





# Protocolo de educación para la salud bucodental

### **Autoría (por orden alfabético)**

- Cáceres Teijeiro, Yolanda. Enfermera de la Gerencia de Atención Primaria de Mallorca y del equipo coordinador del Programa Pacient Actiu de las Islas Baleares. Servicio de Salud de las Islas Baleares
- Fernández-Roldán Galán, María. Odontóloga del Centro de Salud Santa Catalina (Palma). Gerencia de Atención Primaria de Mallorca. Servicio de Salud de las Islas Baleares
- Méndez Castell, María Consolación. Directora de enfermería de la Gerencia de Atención Primaria de Mallorca. Servicio de Salud de las Islas Baleares
- Quintana Abraham, José Miguel. Jefe del Servicio Dental Comunitario. Servicio de Salud de las Islas Baleares
- Raduán de Páramo, Carlos. Subdirector médico de la Gerencia de Atención de Mallorca. Servicio de Salud de las Islas Baleares
- Ribot Florit, José. Estomatólogo del Centro de Salud Son Rutlan (Palma). Gerencia de Atención Primaria de Mallorca. Servicio de Salud de las Islas Baleares
- Rigo Terrasa, Maria del Pilar. Higienista dental del Centro de Salud Arquitecte Bennàssar (Palma). Gerencia de Atención Primaria de Mallorca. Servicio de Salud de las Islas Baleares
- Salama de Angeli, Maria Alexandra. Odontóloga del Centro de Salud Son Gotleu (Palma). Gerencia Atención Primaria de Mallorca. Servicio de Salud de las Islas Baleares
- Seguí Pastor, Margarita. Higienista dental del Centro de Salud Migjorn (Llucmajor) y coordinadora del equipo de higienistas dentales de la Gerencia de Atención Primaria de Mallorca. Servicio de Salud de las Islas Baleares
- Simó Guzmán, Margarita. Higienista dental del Centro de Salud Santa Catalina (Palma). Gerencia de Atención Primaria de Mallorca. Servicio de Salud de las Islas Baleares
- Vidal Thomàs, Maria Clara. Enfermera del Gabinete Técnico de la Gerencia de Atención Primaria de Mallorca. Servicio de Salud de las Islas Baleares

### **Revisión (por orden alfabético)**

- Fuentes Cano, Estela. Higienista dental del Centro de Salud Son Rutlan (Palma). Gerencia de Atención Primaria de Mallorca. Servicio de Salud de las Islas Baleares
- Jaume Matas, Laura. Asesora técnica docente del Servicio de Atención a la Diversidad de la Dirección General de Primera Infancia, Innovación y Comunidad Educativa. Consejería de Educación y Formación Profesional
- Morcillo Salamanca, Margarita. Enfermera de área de la Gerencia de Atención Primaria de Mallorca. Servicio de Salud de las Islas Baleares
- Ortiz Rodrigo, Joana Amaia. Odontóloga del Centro de Salud Pont d'Inca (Marratxí). Gerencia de Atención Primaria de Mallorca. Servicio de Salud de las Islas Baleares
- Roca Casas, Antònia. Directora médica de la Gerencia de Atención Primaria de Mallorca. Servicio de Salud de las Islas Baleares
- Trullols Casas, María del Carmen. Odontóloga del Centro de Salud Arquitecte Bennàzar (Palma). Gerencia de Atención Primaria de Mallorca. Servicio de Salud de las Islas Baleares
- Villalonga Mut, Bartolomé. Enfermero de la Gerencia de Atención Primaria de Mallorca y miembro de la Comisión de Personas Asesoras y Formadoras en Promoción y Educación para la Salud. Servicio de Salud de las Islas Baleares

### **Revisión lingüística y maquetación**

Bàrbara Sansó Portell. Asesora lingüística. Gerencia de Atención Primaria de Mallorca

### **Edición**

Gerencia de Atención Primaria de Mallorca. Enero de 2023

### **ISBN**

978-84-09-49851-2

### **Como citar este documento**

Cáceres Teijeiro Y, Fernández-Roldán Galán M, Méndez Castell MC, Quintana Abraham JM, Raduán de Páramo C, Ribot Florit J, et al. Protocolo de educación para la salud bucodental. Palma: Gerencia de Atención Primaria de Mallorca; 2023.



Los contenidos de esta obra están sujetos a una licencia de Reconocimiento-No-Comercial-SinObrasDerivadas 4.0 Internacional. La licencia se puede consultar aquí <https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>

## Índice de contenidos

Introducción.....	7
Análisis de la situación.....	11
Objetivos.....	13
Intervención propuesta.....	14
Métodos.....	14
Evaluación.....	15
Referencias bibliográficas.....	17
ANEXOS	
Anexo 1. Consejos sobre salud bucodental: metodología del consejo breve.....	21
Anexo 2. Registro de la alimentación.....	25
Anexo 3. Calendario de cepillado.....	26
Anexo 4. Folleto de higiene bucodental y alimentación.....	27
Anexo 5. Folleto de prevención de las maloclusiones.....	28
Anexo 6. Folleto de actuación ante traumatismos bucodentales.....	29
SESIONES INDIVIDUALES	
Sesión 1. Educación individual.....	33
Sesión 2. Educación individual.....	37
SESIÓN GRUPAL	
Sesión grupal. Salud bucodental.....	41



