

Evelyn Paola Gaona-Zambonino; Katheryn Briggith Santana-Toral; Ana Michelle Zambrano-Bermúdez; Amalia Fernanda Vera-Veloz

<https://doi.org/10.35381/s.v.v8i1.3983>

Salud oral y su relación con la alimentación en infantes de educación inicial

Oral health and its relationship to nutrition in early childhood education children

Evelyn Paola Gaona-Zambonino

evelynpgz69@uniandes.edu.ec

Universidad Regional Autónoma de los Andes Santo Domingo, Santo Domingo de los
Tsáchilas, Ecuador

<https://orcid.org/0000-0002-1886-0100>

Katheryn Briggith Santana-Toral

katherynst98@uniandes.edu.ec

Universidad Regional Autónoma de los Andes Santo Domingo, Santo Domingo de los
Tsáchilas, Ecuador

<https://orcid.org/0000-0001-9311-5074>

Ana Michelle Zambrano-Bermúdez

anamzb87@uniandes.edu.ec

Universidad Regional Autónoma de los Andes Santo Domingo, Santo Domingo de los
Tsáchilas, Ecuador

<https://orcid.org/0000-0002-0736-4478>

Amalia Fernanda Vera-Veloz

us.amaliavv72@uniandes.edu.ec

Universidad Regional Autónoma de los Andes Santo Domingo, Santo Domingo de los
Tsáchilas, Ecuador

<https://orcid.org/0000-0002-9672-4948>

Recibido: 15 de octubre 2023

Revisado: 10 de diciembre 2023

Aprobado: 15 de enero 2024

Publicado: 01 de febrero 2024

Evelyn Paola Gaona-Zambonino; Katheryn Briggith Santana-Toral; Ana Michelle Zambrano-Bermúdez; Amalia Fernanda Vera-Veloz

RESUMEN

Objetivo: Analizar la salud oral y su relación con la alimentación en infantes de educación inicial. **Método:** Descriptiva observacional. **Resultados:** Se evidenció que el 40% de los padres y madres de familia refirieron que sus hijos siempre consumen bebidas azucaradas, el 35% indicaron que a veces las consumen, el 23% señalaron que rara vez las consumen y el 3% manifestaron que nunca las consumen. **Conclusión:** La alimentación juega un papel esencial en la salud oral de los infantes de educación inicial. La adopción de hábitos alimenticios saludables desde una edad temprana puede prevenir enfermedades bucodentales y promover una mejor salud general. Es fundamental la educación y la implementación de políticas que apoyen una nutrición adecuada para mejorar la salud bucal en esta población vulnerable.

Descriptores: Higiene bucal; higiene; salud pública. (Fuente: DeCS).

ABSTRACT

Objective: To analyze oral health and its relationship with nutrition in pre-school children. **Method:** Descriptive observational study. **Results:** It was found that 40% of parents reported that their children always consume sugary drinks, 35% said they sometimes consume them, 23% said they rarely consume them and 3% said they never consume them. **Conclusion:** Diet plays an essential role in the oral health of pre-school children. The adoption of healthy eating habits from an early age can prevent oral diseases and promote better overall health. Education and implementation of policies that support proper nutrition are essential to improve oral health in this vulnerable population.

Descriptors: Oral hygiene; hygiene; public health. (Source: DeCS).

Evelyn Paola Gaona-Zambonino; Katheryn Briggith Santana-Toral; Ana Michelle Zambrano-Bermúdez; Amalia Fernanda Vera-Veloz

INTRODUCCIÓN

La salud oral en los infantes es fundamental para su desarrollo general, afectando su capacidad para masticar, hablar y socializar adecuadamente. Los hábitos alimenticios juegan un papel significativo en la prevención de enfermedades bucodentales como la caries y las enfermedades periodontales. Los primeros años de vida son críticos para el desarrollo de hábitos saludables que perduren a lo largo de la vida. ^{1 2 3}

La relación entre la salud oral y la alimentación es compleja y multifacética, implicando no solo la calidad y cantidad de los alimentos consumidos, sino también la frecuencia de la ingesta y las prácticas de higiene oral. La identificación temprana de prácticas dietéticas inadecuadas y su corrección puede prevenir problemas de salud bucodental y promover un crecimiento y desarrollo óptimos en los niños. ^{4 5}

Se tiene por objetivo analizar la salud oral y su relación con la alimentación en infantes de educación inicial.

MÉTODO

Descriptiva observacional

La población de estudio estuvo constituida por 40 padres y madres de familia de infantes de educación inicial de la Unidad Educativa Mariano Aguilera de la ciudad de Santo Domingo – Ecuador.

Se aplicó encuesta y cuestionario.

Se aplicó estadística descriptiva.

