

Enquisa sobre a saúde oral en escolares dunha área rural de Lugo

José Antonio Fernandez Camiñas
D.E. Hospital Xeral Calde. Lugo.

Francisco Tuñez Bastida
Médico de Familia de la Unidad de Atención Primaria de Cospeito (Lugo).

Antonio Javier Machin Fernández
Técnico de Saúde da Xerencia de Atención Primaria de Lugo.

Maria Teresa García Arean
D.E. Hospital Infantil Teresa Herrera (A Coruña).

Cad Aten Primaria
Año 2006
Volumen 13
Pág. 173-179

RESUMO

Obxectivos:

- Coñecer os determinantes de Saúde oral en escolares de Cospeito (Lugo).
- Identificar aqueles nenos con hábitos de hixiene bucodental aceptables ou bos.

Deseño: Estudo epidemiolóxico descritivo.

Emprazamento: Colexios Públicos do Concello de Cospeito (Lugo).

Medicións e resultados principais: Un 89.7% considera o azucre como o axente causal da caries. O flúor é recoñecido como elemento beneficioso para os dentes polo 99%. O 48.5% sinala 3 minutos coma o tempo adecuado para o cepillado. Un 56% lava os dentes despois de cada comida. O 82.15 cepilla os dentes por dentro, mentres que só un 21.9% cepilla a lingua. O 49.0% visita ao odontólogo só se ten problemas. O 85.7% consume lambetadas a diario. Un 25.3% cambia de cepillo ao ano ou máis tarde. A razón máis valorada para cuidar a dentadura é evitar a dor de moas (73.2%). O 13.3% ten coñecementos e hábitos hixienico-dietéticos axeitados e só nun 2% se consideran bos.

Conclusións: Tan só unha mínima parte da poboación escolar ten hábitos correctos. Existen hábitos de saúde oral e dietéticas que deberían de mellorar a traves de maior información e programas de educación para a saúde que inclúan o neno, a súa familia e a comunidade onde vive.

Palabras Clave: Hixiene dental, saúde oral, escolares.

INTRODUCCIÓN:

A saúde bucodental constitúe un apartado importante do estado de saúde das persoas. A cavidade oral intervén en procesos tan importantes como a mastigación, a comunicación oral ou o sorriso dos humanos. As enfermidades odontolóxicas son así mesmo causa ou consecuencia de múltiples patoloxías sistémicas. Considérase a carie como a destrución progresiva da estrutura do dente, resultante do ácido producido polas bacterias que aniñan na superficie e que constitúen a chamada placa bacteriana. Así, enfermidades periodontais son, xunto coas caries, a causa máis frecuente de perdas dentarias. Tanto a carie como a enfermidade periodontal son enfermidades crónicas, facilmente previbles, que presentan consecuencias precoces, non reversibles, xeradoras de grande mobilidade e cun importante impacto económico⁽¹⁾.

O desenvolvemento de hábitos saudables mediante intervencións, tanto individuais coma colectivas a través do coñecemento e a motivación, constitúen a base da prevención neste campo. A familia e a escola co apoio do profesional sanitario, son os pilares para a adquisición permanente de hábitos hixiénicos saudables.

Múltiples estudos epidemiolóxicos tentaron descubrir os distintos determinantes de saúde entre as poboacións, co fin de intervir sobre aqueles aspectos modificables⁽²⁻³⁾. As enfermidades bucodentais pódense previr incidindo sobre os tres factores da súa etiopatoxenia: aumentando a resistencia do esmalte (administración de flúor, selado de fisuras), alterando o substrato en contacto cos dentes (flúor e hixiene oral)⁽⁶⁻⁷⁾.

A fluoración da auga de consumo demostrou as maiores porcentaxes de efectividade na redución da carie. Cando esta intervención non é posible, fiase a efectividade no emprego de suplementos, colutorios e pastas fluoradas⁽⁸⁾.

A infancia e a adolescencia son os períodos máis adecuados para a intervención nutricional e a aprendizaxe de hábitos saudables, xa que

Dirección para correspondencia:

José Antonio Fernández Camiñas
Plaza Conde Fontao, 4. 7º A. 27003 Lugo (Lugo)
Dirección electrónica: jose.antonio.fernandez.caminas@sergas.es

