⁸⁾

Es recomendable cepillarse 3 veces al día, el método a utilizar es la técnica de Fones, la cual consiste en el cepillado de la cara externa de los dientes con la boca abierta mediante pequeños movimientos circulares sobre encías y dientes con el cepillo colocado en un ángulo de 90°. Los movimientos circulares deben repetirse de 5 a 8 veces por cada par de dientes, ejerciendo la presión suficiente para que las cerdas lleguen a los espacios

interdentales. Para la cara oclusal se utilizan de nuevo pequeños movimientos circulares con los que se logra una limpieza óptima de las fisuras. ⁽⁹⁾

El uso de hilo dental a diario y la utilización de enjuague bucal son herramientas mecánicas y químicas, que permiten eliminar los restos de alimentos que ingresan y disminuir la carga bacteriana presente en boca compatible con enfermedad. ⁽¹⁰⁻¹⁹⁾

Visita al estomatólogo con regularidad, son fundamentales para la educación en salud, la prevención, diagnóstico y tratamientos de patologías bucodentales. Observando los cambios morfofisiológicos en la cavidad bucal.

V. Discusión

Es importante desarrollar estudios que permitan identificar mediante el análisis de la situación de salud la cantidad de población adulta mayor que existe en el Ecuador para la planificación y desarrollo de políticas públicas para el bienestar de la misma, con un mejor acceso a los sistemas de salud en función de las demandas de necesidades y cuidados que se requieran, evaluando el nivel de conocimiento y educación para la salud general y bucal.

En el área de odontología es importante identificar el número de personas adultos mayores y el lugar geográfico donde se encuentran, se logran desarrollar programas de prevención y cuidados de la salud bucal, conociendo el nivel de conocimiento que tienen en relación con la higiene bucal, en específico a este grupo de edad, donde se necesita mayor atención por los cambios fisiológicos que tienen en las estructuras de la cavidad bucal que se exacerba con la desatención en los cuidados y concienciación en la higiene bucal.

Para fomentar y motivar la higiene bucal en el adulto mayor, se planificaron diversas estrategias orientadas a la promoción, prevención, educación y concienciación. Estas acciones cuentan con la intervención y participación activa de los cuidadores, en colaboración con los familiares, quienes desempeñan un papel fundamental en la implementación de dichas medidas.

- Mediante materiales visuales para que exista una mejor apreciación de la información brindada como folletos, carteles ilustrativos, videos educativos que ayuden a la comprensión de las consecuencias que pueden surgir por una inadecuada higiene bucal como también los beneficios que se puedan adquirir y adoptar hábitos saludables para la higiene en el individuo y la comunidad.
- Involucrar el apoyo familiar y los cuidadores en el proceso, instruyéndolos en la importancia de la higiene bucal y cómo intervenir en esta.
- Acceso a servicios odontológicos, mediante programas de salud gratuitos o bajo costo que lleguen a disposición de este grupo de personas, debido que existen diversas barreras que impiden que las personas tengan mayor acceso, como barreras económicas, ubicación geográfica, limitaciones físicas, movilidad y transporte.
- Planificación de charlas y talleres, impartiendo material educativo sobre la importancia del cuidado de la higiene bucal, el correcto cepillado de sus propias piezas dentarias y la higiene de las prótesis dentarias mediante prácticas demostrativas donde el adulto mayor aprenda y entienda las técnicas para poder realizar un adecuado cepillado y tener una buena higiene bucal.

VI. Conclusión

Promover la educación y motivación de la higiene bucal en la sociedad genera un impacto positivo en la salud bucal y estado de salud general, teniendo influencia en el bienestar psicológico, relaciones sociales, hábitos, conocimientos, concientización, estilos de vida y condiciones de vida de la persona, alcanzando un envejecimiento saludable.

Al implementar y fomentar las buenas prácticas de higiene bucal en el adulto mayor como la técnica correcta de cepillado, visitas periódicas al odontólogo, mejor higiene en las prótesis, cuidado y conservación de los tejidos blandos y duros, el uso de colutorios que disminuya la concentración de microorganismo presentes en boca compatible con enfermedad, aumentará la probabilidad de preservar mayor parte de las estructuras de la cavidad bucal mejorando la calidad de vida y la salud bucal. El cuidado diario en el hogar es el primer paso en un programa preventivo de cuidado bucal exitoso.

La participación activa que tiene el cuidador en la higiene bucal del adulto mayor es significativo para mantener un estado saludable del individuo en la cavidad bucal y estado de salud general, permitiendo bienestar y comodidad de la persona, mejorando sus relaciones sociales y sintiéndose bien consigo misma.

Referencias Bibliográficas

- [1] Situación De La Salud Bucodental De Las Personas Mayores En La Región De Las Américas [Internet]. Pan American Health Organization; 2023 [Citado 1 De Octubre De 2024]. Disponible En: <https://iris.paho.org/Handle/10665.2/57343>
- [2] Zhao H, Wu B, Zhou Y, Yang Z, Zhao H, Tian Z, Et Al. Oral Frailty: A Concept Analysis. BMC Oral Health. 22 De Mayo De 2024;24(1):594.
- [3] Censos IN De E Y. Instituto Nacional De Estadística Y Censos. [Citado 1 De Octubre De 2024]. INEC Estima Que, Según Proyecciones En El Mediano Plazo, Ecuador Tendrá Más Adultos Mayores, Menos Niños Y Adolescentes En 2050. Disponible En:

- <https://www.ecuadorencifras.gob.ec/Ecuador-Tendra-Mas-Adultos-Mayores-Menos-Ninos-Y-Adolescentes-En-2050/>
- [4] Desafíos Y Oportunidades Para El Ecuador Ante El Envejecimiento Poblacional: INEC Destaca Datos Claves En El Día Mundial De La Población – Instituto Nacional De Estadística Y Censos [Internet]. [Citado 1 De Octubre De 2024]. Disponible En: <https://www.ecuadorencifras.gob.ec/institucional/desafios-y-oportunidades-para-el-ecuador-ante-el-envejecimiento-poblacional-inec-destaca-datos-claves-en-el-dia-mundial-de-la-poblacion/>
- [5] Ladera Castañeda MI, Medina Sotelo CG. La Salud Bucal En América Latina: Una Revisión Desde Las Políticas Públicas. *Salud Cienc Tecnol.* 2023;(3):340.
- [6] Toriz Gorrín, FA. Enfermedad Periodontal En Adultos De La Población Del Reparto Flores. Policlínico "Manuel Fajardo". Playa. 2016. Tesis En Opción Del Título De Especialista De Primer Grado En Estomatología General Integral. La Habana, Cuba, 2016.
- [7] Desai JP, Nair RU. Oral Health Factors Related To Rapid Oral Health Deterioration Among Older Adults: A Narrative Review. *J Clin Med.* 29 De Abril De 2023;12(9):3202.
- [8] Ghezzi EM, Niessen LC, Jones JA. Innovations In Geriatric Oral Health Care. *Dent Clin North Am.* Abril De 2021;65(2):393-407.
- [9] Lara Benavides IM. Nivel De Conocimiento Sobre Salud Oral En Pacientes Geriátricos. Hospital Básico Militar N° 11-Riobamba [Internet] [Bachelorthesis]. Universidad Nacional De Chimborazo; 2023 [Citado 1 De Octubre De 2024]. Disponible En: <http://dspace.unach.edu.ec/handle/51000/10880>
- [10] Kortemeyer B. Técnicas De Cepillado Y Ámbitos De Aplicación. *Quintessence.* 1 De Agosto De 2012;25(7):436-40.
- [11] Recomendaciones Para El Cuidado De La Salud Bucal [Internet]. [Citado 1 De Octubre De 2024]. Disponible En: <https://www.minsalud.gov.co/paginas/recomendaciones-para-el-cuidado-de-la-salud-bucal-.aspx>
- [12] La Población Adulto Mayor En La Ciudad De Quito, Estudio De La Situación Sociodemográfica Y Socioeconómica. Análisis Estadístico Sociodemográfico. 2008. Instituto Nacional De Estadística Y Censos [Internet]. [Citado 1 De Octubre De 2024]. Disponible En: <https://www.ecuadorencifras.gob.ec/institucional/desafios-y-oportunidades-para-el-ecuador-ante-el-envejecimiento-poblacional-inec-destaca-datos-claves-en-el-dia-mundial-de-la-poblacion/>
- [13] Ramírez Poma, Jorge Antonio. Relación Entre La Promoción De Salud Oral Y Conocimiento En Prevención De Enfermedades Orales En Ciudadanos Del Distrito De San Borja. 2022. Tesis En Opción Del Título Profesional De Cirujano Dentista. Lima, Perú, 2022.
- [14] Loyola Carrasco, Diego Javier; Lozada Lopez, Fanny Y Pancho Chavarrea, Tatiana Lucrecia. Promoción De La Educación Sanitaria Sobre Salud Bucodental En Residentes De Un Centro De Acogida En Ecuador. *Conrado* [Online]. 2022, Vol.18, N.87 [Citado 2025-02-24], Pp. 55-64. Disponible En: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1990-86442022000400055&lng=es&nrm=iso. Epub 02-Ago-2022. ISSN 1990-8644.
- [15] Mera, J. (2021). Reflexiones Sobre Políticas Públicas De Salud Y El Plan Nacional De Salud Bucal Del Ecuador. (Master's Thesis). Quito.
- [16] Maracajá, P., Alves, M., Gomez, F., Arrais, I., Marques, B., Alves, S., & Gondin, A. (2021). The Effectiveness Of An Oral Health Education And Prevention Program On The Incidence And Severity Of Oral Mucositis In Pediatric Cancer Patients: A Non-Randomized Controlled Study. *Supportive Care In Cancer*, 29(12), 7877-7885.
- [17] Ortega, F., Guerrero, A., & Aliaga, P. (2018). Determinantes Sociales Y Prevalencia De La Caries Dental En Población Escolar De Zonas Rurales Y Urbanas De Ecuador. *Odonto-Investigación*, 4(2), 20-31. <https://revistas-olnx.usfq.edu.ec/index.php/odontoinvestigacion/article/view/1281/1253> [Links]
- [18] Parise-Vasco, J., Zambrano-Achig, P., Viteri-García, A., & Armas-Vega, A. (2020). Estado De La Salud Bucal En El Ecuador. *Odontología Sanmarquina*, 23(3), 327-331. <https://revistasinvestigacion.unmsm.edu.pe/index.php/odont/article/view/18133/15169>
- [19] Morata, J., & Laia, A. (2019). Salud Bucodental En Los Niños:¿ Debemos Mejorar Su Educación Pediatría? *Atención Primaria*, 21(84), E173-E178. <https://scielo.isciii.es/pdf/pap/V21n84/1139-7632-Pap-21-84-E173.pdf>
- [20]