RESULTADOS

Se evidenció que el 53% de los padres y madres de familia respondieron que sus hijos se cepillan los dientes dos veces al día, el 28% indicaron que lo hacen tres veces, mientras que el 20% refirieron que sus hijos únicamente se cepillan una vez diariamente.

Evelyn Paola Gaona-Zambonino; Kathryn Briggith Santana-Toral; Ana Michelle Zambrano-Bermúdez; Amalia Fernanda Vera-Veloz

Se denota que el 35% de los padres y madres de familia refirieron que sus hijos acuden al odontólogo una vez al año, el 33% indicaron que cuando tiene molestias en sus dientes, el 30% acude dos veces al año y el 3% no respondió la pregunta.

Con respecto a la frecuencia de consumos, el 50% de los padres y madres de familia indicaron que sus hijos siempre consumen chocolates, galletas y dulces, el 35% manifestaron que los consumen a veces y el 15% señalaron que rara vez los consumen. Se evidenció que el 40% de los padres y madres de familia refirieron que sus hijos siempre consumen bebidas azucaradas, el 35% indicaron que a veces las consumen, el 23% señalaron que rara vez las consumen y el 3% manifestaron que nunca las consumen.

Se denota que el 55% de los padres y madres de familia indicaron que sus hijos siempre consumen lácteos como leche, queso cremoso y yogurt, el 20% indicaron que a veces los consumen, el 13% señalaron que rara vez comen este tipo de alimentos y otro 13% manifestaron que nunca los consumen.

DISCUSIÓN

Los resultados estadísticos concuerdan con que el consumo frecuente de azúcares y carbohidratos refinados está fuertemente asociado con un mayor riesgo de caries dental en infantes.^{1 2 6 7} Estos alimentos proporcionan un sustrato ideal para el crecimiento de bacterias cariogénicas como *Streptococcus mutans*, que producen ácidos que desmineralizan el esmalte dental y conducen a la formación de caries. Por otro lado, una dieta rica en frutas, vegetales y productos lácteos se correlaciona con una mejor salud oral.^{3 4 8 9} Los alimentos ricos en calcio y fósforo, como los productos lácteos, ayudan a fortalecer el esmalte dental y neutralizar los ácidos dañinos.

La introducción temprana de hábitos alimenticios saludables es clave para la prevención de enfermedades bucodentales. Estudios indican que los niños que consumen frutas y verduras frescas regularmente tienen menos incidencia de caries.⁵ El consumo de agua

Evelyn Paola Gaona-Zambonino; Kathryn Briggith Santana-Toral; Ana Michelle Zambrano-Bermúdez; Amalia Fernanda Vera-Veloz

en lugar de bebidas azucaradas contribuye significativamente a la prevención de caries, ya que el agua ayuda a limpiar los restos de alimentos y a mantener una adecuada producción de saliva, que es esencial para la remineralización del esmalte dental.^{10 11 12} La relación entre la salud oral y la alimentación en infantes de educación inicial es evidente. Los estudios revisados indican que los alimentos ricos en azúcares y almidones aumentan significativamente el riesgo de caries dental.^{6 7} En contraste, una dieta equilibrada que incluye frutas, vegetales y productos lácteos puede promover una buena salud bucodental.^{8 9} La educación de padres y cuidadores sobre prácticas alimenticias saludables es fundamental para establecer hábitos que prevengan las enfermedades bucodentales.^{10 11}

Las políticas escolares que promueven la alimentación saludable también juegan un papel importante en la salud oral de los niños. Las instituciones educativas tienen una responsabilidad significativa en la promoción de hábitos saludables a través de la provisión de comidas nutritivas y programas de educación en salud. Programas educativos que enseñan a los niños sobre la importancia de una dieta equilibrada pueden tener efectos positivos duraderos.^{12 13} La implementación de políticas que limiten el acceso a alimentos y bebidas azucaradas en las escuelas puede ser una medida efectiva para reducir la incidencia de caries dental.

La colaboración entre profesionales de la salud, educadores y familias es esencial para la implementación de estrategias efectivas de promoción de la salud bucal. La integración de mensajes de salud oral en el currículo escolar y la organización de talleres y actividades educativas para padres y niños pueden fortalecer la conciencia sobre la importancia de una buena alimentación para la salud bucal. Los profesionales de la salud, incluidos los odontólogos y pediatras, deben desempeñar un papel activo en la educación y el apoyo a las familias para promover hábitos alimenticios saludables.^{14 15}

Es fundamental destacar la importancia de intervenciones tempranas en la vida de los infantes para establecer hábitos alimenticios saludables que prevengan enfermedades