TÁBOA 1

Coñecementos básicos sobre hixiene bucodental

.- Quen cres que produce a caries?	total			Varón		muller		p <0.05	13 e máis		Menor 13		p <0.05
	Nº	%	p < 0.05	Nº	%	Nº	%		Nº	%	Nº	%	
Microorganismo	130	43,2	37,6-48,8	70	42,2	61	44,2	0,721	69	43,9	61	42,4	0,781
Azucre	140	46,5	40,9-52,2	72	43,4	70	50,7	0,201	69	43,9	71	49,3	0,352
Falta vitaminas	11	3,7	2,1-6,4	8	4,8	3	2,2	0,356	8	5,1	3	2,1	0,223
Non o sei	20	6,6	3,8-9,5	16	9,6	4	2,9	0,020	11	7,0	9	6,3	0,792
Total	301	100,0		166	100,0	138	100,0		157	100,0	144	100,0	
.- Canto tempo cres que debes empregar en lavar os dentes?													
1 minuto	53	17,6	13,3-21,8	38	22,9	15	10,8	0,005	32	20,3	21	14,6	0,196
3 minutos	146	48,5	46,0-57,3	76	45,8	72	51,8	0,295	92	58,2	54	37,5	0,000
5 minutos	103	34,2	28,8-39,5	52	31,3	52	37,4	0,264	34	21,5	69	47,9	0,000
Total	302			166	100,0	139	100,0		158	100,0	144	100,0	
.- Que substancia é beneficiosa para os dentes?													
Cloro	1	0,3	0,1-1,9	0	0,0	1	0,7	0,457	1	0,6	0	0,0	1,000
Bromuro	2	0,7	0,2-2,4	2	1,2	0	0,0	0,502	0	0,0	2	1,4	0,228
Flúor	298	99,0	97,1-99,7	163	98,8	138	99,3	1,000	156	99,4	142	98,6	0,608
Total	301			165	100,0	139	100,0		157	100,0	144	100,0	

é nesta etapa onde se adquiren hábitos e actitudes que determinan os comportamentos alimentarios definitivos⁽⁹⁾. A modificación das dietas potencialmente cariocénicas mediante a redución de alimentos e bebidas azucradas con especial atención ao grupo doces-lambetadas, constitúe a esencia da intervención⁽¹⁰⁾.

O obxectivo fundamental do noso estudo consiste en avaliar a idoneidade dos coñecementos, hábitos e percepción de saúde bucodental nos escolares de Cospeito (Lugo) coa finalidade de descubrir os aspectos máis deficitarios e así poder definir as estratexias de intervención máis oportunas.

MATERIAL E MÉTODO:

Durante o curso 2001-2002 levouse a cabo un estudo epidemiolóxico sobre determinantes de saúde oral nos escolares de Cospeito (Lugo).

A poboación avaliada engloba todos os escolares de 4º, 5º e 6º de educación primaria pertencentes aos dous CEIP do concello (Cospeito e Muimenta) e os de 1º, 2º, 3º e 4º de ESO do IES de Cospeito. Previamente pediuse autorización ás direccións de ambos centros e ás ANPAs correspondentes.

DISTRIBUCIÓN POR SEXO E IDADE DOS NENOS SELECCIONADOS PARA O ESTUDO

Idade	Varóns	Mulleres	Total
6 a 12 anos	75	70	145
13 a 16 anos	92	66	158
Descoñecida	0	3	3
Total	167	139	306

Decidiuse realizar a enquisa con todos os escolares a partir do nivel de 4º de educación primaria, por considerar os 9 anos a idade mínima para poder colaborar adecuadamente na contestación autónoma da enquisa.

Confeccionouse un cuestionario onde ademais dos datos de filiación incluíronse cuestións relacionadas cos coñecementos, hábitos de hixiene dental e nutricionais e de autopercepción de saúde oral^(3, 11). Constituindo unha enquisa de 24 preguntas pechadas, 4 delas con formato de resposta múltiple.

Os datos tabuláronse nunha folla de cálculo para o seu posterior tratamento co paquete estatístico PRESTA 2,21 (revisión abril 1999).

Tras obter as porcentaxes globais de cada apartado da enquisa co seu intervalo de confianza ao 95% ($p < 0.05$), os resultados separáronse por sexo para proceder á súa comparación, así como en grupos de idade en función da media dos escolares. (13.2 anos, DS 2.33).

A proba de comparación de porcentaxes que utiliza o programa estadístico é a proba binomial.

De maneira secuencial agrupáronse os nenos en dúas categorías segundo as súas contestacións:

- 1.- **Categoría aceptable:** os que contestaron as preguntas de: Quen produce a carie? (microorganismo, azucre), Canto tempo debes empregar en lavar os dentes? (3 minutos, 5 minutos), Que substancia é boa para os dentes? (flúor), Cando lavas os dentes?