---

## Introducción

---

La salud bucodental es fundamental para gozar de una buena salud y de una buena calidad de vida. Se puede definir como la ausencia de caries, de enfermedades periodontales (de las encías), de pérdida de dientes, de infecciones, de dolor orofacial, de llagas bucales, de cáncer de boca o de garganta y de otras enfermedades o trastornos que limitan las capacidades de morder, de masticar, de sonreír y de hablar a la persona afectada, al tiempo que repercuten en su bienestar psicosocial.<sup>1</sup>

Las enfermedades bucodentales, tanto en la infancia como en la edad adulta, tienden a ser más frecuentes entre los grupos más desfavorecidos y vulnerables, porque los determinantes sociales son el mayor factor de riesgo para la salud bucodental.<sup>2</sup>

La caries dental es la enfermedad más común en la infancia y, si no se trata a tiempo, destruye progresivamente los tejidos dentarios, desde la mancha blanca del esmalte inicial hasta la cavidad y la afectación pulpar, con la consecuencia final de la pérdida del diente. Además, la caries en los dientes primarios es el mejor predictor de la enfermedad en los dientes permanentes desde la infancia tardía hasta la adolescencia.<sup>3</sup>

En España, desde 1994, se vienen realizando encuestas epidemiológicas quinquenales de salud bucodental de la población a nivel nacional, siguiendo la metodología unificada de la OMS, patrocinadas por el Consejo General de Dentistas, bajo la dirección técnica de la Sociedad Española de Epidemiología y Salud Pública Oral (SESPO).

### Datos de la Encuesta de salud oral de 2020

La última encuesta de salud oral del año 2020<sup>4</sup> muestra la evolución de la salud bucodental en España en el periodo 1993-2020 y destacan los resultados siguientes.

#### Caries dental

A lo largo de los 27 años de seguimiento sometidos a observación respecto a la prevalencia de caries en la dentición temporal, en la cohorte de los 5 a los 6 años se mantiene en unos niveles estables. Se ha observado una evolución desde el 38 % en 1993 al 35,5 % en 2020.

No obstante, el porcentaje de la población infantil que tiene caries activa (no tratada), desciende del 35,1 % de 1993 al 28,35 % en 2020.

En los grupos de edad de entre los 12 y los 15 años es donde existe una mejora significativa en los resultados del estudio, que muestra cómo ha aumentado el número de niños/as y adolescentes «libres de caries». Se observa un descenso importante en la presencia de la caries dental en estos grupos de edad. Así, en la cohorte de los 12 años, la prevalencia de caries ha pasado del 45 % en 2010, al 28,6 % en 2020. Del mismo modo, en la cohorte de los 15 años, la prevalencia de caries ha pasado del 54,8 % al 35,5 %.

Esta tendencia puede corresponderse con la universalización de los programas de atención dental infantil que se produjo en el año 2008.

La mayoría de los programas y actuaciones contra la caries se centran en la población mayor de 6 años. Según la Sociedad Española de Epidemiología y Salud Pública Oral, quizás ha llegado el momento de centralizar el foco en edades inferiores.

La caries dental está asociada estrechamente al nivel socioeconómico, así, en España en el año 2020, la prevalencia de caries en dentición temporal a los 5-6-años era del 22,9 % en el nivel socioeconómico alto, del 29,6 % en el medio y del 43,3 % en el bajo.

Además, en los últimos 5 años estas desigualdades han aumentado porque ha disminuido la prevalencia en 2 puntos en el nivel alto y ha aumentado en 5 puntos en el nivel medio y bajo.

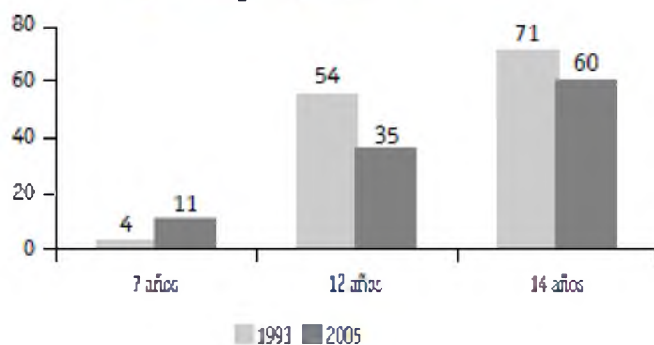
En este grupo de edad, además, la variable «país de nacimiento» afecta a ambas prevalencias, se muestra que los niños nacidos en España presentan un valor inferior a aquellos nacidos en el extranjero.

En la cohorte de 12 años se observa el efecto del lugar de nacimiento en la prevalencia de caries, se presenta un valor del 26,7 % para los nacidos en España, frente al 44 % para los nacidos en el extranjero. Asimismo, se observa una asociación del índice de caries con el género (mayor índice en las mujeres).