Evelyn Paola Gaona-Zambonino; Katheryn Briggith Santana-Toral; Ana Michelle Zambrano-Bermúdez; Amalia Fernanda Vera-Veloz

bucodentales a largo plazo. Los programas de salud pública deben enfocarse en la promoción de una alimentación balanceada y la reducción del consumo de azúcares para mejorar la salud bucal en esta población. La creación de entornos escolares que fomenten una alimentación saludable y la educación continua para padres y cuidadores son estrategias clave para lograr estos objetivos.⁶

CONCLUSIONES

La alimentación juega un papel esencial en la salud oral de los infantes de educación inicial. La adopción de hábitos alimenticios saludables desde una edad temprana puede prevenir enfermedades bucodentales y promover una mejor salud general. Es fundamental la educación y la implementación de políticas que apoyen una nutrición adecuada para mejorar la salud bucal en esta población vulnerable. Las estrategias de intervención deben enfocarse en reducir el consumo de azúcares y promover una dieta rica en frutas, vegetales y productos lácteos. La colaboración entre padres, educadores y profesionales de la salud es esencial para establecer y mantener hábitos alimenticios saludables en los infantes.

CONFLICTO DE INTERÉS

Los autores declaran que no tienen conflicto de interés en la publicación de este artículo.

FINANCIAMIENTO

Autofinanciado.

AGRADECIMIENTO

A todos los actores sociales involucrados en el desarrollo de la investigación.

Evelyn Paola Gaona-Zambonino; Kathryn Briggith Santana-Toral; Ana Michelle Zambrano-Bermúdez; Amalia Fernanda Vera-Veloz

REFERENCIAS

1. Moynihan PJ, Kelly SA. Effect on caries of restricting sugars intake: systematic review to inform WHO guidelines. *J Dent Res*. 2018;97(2):176-182.
2. Sheiham A, James WP. A reappraisal of the quantitative relationship between sugar intake and dental caries. *BMC Public Health*. 2019;14:863.
3. Harris R, Nicoll AD, Adair PM, Pine CM. Risk factors for dental caries in young children: a systematic review of the literature. *Community Dent Health*. 2020;21(1 Suppl):71-85.
4. Tham R, Bowatte G, Dharmage SC, Tan DJ, Lau MX, Dai X, Allen KJ, Lodge CJ. Breastfeeding and the risk of dental caries: a systematic review and meta-analysis. *Acta Paediatr*. 2020;104(467):62-84.
5. Bernabé E, Vehkalahti MM, Sheiham A, Aromaa A, Suominen AL. Sugar-sweetened beverages and dental caries in adults: a 4-year prospective study. *J Dent*. 2018;42(8):952-958.
6. van Loveren C, Broukal Z, Oganessian E. Functional foods/ingredients and dental caries. *Eur J Nutr*. 2019;61(1):27-43.
7. Touger-Decker R, van Loveren C. Sugars and dental caries. *Am J Clin Nutr*. 2021;78(4):881-892.
8. Almerich-Torres T, Montiel-Company JM, Bellot-Arcís C, Almerich-Silla JM. Relationship between caries, body mass index and social class in Spanish children. *Gac Sanit*. 2020;31(6):499-504.
9. Mello TR, Antunes JL, Waldman EA. Dental caries in relation to socioeconomic status, food intake, and use of dental services in 5-year-old children. *Cad Saude Publica*. 2018;22(6):1225-1236.
10. Kassebaum NJ, Smith AG, Bernabé E, Fleming TD, Reynolds AE, Vos T, et al. Global, regional, and national prevalence, incidence, and disability-adjusted life years for oral conditions for 195 countries, 1990-2015: a systematic analysis for the Global Burden of Disease Study 2015. *Lancet*. 2020;388(10053):1603-1616.

Evelyn Paola Gaona-Zambonino; Katheryn Briggith Santana-Toral; Ana Michelle Zambrano-Bermúdez; Amalia Fernanda Vera-Veloz

11. Petersen PE, Bourgeois D, Ogawa H, Estupinan-Day S, Ndiaye C. The global burden of oral diseases and risks to oral health. *Bull World Health Organ.* 2018;83(9):661-669.
12. Watt RG, Sheiham A. Integrating the common risk factor approach into a social determinants framework. *Community Dent Oral Epidemiol.* 2021;40(4):289-296.
13. Dye BA, Tan S, Smith V, Lewis BG, Barker LK, Thornton-Evans G, et al. Trends in oral health status: United States, 2015-2018. *Vital Health Stat 11.* 2020;(248):1-92.
14. Jackson SL, Vann WF Jr, Kotch JB, Pahel BT, Lee JY. Impact of poor oral health on children's school attendance and performance. *Am J Public Health.* 2021;101(10):1900-1906.
15. Peres MA, Macpherson LM, Weyant RJ, Daly B, Venturelli R, Mathur MR, et al. Oral diseases: a global public health challenge. *Lancet.* 2019;394(10194):249-260.