TÁBOA 2

Aprendizaxe e motivacións sobre a hixiene bucodental

.- Quen che ensinou a lavar os dentes?	total			varón		muller		p <0.05	13 e máis		Menor 13		p <0.05
	Nº	%	p < 0.05	Nº	%	Nº	%		Nº	%	Nº	%	
Pais	273	90,7	87,4-94,0	145	87,9	131	94,2	0,056	141	89,8	132	91,7	0,579
Colexio	49	16,3	12,1-20,5	26	15,8	23	16,5	0,052	14	8,9	35	24,3	0,000
Televisión	8	2,7	1,4-5,2	8	4,8	0	0,0	0,009	6	3,8	2	1,4	0,286
Otros (folletos, etc...)	43	14,3	10,3-18,2	25	15,2	18	12,9	0,583	21	13,4	22	15,3	0,638
Total	301	100,0		165	100,0	139	100,0		157	100,0	144	100,0	
.- Por que lavas os dentes?													
Obrigación	44	14,6	10,6-18,6	28	17,0	16	11,5	0,178	11	7,0	33	22,9	0,000
Hixiene	274	91,0	87,8-94,3	144	87,3	133	95,7	0,014	150	95,5	124	86,1	0,005
Outras	12	4,0	2,3-6,8	8	4,8	4	2,9	0,556	4	2,5	8	5,6	0,242
Total	301	100,0		165	100,0	139	100,0		157	100,0	144	100,0	
.- Cal das seguintes razóns cres que son importantes para cuidar os teus dentes?													
Para gustar aos demais	65	21,5	16,9-26,2	46	27,7	19	13,7	0,003	38	24,1	27	18,8	0,263
Para que os dentes parezan bonitos	137	45,4	39,8-51,0	81	48,8	57	41,0	0,174	72	45,6	65	45,1	0,940
Para que alento cheire fresco	166	55,0	49,4-60,6	94	56,6	74	53,2	0,553	91	57,6	75	52,1	0,336
Para evitar a dor de moas	227	75,2	70,3-80,0	120	72,3	110	79,1	0,167	119	75,3	108	75,0	0,949
Para non usar dentadura postiza de maior	194	64,2	58,8-69,6	111	66,9	84	60,4	0,244	92	58,2	102	70,8	0,022
Para non ir ao dentista a me curar os dentes	167	55,3	49,7-60,9	96	57,8	72	51,8	0,291	85	53,8	82	56,9	0,583
Total	302			166	100,0	139	100,0		158	100,0	144	100,0	

(despois das comidas), Utilizas pasta para lavar os dentes? (sí), ¿Cepillas os dentes por dentro? (sí), Con que frecuencia vas ao dentista? (1 ao ano, 2 ou máis ao ano), Tes cepillo de dentes para ti só? (sí), Cantas lambonadas comes ao día? (ningunha, 5 ou menos), Con que frecuencia cambias o cepillo? (1 ao mes, cada 3 meses, cada 6 meses),

- 2.- **Categoría boa:** ao anterior engádesse; Ao lavar os dentes cepillas a lingua? (sí, ás veces), Cando lavas os dentes usas seda dental? (sí, ás veces), Como tomas as lambetadas? (non toma, dunha soa vez), A que fuches ao dentista? (A fluorar, a consulta).

A análise das dúas categorías mencionadas anteriormente, en diante aceptable e boa, realizouse do mesmo xeito que para a análise individualizada de cada pregunta da enquisa.

RESULTADOS:

Na táboa 1 obsérvase que a maioría dos nenos, (89.7%), cren que a carie é producida por un microorganismo ou polo azucre. Por sexo destaca que o 9.6% dos varóns fronte ó 2.9% das mulleres non sabe quen intervén na carie (<0.020). O 99,0% considera o flúor beneficioso para os dentes, opinan que 1 minuto é suficiente para

TÁBOA 3

Autopercepción do estado de saúde bucodental

.- Tes dor de moas?	Total			varón		muller		P <0.05	13 e máis		Menor 13		p <0.05
	Nº	%	p < 0.05	Nº	%	Nº	%		Nº	%	Nº	%	
Frecuente	9	3,0	1,6-5,6	5	3,0	4	2,9	1,000	3	1,9	6	4,2	0,318
Algunha vez	138	45,7	40,1-51,3	72	43,4	69	49,6	0,274	65	41,1	73	50,7	0,096
Nunca	155	51,3	45,7-57,0	89	53,6	66	47,5	0,286	90	57,0	65	45,1	0,040
Total	302	100,0		166	100,0	139	100,0		158	100,0	144	100,0	
.- Cres que tes carie?													
Sí	47	15,6	11,5-20,0	22	13,3	27	19,4	0,144	20	12,7	27	18,8	0,145
Non	178	58,9	53,4-64,5	97	58,4	82	59,0	0,921	109	69,0	69	47,9	0,000
Non o sei	77	25,5	20,6-30,4	47	28,3	30	21,6	0,178	29	18,4	48	33,3	0,003
Total	302	100,0		166	100,0	139	100,0		158	100,0	144	100,0	
.- Levas aparato de dentes?													
Sí	26	8,6	5,5-11,8	15	9,1	11	7,9	0,715	9	5,7	17	11,8	0,061
Non	275	91,4	88,2-94,5	150	90,9	128	92,1	0,715	148	94,3	127	88,2	0,061
Total	301	100,0		165	100,0	139	100,0		157	100,0	144	100,0	
.- Estás satisfeito da túa boca?													
Sí	260	86,7	82,8-90,5	147	89,1	114	82,6	0,104	136	86,6	124	86,7	0,982
Non	40	13,3	9,5-17,2	18	10,9	24	17,4	0,104	21	13,4	19	13,3	0,982
Total	300	100,0		165	100,0	138	100,0		157	100,0	143	100,0	