En adolescentes de 15 años, el nivel social se asocia con la prevalencia de caries, ésta va en aumento a medida que desciende el nivel social (21,4 % en el nivel alto, 37,7 % en el nivel medio y 42,1 % en el nivel bajo).

Se observa también el efecto del género en el índice de caries, de nuevo mayor en las mujeres. En las Islas Baleares, la última encuesta de prevalencia de caries se realizó en el año 2005.<sup>5</sup> La tabla siguiente muestra la evolución de la prevalencia de caries en dentición permanente a lo largo de 12 años (de 1993 a 2005).

**Gráfico 24. Evolución de la prevalencia de caries en dentición permanente: 1993-2005.**



Fuente: Quintana Abraham, JM (coord.). Encuesta de salud bucodental en escolares de las Islas Baleares 2005. Palma: Servicio de Salud de las Islas Baleares, 2006.

### Enfermedad periodontal

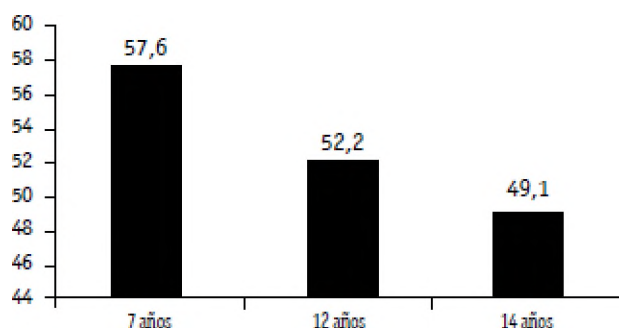
En la encuesta de salud oral española del año 2020<sup>4</sup> en la cohorte de los 15 años solamente el 36,7 % presenta un estado periodontal completamente sano, cifra inferior a la del 2015 que fue del 46 %.

El porcentaje de adolescentes con cálculo o sarro es alto, del 34 % y el de gingivitis del 29,2 %.

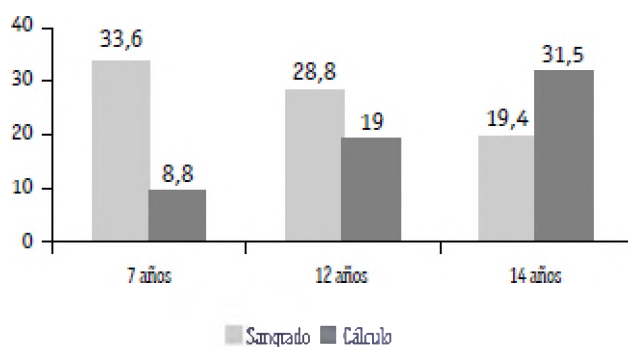
El significado de estas cifras posiblemente se debe a que la eficacia de la higiene dental diaria entre los jóvenes adolescentes es baja, aunque la frecuencia del cepillado ha experimentado una mejoría.

Los datos de prevalencia de enfermedad periodontal de la encuesta realizada en 2005 en las Islas Baleares son:

**Gráfico 18. Porcentaje de escolares sin enfermedad periodontal.**



**Gráfico 19. Porcentaje de escolares con sangrado gingival o cálculo.**



Fuente: Quintana Abraham, JM (coord.). Encuesta de salud bucodental en escolares de las Islas Baleares 2005. Palma: Servicio de Salud de las Islas Baleares, 2006.

### Traumatismos bucodentales

A nivel mundial, entre el 16 % y el 40 % de menores entre 6 y 12 años padecen traumatismos bucodentales en el domicilio, parques infantiles y escuelas, en accidentes de tráfico y en actos de violencia.

### Maloclusiones

La prevalencia de la necesidad de tratamiento de la maloclusión moderada o severa, se mantiene estable a lo largo de los años y en todas las edades, y está en torno al 15 % de la población.

## Respuesta del ámbito internacional y de España

Las actividades del Programa Mundial de Salud Bucodental de la OMS confieren una especial prioridad a la elaboración de políticas mundiales de promoción de la salud bucodental y de la prevención de enfermedades de la boca que, entre otras cosas, traten de:

- Instaurar políticas de salud bucodental que permitan avanzar hacia un control eficaz de los factores de riesgo.
- Fomentar la preparación y la ejecución de proyectos comunitarios de promoción de la salud bucodental y de prevención de enfermedades de la boca, con énfasis especial en las poblaciones pobres y desfavorecidas.
- Alentar a las autoridades sanitarias nacionales a poner en práctica programas eficaces de fluoración para prevenir la caries dental.
- Promover enfoques basados en los factores de riesgo comunes para prevenir de forma simultánea afecciones bucodentales y otras enfermedades crónicas.
- Ofrecer apoyo técnico a los países para el fortalecimiento de sus sistemas de atención odontológica y de la integración de la salud bucodental dentro de la salud pública.<sup>6</sup>

Las recomendaciones llevadas a cabo en el año 2010<sup>7</sup> y en la Encuesta Oral de Salud de 2020,<sup>4</sup> bajo el patrocinio del Consejo General de Colegios de Dentistas de España, derivadas en gran medida del patrón epidemiológico son:<sup>7</sup>