TÁBOA 4

Hábitos de cepillado

.- Tes un cepillo de dentes para ti só?	total			Varón		muller		p <0.05	13 e máis		Menor 13		p <0.05
	Nº	%	p < 0.05	Nº	%	Nº	%		Nº	%	Nº	%	
Si	300	99,3	97,6-99,8	165	99,4	138	99,3	1,000	157	99,4	143	99,3	1,000
Non	2	0,7	0,2-2,4	1	0,6	1	0,7	1,000	1	0,6	1	0,7	1,000
Total	302	100,0		166	100,0	139	100,0		158	100,0	144	100,0	
.- Con que frecuencia cambias o teu cepillo?													
1 mes	70	23,3	18,6-28,1	41	25,0	31	22,3	0,583	28	17,9	42	29,2	0,022
3 mes	107	35,7	30,3-41,1	48	29,3	60	43,2	0,012	69	44,2	38	26,4	0,001
6 mes	47	15,7	11,2-19,8	28	17,1	19	13,7	0,415	30	19,2	17	11,8	0,077
1 ano	76	25,3	20,4-30,3	47	28,7	29	20,9	0,119	29	18,6	47	32,6	0,005
Total	300	100,0		164	100,0	139	100,0		156	100,0	144	100,0	
.- Cando lavas os dentes?													
De vez en cando	34	11,3	7,7-14,8	29	17,5	5	3,6	0,000	24	15,2	10	6,9	0,024
Ao levantarme	38	12,6	8,8-16,3	20	12,0	18	12,9	0,812	25	15,8	13	9,0	0,075
Ao deitarme	61	20,2	15,7-24,7	34	20,5	29	20,9	0,935	38	24,1	23	16,0	0,001
Despois das comidas	169	56,0	50,4-61,6	83	50,0	87	62,6	0,027	71	44,9	98	68,1	0,000
Total	302	100,0		166	100,0	139	100,0		158	100,0	144	100,0	
.- Cando lavas os dentes, utilizas pasta?													
	Nº	%	p < 0.05	Nº	%	Nº	%		Nº	%	Nº	%	
Si	292	96,7	94,0-98,2	158	95,2	137	98,6	0,117	154	97,5	138	95,8	0,527
Ás veces	9	3,0	1,6-5,6	7	4,2	2	1,4	0,189	3	1,9	6	4,2	0,318
Non	1	0,3	0,1-1,9	1	0,6	0	0,0	1,000	1	0,6	0	0,0	1,000
Total	302	100,0		166	100,0	139	100,0		158	100,0	144	100,0	
.- Cando lavas os dentes, cepillas a parte de dentro dos dentes?													
Sí	248	82,1	77,8-86,4	131	78,9	119	85,6	0,130	130	82,3	118	81,9	0,940
Ás veces	40	13,2	9,4-17,1	24	14,5	17	12,2	0,570	21	13,3	19	13,2	0,980
Non	14	4,6	2,8-7,6	11	6,6	3	2,2	0,097	7	4,4	7	4,9	1,000
Total	302	100,0		166	100,0	139	100,0		158	100,0	144	100,0	
.- Cando lavas os dentes, cepillas a lingua?													
Si	66	21,9	17,2-26,5	32	19,3	34	24,5	0,274	32	20,3	34	23,6	0,481
As veces	47	15,6	11,5-19,7	16	9,6	32	23,0	0,001	23	14,6	24	16,7	0,613
Non	189	62,6	57,1-68,0	118	71,1	73	52,5	0,001	103	65,2	86	59,7	0,327
Total	302	100,0		166	100,0	139	100,0		158	100,0	144	100,0	
.- Cando lavas os dentes, utilizas seda dental?													
Sí	25	8,3	5,2-11,5	15	9,1	10	7,2	0,561	9	5,7	16	11,2	0,088
As veces	46	15,3	11,3-19,4	24	14,5	22	15,9	0,736	28	17,8	18	12,6	0,208
Non	229	76,3	71,5-81,1	126	76,4	106	76,8	0,927	120	76,4	109	76,2	0,966
Total	300	100,0		165	100,0	138	100,0		157	100,0	143	100,0	
.- Como moves o cepillo de dentes?													
Ao chou	23	7,7	4,7-10,7	18	11,0	5	3,6	0,017	12	7,7	11	7,6	0,986
Horizontal	59	19,7	15,2-24,2	32	19,5	28	20,1	0,891	22	14,1	37	25,7	0,012
Vertical	41	13,7	9,8-17,9	23	14,0	18	12,9	0,785	25	16,0	16	11,1	0,216
As dúas anteriores	177	59,0	53,4-64,6	91	55,5	88	63,3	0,168	97	62,2	80	55,6	0,244
Total	300	100,0		164	100,0	139	100,0		156	100,0	144	100,0	

lavar os dentes o 17,6% (22,9% en varóns e 10,8% en mulleres; $p < 0,005$), o 37,5% dos menores de 13 anos opinan que necesitan 3 minutos fronte aos maiores de 12 anos (58,2%); ($p < 0,000$). Este último resultado invírtese ao analizar a resposta de 5 minutos (menos: 47,9%, adolescentes: 21,5%; $p < 0,000$).

Os pais ensinaron a lavar os dentes ao 90,7%, (táboa 2), tamén refire como fonte de aprendizaxe a escola o 24,3% dos menores de 13 e o 8,9% os maiores de 12 anos ($p < 0,000$). A maioría, 91,0% refire a hixiene como motivación para lavar os dentes; as mulleres mostran unha porcentaxe maior (95,7%) que os varóns (83,3%) ($p < 0,14$). Obsérvanse diferenzas tamén por idade, os menores refiren como causa a obriga (22,9%), mentres que para os maiores só

é o 7,0% ($p < 0,000$). Entre as razóns que esgrimen para cuidar os dentes, destaca evitar a dor (75,2%) e a menos citada é a de gustar aos demais (21,5%), nesta última hai diferenzas significativas en sexos (varóns: 27,7%, mulleres: 13,7%; $p < 0,003$). Na análise por idade obsérvase diferenzas no motivo "non usar dentadura postiza de maior" (menores de 13: 70,8%, maiores de 12: 58,2% $p < 0,022$).