- Reforzar la educación sanitaria adecuada durante el embarazo y la lactancia en los programas de salud bucodental, sobre los factores de riesgo de la caries en la dentición primaria y su importancia como principal factor de riesgo de la caries en la dentición permanente.
- Potenciar la enseñanza del cepillado en los programas preventivos escolares e introducir la eliminación preventiva de placa y de cálculo, para combatir la elevada prevalencia de formas moderadas de enfermedad periodontal.
- Completar y potenciar los programas de atención dental a la población infantil y juvenil con un enfoque preventivo y asistencial, instrumentos que, además de dar asistencia en la salud, potencian la educación sanitaria y ayudan a crear una nueva cultura del cuidado bucodental en la población más joven.
- Fortalecer el cumplimiento real de la cartera básica de servicios bucodentales del SNS con el objetivo de garantizar su cumplimiento equitativo entre la ciudadanía española con independencia de su lugar de residencia, y en particular, fortalecer la atención en personas con discapacidad.
- Continuar fomentando la aplicación de los selladores de fosas y fisuras. A este respecto, se debería insistir en la prioridad de las indicaciones en grupos y/o situaciones de riesgo de caries.
- Resaltar que la profesión dental, a través del Consejo General de Dentistas de España y de los distintos colegios profesionales, está realizando una labor encomiable para adaptar la manera de trabajar a las normas nacionales e internacionales en relación con la pandemia de la COVID- 19.

---

## Análisis de la situación

---

La promoción de la salud se dirige a obtener resultados medibles en la mejora de la salud o en la calidad de vida. En el caso de la infancia y de la adolescencia, estos resultados positivos en la salud tienen la ventaja de que se disfrutan durante un largo periodo de tiempo.

En el estado de salud de la infancia y de la adolescencia, influyen factores biológicos de la persona, además de factores psicosociales como la familia, el centro educativo, los medios de comunicación y las redes sociales, así como la presión de grupo. A pesar de ello, hay una amplia evidencia de que las intervenciones de promoción de la salud contribuyen a desarrollar habilidades personales y sociales y a disminuir los factores de riesgo para la salud.<sup>8</sup>

La Educación para la Salud Bucodental desde edades tempranas tiene un gran valor para prevenir la aparición de las principales enfermedades bucodentales como la caries y la enfermedad periodontal.

Además, cabe destacar que la adquisición de hábitos saludables durante la infancia y la adolescencia es un factor predictivo de un estilo de vida saludable en la edad adulta y de que la mayoría de los trastornos de salud bucodental son prevenibles en gran medida y pueden tratarse en las etapas iniciales.<sup>9</sup>

En 1992, en los centros de Atención Primaria de las Islas Baleares se implantó el primer Programa de Salud Bucodental dirigido a la población infantil. En el año 2005 el Servicio de Salud inició la actividad del Programa de Atención Dental Infantil (PADI)<sup>10</sup> con unas prestaciones reguladas por el Decreto 87/2005, de 29 de julio, de gestión de la prestación sanitaria en materia de salud bucodental a la población de entre 6 y 15 años de las Islas Baleares, actualizado en 2016 (Decreto 55/2016, de 16 de setiembre, de gestión de la prestación sanitaria en materia de salud bucodental para la población de 6 a 15 años de las Islas Baleares).<sup>11</sup>

En España, el Real decreto 1030/2006, de 5 de septiembre, en su anexo II.9, estableció una cartera de servicios comunes para todo el Sistema Nacional de Salud y deja cierta libertad a las comunidades autónomas para concretar las prestaciones en materia de salud bucodental infantil.

Desde entonces, las unidades de salud bucodental realizan actividades de promoción, prevención individual y comunitaria y tratamiento de la salud bucodental de la infancia y la adolescencia.

Entre las actividades de promoción y de prevención comunitarias se realizan sesiones grupales de educación para la salud bucodental en muchos de los centros educativos de las Islas Baleares.

En el año 2018 se realizaron sesiones en 28 centros educativos y participaron 1.792 alumnos. En el año 2019 fueron 33 centros educativos y participaron 2.599 alumnos y, en el año 2020, se realizaron en 9 centros educativos y participaron 584 alumnos.

Según las memorias de actividades de educación para la salud realizadas en centros educativos y remitidas al gabinete técnico de la GAP Mallorca, se puede comprobar que las actividades van dirigidas fundamentalmente al alumnado de 6<sup>º</sup> de educación infantil y al de 1<sup>º</sup> y 2<sup>º</sup> de educación primaria. En general, son actividades de una única sesión por aula en la que está presente el tutor/a.

Estas actividades grupales no están generalizadas en todas las unidades de salud bucodental ni en todos los centros educativos y tampoco siguen un esquema estructurado en base a las recomendaciones del esquema general para desarrollar un protocolo de educación para la salud editado por la Gerencia de Atención Primaria de Mallorca en el año 2010.<sup>12</sup>

Por otro lado, la escolarización obligatoria en España alcanza a la práctica totalidad de niños hasta la edad de 16 años. Además, los centros docentes ofrecen la posibilidad de intervenir en una misma población a lo largo de un tiempo suficiente de escolaridad obligatoria para conseguir los objetivos en salud.

Las intervenciones de promoción de la salud en los centros educativos son eficaces en la transmisión de conocimientos, el desarrollo de habilidades y el apoyo en la adopción de elecciones positivas para la salud, y por tanto, contribuyen a la disminución de las desigualdades en la salud de la población.

Desde la Consejería de Salud y la Consejería de Educación y Universidad se promueve la Promoción y Educación para la Salud en los centros educativos, con el objetivo de que toda la comunidad educativa adopte hábitos de vida saludables en un entorno favorable para la salud.

Es importante que este proyecto se incorpore en las actividades de Promoción y Educación para la Salud que lleva a cabo el centro educativo, coordinadas por la Comisión de Salud del mismo, ya que la eficiencia de estas actuaciones se optimiza cuando forma parte de la programación general anual y de los proyectos educativos de los centros docentes y se realiza de forma continuada en el tiempo.

Además, hay evidencia de que las intervenciones tienen más éxito cuando se realizan en el marco más general de programas de promoción de la salud escolar y si están asociadas a un programa escolar global que incluya el entorno escolar (comedor escolar, medidas de higiene, etc.), el entorno psicosocial (relaciones entre el alumnado, el profesorado, las familias y el contexto social) y la estructura organizativa (la planificación educativa, etc.).

La formación que se propone a continuación, quiere ser una guía para que las unidades de salud bucodental puedan realizar las actividades de promoción de la salud y de prevención de forma homogénea y estructurada con la participación de la comunidad educativa y de los equipos de atención primaria de los centros de salud.

---

## Objetivos

---

### Objetivo general

Mejorar el estado de la salud bucodental de la población infantil.

### Objetivos específicos

#### Área cognitiva

- Evidenciar las enfermedades orales más frecuentes: la caries y las enfermedades gingivales.
- Identificar los alimentos cariogénicos.
- Identificar las medidas preventivas de la caries dental.
- Explicar las medidas de higiene oral.
- Comprender las repercusiones de los traumatismos a nivel dental.
- Describir el efecto de los hábitos orales en las maloclusiones.

#### Área emocional

- Verbalizar las conductas positivas relacionadas con la salud oral.
- Implicar a las familias y a los docentes en el desarrollo de actividades educativas en el área bucodental.
- Promover una actitud positiva hacia la alimentación saludable y la higiene oral.
- Valorar la importancia de la salud bucodental y conocer los mecanismos para conservarla.

#### Área de habilidades

- Exhibir y practicar las técnicas de higiene oral.
- Realizar medidas preventivas para una adecuada salud bucodental.
- Implicar a las familias en la salud oral de la población infantil.
- Distinguir los alimentos cariogénicos de los no cariogénicos.
- Reconocer algunos de los elementos que se encuentran en la consulta dental.
- Elaborar material de promoción y de prevención de la salud bucodental.

---

## Intervención propuesta

---

Este protocolo se ha diseñado con la finalidad de que una persona y su familia puedan beneficiarse de:

- Las oportunidades que les puede proporcionar un consejo breve.
- Recibir una educación individual y personalizada.
- Participar en una educación grupal.

---

## Métodos

---

La metodología que se propone es activa, participativa y experiencial.

### Grupo diana

- Esta guía va dirigida a los niños y a los adolescentes, a las familias y al entorno donde se realizará la actividad: centro educativo y/o centro de salud.
- La intervención educativa de consejo breve va dirigida a los niños y a los adolescentes de 0 a 15 años y a sus familias.
- La intervención educativa de educación individual va dirigida a los niños y a los adolescentes de 0 a 15 años y a sus familias.
- La intervención educativa de educación grupal va dirigida al alumnado de 6º de educación infantil y al de 1º y 2º de educación primaria.

### Captación

A través de los docentes y del personal de los centros educativos, de los equipos de salud bucodental y de los profesionales del equipo de la atención primaria.

### Desarrollo de la intervención

#### Consejo breve

- Consejo o información: es una intervención breve individual que incluye información y una propuesta motivadora de cambio de conductas y de hábitos, en la que se destacan los beneficios del cambio.
- Esta intervención consiste en realizar una valoración de la ingesta del consumo de alimentos cariogénicos y de las medidas de higiene bucodental y un consejo, con la finalidad de evitar, en lo posible, estos alimentos y de reforzar la higiene bucodental para reducir la incidencia de la caries dental y de los problemas inflamatorios en las encías.
- Se realizará en las consultas de odontología y de pediatría de la atención primaria.
- Se dará el consejo breve en el momento en que se considere oportuno.
- Contenido del consejo breve, metodología y ejemplos (véase el anexo 1).