Non hai diferenzas por sexo en canto a autopercepción de saúde bucodental (ver táboa 3). O 51,3% refiren que nunca tiveron dor de moas, o 45,1% dos menores de 13 fronte ao 57,0 dos maiores ($p < 0,040$). Non saben se teñen carie o 25,5% dos enquisados, des-

TÁBOA 5

Acceso ao dentista e hábitos alimenticios

.- Con que frecuencia visitas ao dentista?	total			Varón		muller		p < 0.05	13 e máis	p < 0.05			
	Nº	%	p < 0.05	Nº	%	Nº	%						
Nunca	27	8,9	5,7-12,2	17	10,2	10	7,2	0,351	12	7,6	15	10,4	0,391
Si problema	148	49,0	43,4-54,6	81	48,8	70	50,4	0,786	85	53,8	63	43,8	0,081
Unha ao ano	82	27,2	22,1-32,2	48	28,9	34	24,5	0,382	44	27,8	38	26,4	0,776
2 ou máis ao ano	45	14,9	10,9-18,9	20	12,0	25	18,0	0,145	17	10,8	28	19,4	0,034
Total	302	100,0		166	100,0	139	100,0		158	100,0	144	100,0	
.- A que fuches ao dentista?													
Sacar dentes	134	45,7	40,0-51,4	79	48,8	57	42,5	0,285	66	43,1	68	48,6	0,351
Facer empastes u obturacions	116	39,6	34,0-45,2	59	36,4	58	43,3	0,229	65	42,5	51	36,4	0,290
Corrixir dentes	45	15,4	11,2-19,5	27	16,7	19	14,2	0,557	18	11,8	27	19,3	0,074
Tratar con flúor	18	6,1	3,4-8,9	11	6,8	8	6,0	0,775	3	2,0	15	10,7	0,003
A consulta	87	29,7	24,5-34,9	42	25,9	46	34,3	0,115	51	33,3	36	25,7	0,154
Por dor ou flemóns	77	26,3	21,2-31,3	41	25,3	38	28,4	0,555	33	21,6	44	31,4	0,055
Total	293	100,0		162	100,0	134	100,0		153	100,0	140	100,0	
.- Que cantidade de lambonadas (Chicles, caramelos, etc) consumes ao día?													
5 ou máis	102	33,9	28,5-39,2	69	41,8	34	24,5	0,001	68	43,0	34	23,8	0,000
Menos 5	156	51,8	46,2-57,5	72	43,6	86	61,9	0,002	73	46,2	83	58,0	0,040
Ningunha	43	14,3	10,3-18,2	24	14,5	19	13,7	0,827	17	10,8	26	18,2	0,066
Total	301	100,0		165	100,0	139	100,0		158	100,0	143	100,0	
.- Como tomas as túas lambonadas ao longo do día?													
Xuntas	58	22,0		37	22,4	21	15,3		43	29,6	15	12,6	
Repartidas	206	78,0							102	70,4	104	87,4	
Total	264	100,0			100,0		100,0		145	100,0	119	100,0	
.- Tes medo ao dentista?													
Si	46	15,3	11,2-19,4	29	17,6	19	13,7	0,352	33	20,9	13	9,1	0,005
Non	255	84,7	80,7-88,8	136	82,4	120	86,3	0,352	125	79,1	130	90,9	0,005
Total	301	100,0		165	100,0	139	100,0		158	100,0	143	100,0	

tacando os menores de 13 co 33.3%, mentres para o outro grupo de idade é o 18.4% ($p < 0.003$). O 8.6% refire levar ortodoncia sen que se observen diferenzas por idade ou sexo.

Á vista da táboa 4 hai que destacar que 2 nenos afirman non ter cepillo propio, o 25.3% cámbiano cada ano ou máis tarde, sendo máis frecuente o cambio en menores de 13 anos (32.6%) que nos maiores (18.6%) ($p < 0.005$). Da comparación por sexo destaca que o 43,2% das mulleres cambian o cepillo cada 3 meses, mentres nos varóns fanno o 29.3% ($p < 0,012$). Só a metade (65.0%) lavan os dentes despois das comidas e é máis frecuente en mulleres (62.6%) que en varóns (50.0%) ($p < 0-027$), tamén é máis frecuente en menores (68.1%) que en maiores (44.9%) ($p < 0.000$). A frecuencia de limpeza dental é de vez en cando no 11.3%, sendo menor a dos varóns que a das mulleres (17.5%) ($p < 0.000$) e nos maiores de 12 fronte ós menores desa idade (15.2%, 6.9%; $p < 0.024$). O 96.7% utiliza pasta dental. Un 13.2% ás veces cepilla a cara interna dos dentes e o 4.6% non o fai nunca. A lingua non a cepilla nunca no 62.6% con peores resultados en varóns (71.1%, 52.5%; $p < 0-001$). Usa seda dental sempre o 8.3% e nunca a usa o 76.3%, sen diferenzas significativas por idade ou sexo. A forma de mover o cepillo é totalmente incorrecta no 7.7%, outra vez o dato é peor en varóns (11.0%, 3.6%; $p < 0.017$). O movemento para limpar os dentes é parcialmente incorrecto no 19.7%, sen diferenza entre sexos, pero si por idade, peor para os menores de 13 anos (25.7%), que para os adolescentes (14.1%) ($p < 0.012$). A metade, 49.0%, vai ao dentista só se ten problemas e o 8.9% nunca foi (ver táboa 5).