### Educación individual

- Consiste en una serie de consultas educativas programadas y pactadas con el niño/a o el adolescente y la familia con el profesional de la salud.
- En este protocolo se han diseñado dos consultas individuales con una periodicidad de 15 a 30 días, con una duración aproximada de veinte minutos, que han de tener lugar en la consulta odontológica que corresponda al menor.
- Proponemos que al final de cada sesión se le dé un cuento o un folleto para la reflexión, que esté relacionado con lo que se ha trabajado en la consulta.
- Una vez finalizada esta serie de consultas, hay que informar de la consulta de seguimiento anual a través del PADI (se debe recordar a la familia que debe pedir cita).
- Contenido de las sesiones (véase la intervención individual detallada en el apartado «Sesiones individuales»).

### Educación grupal

- Consta de una serie de sesiones grupales programadas.
- En este protocolo se propone una sesión grupal de sensibilización, de 55 minutos de duración.
- La sesión se debe llevar a cabo en el centro educativo de referencia de las personas que forman el grupo diana, en el centro de salud o en alguna sala o espacio cedido por un ayuntamiento o una asociación.
- La sesión debe dirigirse al alumnado de 6<sup>º</sup> de educación infantil, al de 1<sup>º</sup> y al de 2<sup>º</sup> de educación primaria.
- Se recomienda que cada grupo esté integrado por entre 12 y 25 personas. El número máximo de asistentes puede variar según las instrucciones indicadas por las actualizaciones en materia de Alerta Sanitaria en el momento de la actividad grupal. (véanse las [Medidas BOIB actualizadas](#)).
- Idealmente se recomienda que haya dos profesionales de la salud educadores (que irán intercambiando la función de educador y la de observador) y un profesional de la educación facilitador.
- Contenidos y diseño de la sesión grupal (véase la intervención grupal detallada en el apartado «Sesión grupal»).

---

## Evaluación

---

### Evaluación de la intervención de consejo breve

Indicadores de evaluación: número de consejos dados a la persona y/o a la familia (especificar sobre qué aspecto de salud bucodental se le ha aconsejado).

### Evaluación de la intervención individual

Al final de cada consulta, el profesional educador debe hacer una evaluación sobre la consecución de los objetivos específicos establecidos para la sesión.

## Evaluación de la intervención grupal

### Evaluación del proceso y de los resultados

- Al final de la sesión: los profesionales formadores (con la ayuda del profesional de la educación facilitador) deben hacer una rueda de evaluación con el alumnado y les entregaran un semáforo (apéndice 1). Se invita a cada participante a expresar, con la ayuda del semáforo, lo que le ha parecido la sesión. El color verde indica que la sesión ha ido perfecta, el color azul significa que la sesión ha ido normal y el color rojo significa que la sesión no les ha gustado.
- Al finalizar la sesión, el profesional de la educación facilitador debe participar en la evaluación respondiendo a un cuestionario (apéndice 2).
- Debe evaluarse la asistencia, la participación y el grado de consecución de las actividades previstas y realizadas por medio de la observación sistemática con guion (apéndice 3).
- Al finalizar la sesión, los profesionales formadores deben cumplimentar la hoja acreditativa de asistencia al centro educativo que debe ser firmada y sellada por el profesional de la educación facilitador (apéndice 4).

### Evaluación de la estructura

Se deben evaluar la adecuación del lugar donde se ha desarrollado la formación, el horario, la duración de la sesión y los recursos materiales y humanos utilizados, por medio de la observación sistemática con guion (apéndice 3).

Al finalizar la intervención grupal se debe registrar en las «Actividades en los centros educativos» vigente en la Gerencia de Atención Primaria de Mallorca.

Esta lista: Centres educatius 2019-20

Búsqueda avanzada

G CONSELLERIA  
O SALUT  
I ATENCIÓ PRIMÀRIA  
B MALLORCA

Promoció i Educació per a la Salut

Promoció i Educació per a la Salut > Centres educatius 2019-20

### Centres educatius 2019-20

Fent clic al botó "Nuevo" accedireu al formulari per registrar les activitats als centres educatius d'aquest curs escolar.

Abans d'omplir-ho consultau: [Manual d'ús del registre d'activitats als centres educatius](#)

Per a qualsevol dubte o problema tècnic envia un correu a [mperello@bsalut.caib.es](mailto:mperello@bsalut.caib.es) o telefonau a la Unitat de Programes [971.175.884](tel:971.175.884).

Nuevo	Acciones									Ver: <b>Esporles 2019-20</b>
Editar	Tipus d'activitat	Data inici	Nom de l'activitat	Títol	Sector	Centre de salut	Centre educatiu	Creat per	Incidència	
No hay elementos que mostrar en esta vista de la lista "Centres educatius 2019-20". Para crear un elemento, haga clic en "Nuevo", arriba.										