Non se observan diferenzas por sexo, pero por idade destaca que os nenos que van 2 ou máis veces ao ano son o 19.4%, mentres os adolescentes van só o 10.8% ($p < 0.034$). Os motivos para ir ao dentista foron: sacar pezas (45.7%), empastar (39.6%), consultar (29.7%) e fluorar (6.1%). Nesta última obsérvanse diferenzas por idade, é máis frecuente en nenos (10.7%) que en adolescentes (2.0%) ($p < 0.003$). Teñen medo ao dentista o 15.3% con diferenzas significativas por grupos de idade: os adolescentes 20.9% e os nenos 9.1% ($p < 0.005$). Non toma lambonadas habitualmente o 14.3% e o 33.9% toma 5 ou máis diarias. Isto último é máis frecuente en adolescentes (43.0%) que nos menores (23.8%) ($p < 0.000$), tamén por sexo obsérvase que os varóns superan ás mulleres para este dato (42.8%, 24.5%; $p < 0.001$). É de destacar que o 29.6% dos adolescentes as toma xuntas, mentres que nos menores é só o 12.6% ($p < 0.000$). O 78% dos que consumen diariamente lambonadas tomanas repartidas ó longo do día.

Por último na táboa 6 obsérvase que só 6 nenos (2.0%) teñen coñecementos e hábitos hixiénico-dietéticos bos, os 6 son nenas ($p < 0.000$), non hai diferenza por idade, ao diminuír os requirimentos á categoría de aceptable ascende ó 13.3%, sendo máis frecuente en nenas (21.6%) que en nenos (6.0%) ($p < 0.000$) e máis en nenos pequenos (22.4%) que en adolescentes (5.1%) ($p < 0.000$).

DISCUSIÓN

A carie é unha enfermidade infecciosa e transmissible provocada por colonias bacterianas que se acumulan xunto aos produtos salivares

TÁBOA 6

Valoración de coñecementos e hábitos hixiénico-dietéticos

Aceptable	total			varón		muller		p <	13 e máis		Menor 13		p <
	Nº	%	p < 0,05	Nº	%	Nº	%		Nº	%	Nº	%	
Sí	40	13,3	9,5-17,1	10	6,0	30	21,6	0,000	8	5,1	32	22,4	0,000
Non	261	86,7	82,9-90,6	157	94,0	109	78,4	0,000	150	94,9	111	77,6	0,000
Total	301	100,0		167	100,0	139	100,0		158	100,0	143	100,0	
Boa													
Sí	6	2,0	0,9-4,3	0	0,0	6	4,3	0,000	2	1,3	4	2,8	0,428
Non	295	98,0	98,0-95,7	167	100,0	133	95,7	0,000	156	98,7	139	97,2	0,428
Total	301	100,0		167	100,0	139	100,0		158	100,0	143	100,0	

formando a chamada placa dental. Na carie desempeñan un papel moi importante os azucres que facilitan o crecemento bacteriano e diminúen o pH, desmineralizando o esmalte e segregando compoñentes que favorecen a formación da placa bacteriana. Microorganismos e azucres son polo tanto elementos altamente perxudiciais pero o acertado coñecemento da natureza infecciosa da carie podería favorecer a adquisición de determinados hábitos de hixiene dental. No noso estudo a resposta de azucre como axente causal da carie foi do 46.7% e a de microorganismos do 43.1%.

O flúor é recoñecido pola case totalidade dos nenos como unha substancia beneficiosa para os dentes, mentres que só un de cada sete nenos considera que un minuto é suficiente para lavar os dentes. Esta alta porcentaxe de respostas correctas podería ter que ver coa divulgación do Programa Galego de Saúde Bucodental que dende a Dirección Xeral de Saúde Pública da Consellería de Sanidade vense implantando na nosa comunidade dende o curso escolar 86-87⁽¹²⁾. O número de cepillados diarios é comparable ao de outros traballos^(2,13), así como a diferenza entre sexos (a favor das mulleres); atopámonos ademais con que os menores de 13 anos cumpren mellor ca os maiores con este hábito. No estudo de LaFuente⁽²⁾, o 20.7% dos nenos cambiaban de cepillo en menos de 3 meses, o noso resultado é do 59% con diferenzas outra vez a favor das mulleres, nesta ocasión, case un tercio dos menores de 13 anos permanecen co seu cepillo máis dun ano. Na bibliografía non hai consenso sobre a técnica máis axeitada de cepillado dental, aínda que parece prevalecer a idea de que é recomendable a utilización de movementos curtos, suaves en dirección vertical ou circular, evitando os movementos enérxicos e horizontais, xa que poden danar as enxivias e son menos efectivos para o arrastre da placa^(1,14,17); segundo os nosos datos 3 de cada 10 se cepillan en dirección horizontal ou ao chou con menor técnica para os varóns e menores de 13 anos. Os autores recomentan o cepillado suave da lingua ao rematar cos dentes para arrastrar as colonias bacterianas e mellorar o alento^(16,17), hábito só empregado por un de cada 5 nenos. O cepillado correcto non limpa suficientemente as superficies interproximais polo que é necesario usar seda dental. Atopamos, como en outros traballos, unha baixa utilización da seda dental⁽²⁾; nesta ocasión non atopamos diferenzas nin por sexo nin por idade.