Ver todo el contenido del sitio

CT FIA en PIEPS GAP

- Eps per FISIOS (Joana i Pep)

Discussions

Documentos

- ACTES reunions responsables PIEPSCS
- BIBLIOTECA INICIAITIVES CENTRES SALUT
- CENTRES EDUCATIUS PROMOTORS DE LA SALUT
- Comunicacions a Congressos
- DOCUMENTACIÓ PIEPS CAIB
- DOCUMENTACIÓ PIEPS

---

## Referencias bibliográficas

---

- 1) World Health Organization. World Oral Health Report 2003. Published 2003. [onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1046/j.2003.com122.x?sid=nlm%3Apubmed](https://onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1046/j.2003.com122.x?sid=nlm%3Apubmed) [consulta: 17 noviembre 2022].
- 2) World Health Organization. Equity, social determinants and public health programmes. Published 2010. [apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/44289/9789241563970\\_eng.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/44289/9789241563970_eng.pdf?sequence=1&isAllowed=y) [consulta: 17 noviembre 2022].
- 3) Servicio de Salud de las Islas Baleares. Programa de Salud Infantoadolescente. Palma, 2018. [ibsalut.es/apmallorca/es/304-ciudadania/salud-infantoadolescente/1601-programa-de-salud-infantoadolescente-de-las-illes-balears](https://ibsalut.es/apmallorca/es/304-ciudadania/salud-infantoadolescente/1601-programa-de-salud-infantoadolescente-de-las-illes-balears) [consulta: 17 noviembre 2022].
- 4) Encuesta salud oral en España 2020. [sespo.es/wp-content/uploads/Encuesta-de-Salud-Oral-en-Espa%C3%B1a-2020.pdf](https://sespo.es/wp-content/uploads/Encuesta-de-Salud-Oral-en-Espa%C3%B1a-2020.pdf) [consulta: 17 noviembre 2022].
- 5) Encuesta de salud bucodental en escolares de las Islas Baleares 2005. Palma: Servicio de Salud de las Islas Baleares, 2006. [documents/encuesta-de-salud-bucodental-en-escolares-de-las-islas-baleares-5f74051d452e4](https://documents.ipsa.who.int/documentjsvc/encuesta-de-salud-bucodental-en-escolares-de-las-islas-baleares-5f74051d452e4) [consulta: 17 noviembre 2022].
- 6) Programa Mundial de Salud Bucodental. Organización Mundial de la Salud.
- 7) Llodrà Calvo JC. Encuesta de salud oral en España 2010. RCOE 2012; 17:13- 41. [scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1138-123X2002000200003](https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1138-123X2002000200003) [consulta: 17 noviembre 2022].
- 8) Manual de Educación para la Salud. M<sup>a</sup> José Pérez Jarauta, Margarita Echauri Ozcoidi, Eugenia Ancizu Irure, Jesús Chocarro San Martín. Gobierno de Navarra 2006. [navarra.es/NR/rdonlyres/049B3858-F993-4B2F-9E33-2002E652EBA2/194026/MANUALdeeducacionparalasalud.pdf](https://navarra.es/NR/rdonlyres/049B3858-F993-4B2F-9E33-2002E652EBA2/194026/MANUALdeeducacionparalasalud.pdf) [consulta: 17 noviembre 2022].
- 9) Salud bucodental OMS 2020. [who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/oral-health](https://who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/oral-health) [consulta: 17 noviembre 2022].
- 10) PADI (Programa de Asistencia Dental Infantil de Baleares). [ibsalut.es/es/palabras-clave/programa-de-asistencia-dental-infantil-padi](https://ibsalut.es/es/palabras-clave/programa-de-asistencia-dental-infantil-padi) [consulta: 17 noviembre 2022].
- 11) Decreto 55/2016 de 16 de setiembre, de gestión de la prestación sanitaria en materia de salud bucodental para la población de 6 a 15 años de las Islas Baleares. Boletín Oficial de las Islas Baleares de 17/09/2016. [caib.es/eboibfront/es/2016/10550/](https://caib.es/eboibfront/es/2016/10550/) [consulta: 17 noviembre 2022].
- 12) Esquema general per desenvolupar un protocol d'educació per a la salut. Document aprovat per la Comissió Tècnica de Formadors i Assessores en Promoció i Educació per a la Salut de la Gerència d'Atenció Primària de Mallorca. 2010 [ibsalut.es/apmallorca/attachments/article/1346/Esquema%20general%20per%20desenvolupar%20un%20protocol%20d'EpS%202010.pdf](https://ibsalut.es/apmallorca/attachments/article/1346/Esquema%20general%20per%20desenvolupar%20un%20protocol%20d'EpS%202010.pdf) [consulta: 17 noviembre 2022].
- 13) Como dar consejos efectivos sobre estilos de vida saludable. Gerencia de Atención Primaria de Mallorca 2010. Gobierno de las Islas Baleares. [caib.es/sites/consellsdesalut/es/vida\\_saludable-18579/](https://caib.es/sites/consellsdesalut/es/vida_saludable-18579/) [consulta: 17 noviembre 2022].