A frecuencia de visita ao odontólogo é inferior ao dalgún estudo⁽²⁾ e similar ao outro⁽¹⁸⁾. Máis da metade da mostra acode só se ten problemas ou non foi nunca. A metade refiren ter feito algunha exodoncia e catro de cada dez fixeron empastes, cifras moi superiores ás consultadas^(2,19). O elevado número de exodoncias cremos que podería terse sobrevalorado en función a erros de formulación da pregunta ou de interpretación en función de caída natural ou extracción de dentes temporais, etc. Case que un de cada sete recoñece ter medo ao dentista e este temor é máis de dúas veces superior entre os maiores de 13 anos que entre os menores. A dor dental indica a rápida progresión da enfermidade, que ao igual que en outros estudos presenta unha alta prevalencia^(20,21).

O dicionario define lambonada como "cousa, normalmente doce, que se come máis por gusto que por fame, e que non adoita ser alimenticia", agrupan un conxunto heteróxeneo de produtos ricos en azucres refinados, de fácil accesibilidade (non hai colexio sen unha tenda de lambonadas preto) e moi publicitados. O seu consumo é preferente entre as comidas e todo iso convírteas en axentes carioxénicos de primeira orde. Na nosa enquisa, o mesmo que en outros traballos^(5,10,22) unha maioría dos nenos consúmenas, preferentemente entre os varóns e maiores de 13 anos, cun patrón de inxesta nocivo (repartidas ao longo do día). A información sobre o potencial carioxénico deste tipo de produtos e as recomendacións sobre a súa limitación e a forma máis correcta de consumo xunto coa información daqueles edulcorantes máis adecuados como o xilitol, sacarina, ciclamato... debería sinalarse como reforzo para pais e nenos. (evitando deste xeito o "todo vale").

Do mesmo xeito que no traballo de LaFuente as razóns estéticas son as máis mencionadas polos varóns para cuidar a súa dentadura. Parécenos importante sinalar que os menores de 13 anos din que o motivo para lavar os dentes é por obrigação en maior medida que os adolescentes, aínda que en todos os casos é a hixiene o motivo máis sinalado.

Os resultados refírense a poboación escolar de ámbito rural e moi homoxénea na súa extracción poboacional, polo que no deben de ser extrapolados a poboación escolar en xeral sen ter en conta este dato. Por outro lado gustaríanos saber en que medida os nenos foron veraces na contestación da enquisa, dende o noso punto de vista hai

un risco claro de erro, trátase de escolares con tendencia a contestar coma si dun exame se tratase.

O cuestionario foi realizado polos autores, intentando diminuír os sesgos propios de este tipo de ferramenta, para elo inspirámonos en algún traballo para a confección de algunha das cuestións.^(5,5) Podería ter sido pertinente introducir algunha pregunta que medise a veracidade dos respostas pero foi unha variable que non tivemos en conta no deseño do estudo, polo que non foron incluídas.

Sendo a familia o marco e espello onde, ao parecer, os nosos escolares adquiren fundamentalmente os seus hábitos de hixiene dental, os resultados obtidos deberían de axudar a reforzar aqueles programas que dende distintos ámbitos (sanitario e escolar fundamentalmente) fomenten a adquisición dunha correcta metodoloxía xunto cunha adecuada e permanente motivación facendo especial fincapé naqueles aspectos avaliados como máis deficitarios. Se ben determinadas cuestións da nosa enquisa son amplamente coñecidas e practicadas polos escolares, outras, tanto ou máis importantes, permanecen aínda confusas e ignoradas.

Sería interesante coñecer de maneira obxectiva o estado de saúde bucodental dos escolares para poder relacionar os resultados coa enquisa.

PUNTOS CLAVE

O COÑECIDO SOBRE O TEMA

- A carie é unha enfermidade progresiva e irreversible e da precoz intervención sobre os diferentes factores que a favorecen depende a súa prevención.
- Os programas bucodentais inflúen positivamente na adquisición de determinados coñecementos e hábitos de hixiene dental saudables.
- A infancia e a adolescencia son etapas claves na consolidación dos hábitos hixiénicos e alimentarios.

QUE APORTA ESTE ESTUDO

- Consideramos que teñen só un 2% dos escolares coñecementos e bos hábitos hixiénico-dietéticos. En xeral estes son mellores en mulleres e en menores de 13 anos.
- Existe un altísimo consumo de lambonadas e a súa maneira de consumo preferente é a de repartila ao longo do día, é claramente desfavorable.
- Poderíamos estar enviando mensaxes confusas ou insuficientes en determinados aspectos da hixiene dental que xustifiquen os pobres resultados en observados nestes aspectos.

BIBLIOGRAFÍA

1. Salud bucodental. Ministerio de Educación y Ciencia. Disponible desde: <http://www.cnice.mecd.es/recursos/infantil/salud/bucodental.htm>.
2. Lafuente PJ, Gómez Pérez de Mendiola FJ, Aguirre B, Zabala Galán J, Irurzun Zuazabal E y Gorritxo Gil B. Estilos de vida determinantes de la salud oral en adolescentes de Vitoria-Gasteiz: evaluación. *Aten Primaria* 2002; 29: 213-217.
3. Freeman R, Heimonen H, Speedy P, Tuutti H. Determinants of cariogenic snacking in adolescents in Belfast and Helsinki. *Eur J Oral Sci* 2000; 108: 504-510.
4. Tinanoff N, Palmer CA. Dietary determinants of dental caries and dietary recommendations for preschool children. *J Public Health Dent* 2000 Summer; 60(3):197-206.
5. Bolin AK. Children's dental health in Europe. An epidemiological investigation of 5- and 12-year-old children from eight EU countries. *Swed Dent J Suppl*. 1997;122:1-88.
6. Barella Balboa JL, Mesa Gallardo I, Cobeña Manzorro M, Pérez Milena A, leal Helmling J, Jiménez Pulido I. Estudio sobre la influencia a largo plazo de un programa de salud bucodental en escolares. *Medicina de familia (And)* 2000; 1: 47-54.
7. Batalla J et al. Consejos para la prevención de las enfermedades bucodentales. *Med Clín (Barc)* 1994, 102 Supl 1: 132-135.
8. Viñals Iglesias H y Sabater Recolons M. La prevención de la caries dental desde la atención primaria. *FMC* 1994;1:521-523
9. Koivusilta LK, Rimpela AH, Rimpela M, Viikari A. Health behavior-based selection into educational tracks in early adolescence. *Health Educ Res* 2001;16:201-14.
10. López del Val T, Estivariz C, Martínez de Icaya P, Jaunsolo MA, del Olmo D, Vázquez Martínez D et al. Consumo de alimentos del grupo "dulces y golosinas" en la población infantil escolarizada de Madrid. *Med Clín (Barc)* 1997; 109: 88-91.
11. Tojo Sierra R. Saúde bucodental do neno escolar. En: Tojo Sierra R. Manual de Recoñecemento médico escolar. Santiago de Compostela: Xunta de Galicia. Consellería de Sanidade e Consumo. Dirección Xeral de Saúde Pública; 1985,p.199-217.
12. Puime Montero P. Programa de de Saúde Bucodental en Atención Primaria. Xunta de Galicia. Consellería de Sanidade. SERGAS. División de Asistencia Sanitaria; 2002.Taani DS, al-Wahadni AM, al Omari M. The effect of frequency of toothbrushing on oral health of 14-16 year old. *J Ir Dent Assoc*. 2003;49(1):15-20.
13. Taani DS, al-Wahadni AM, al Omari M. The effect of frequency of toothbrushing on oral health of 14-16 year old. *J Jr Dent Assoc* 2003;49(1):15-20.
14. Actividades Preventivas en la infancia y la adolescencia. Programa de actualización en Medicina Familiar y Comunitaria. *FMC* 1995; Vol 2 Supl 1.
15. Salud bucodental. Consejos dirigidos a los padres. Sociedad de Pediatría de Atención Primaria de Extremadura 2003. Disponible desde: <http://www.spapex.org/spapex/saludbucodental.htm>
16. La Salud Oral-El cepillado y Los Dentífricos. University of Utah Health Sciences Center 2001. Disponible desde: <http://uuhs.utah.edu/healthinfo/spanish/oralhealth/brushing.htm>
17. Smilekids: Sugerencias para el cepillado y uso de seda dental. Disponible desde: http://smilekids.deltadentalca.org/espanol/brushing_parents.html
18. Dolado I, Casañas P, Nebot M y Manau C. Prevalencia de caries y factores asociados en escolares de 12 años de Barcelona. *Aten Primaria* 1996; 18: 111-115.
19. Lorenzo García V, Smyth Chamosa E, Hervada Vidal X, Fernández Casal R, Alonso Mejjide JM, Amigo Quintana M, et al. La salud bucodental en los escolares gallegos. 1995. *Rev Esp Salud Pública* 1998, 72: 539-546.
20. Padilla Benítez FM. Prevalencia de caries dental en niños de una zona básica de salud. Cinco años después. *Aten Primaria* 1998; 21: 540-544.
21. Fuentes García S y Farrouh Dwaieb S. Estudio de la prevalencia de caries dental, en niños de una zona básica de salud. *Aten Primaria* 1992; 10: 861-864.
22. Kuusela S, kannas L, Tynjala j, Honkla E, Tudor-Smith C. Frequent use of sugar products by schoolchildren in 20 European countries, Israel and Canada in 1993/1994. *Int Dent J*. 1999 Apr;49(2):105-14.