## Bibliografía consultada para los anexos

- 2016 Cuida't les dents Guia nens Diputació Barcelona. [diba.cat/es/web/salutpublica/exposicio\\_dents](http://diba.cat/es/web/salutpublica/exposicio_dents) [consulta: 17 noviembre 2022].
- Programa de salud bucodental infantil en la Comunidad Valenciana. [ceice.gva.es/documents/162783553/162784602/manual\\_PSB\\_2013.pdf/408fea55-ab6a-4ef9-9b50-553b33d5e99f](http://ceice.gva.es/documents/162783553/162784602/manual_PSB_2013.pdf/408fea55-ab6a-4ef9-9b50-553b33d5e99f) [consulta: 17 noviembre 2022].
- Programa de promoción de la salud bucodental «Sonrisitas» Junta de Andalucía. [juntadeandalucia.es/export/drupaljda/salud\\_5af95868c2c80\\_sonrisitas\\_propDidactica.pdf](http://juntadeandalucia.es/export/drupaljda/salud_5af95868c2c80_sonrisitas_propDidactica.pdf) [consulta: 17 noviembre 2022].
- Programa Aprende a sonreír. Junta de Andalucía. [juntadeandalucia.es/export/drupaljda/salud\\_5af95868c1da5\\_propuesta\\_didactica\\_completa.pdf](http://juntadeandalucia.es/export/drupaljda/salud_5af95868c1da5_propuesta_didactica_completa.pdf) [consulta: 17 noviembre 2022].
- Vitoria Miñana I, Grupo PrevInfad/PAPPS Infancia y Adolescencia. Promoción de la salud bucodental. Rev Pediatr Aten Primaria. 2011; 13:435-58. [scielo.isciii.es/pdf/pap/v13n51/grupo.pdf](http://scielo.isciii.es/pdf/pap/v13n51/grupo.pdf) [consulta: 17 noviembre 2022].
- Proyecto EpS Bucodental Asturias la conquista de la boca sana. [astursalud.es/en/noticias/-/noticias/la-conquista-de-la-boca-sana](http://astursalud.es/en/noticias/-/noticias/la-conquista-de-la-boca-sana) [consulta: 17 noviembre 2022].

---

# ANEXOS

---



---

## Anexo 1. Consejos sobre salud bucodental: metodología del consejo breve

---

El consejo breve<sup>13</sup> se caracteriza por una información personalizada que promueve un estilo de vida saludable con una propuesta de cambio sobre los beneficios de mantener unos buenos hábitos de vida. La información se acompaña de un folleto que amplía la información y que ayuda a retrasar el olvido que se produce cuando se escucha un mensaje oral.

### Las etapas del consejo breve son las siguientes:

- Se pregunta por el estilo de vida y se registra.
- Se aconseja un cambio: *información + motivación*. La información o el consejo es más eficaz si se desarrolla en un marco de relación de respeto, de aceptación y de empatía hacia la persona y estableciendo un proceso de comunicación, escuchándola y emitiendo mensajes verbales y no verbales sugerentes para animarla e invitarla a intentar un cambio.
- Se entrega el folleto correspondiente, a causa de la brevedad del consejo, se debe entregar un folleto u otro tipo de material similar porque permite aumentar el tiempo de contacto entre la información y el usuario. Esto permite reducir la pérdida de información que se produce en el mensaje y favorece la elevación de la curva estándar del olvido.
- Se ofrece ayuda, si es necesaria: si la persona siente la necesidad de cambiar, se lo ha pensado, tiene recursos, etc., un consejo puede inducirla al cambio. En otras ocasiones, es necesario ofrecer ayuda y ampliar las actividades informativas y educativas (educación individual o grupal).
- La intervención se registra en la historia clínica.
- El consejo ofrecido se debe cumplimentar en el odontograma.

### Consejo breve sobre higiene bucodental

- Se pregunta por la higiene bucodental y se registra, por ejemplo:
  - «La higiene bucodental tiene una gran influencia en la salud de la infancia y de la adolescencia».
  - «¿Cómo es tu higiene bucodental?».
  - «¿Cómo es la higiene bucodental de su hijo/a?».
- Se aconseja una correcta higiene bucodental, por ejemplo:
  - «Para tu salud es importante que te cepilles los dientes 3 veces al día, así evitarás enfermedades en la boca, tanto en las encías como en los dientes».
  - «¿Crees que puedes intentar hacer un cambio en las medidas de higiene bucodental?».
  - «Para la salud de su hijo/a es importante que se cepille los dientes 3 veces al día, así evitará enfermedades en la boca, tanto en las encías como en los dientes».
  - «¿Cree que puede intentar hacer un cambio en las medidas de higiene bucodental de su hijo/a?».
- Se entrega el folleto o la información por escrito (véase el anexo 4):

- «En este folleto encontrarás información que te puede ser útil sobre la higiene bucodental. Además, puede ayudarte a valorar y a decidir algunos cambios para mejorarla. Te animo a leerlo y a que nos des tu opinión».
- «En este folleto encontrará información que le puede ser útil sobre la higiene bucodental. Además, puede ayudarle a valorar y a decidir algunos cambios para mejorarla. Le animo a leerlo y a que nos dé su opinión».
- Opcionalmente se puede recomendar el enlace de [videos del Consejo de dentistas sobre higiene bucodental](#).
- Se ofrece ayuda, si es necesaria:
  - «Si quieres profundizar en el tema de la higiene bucodental, podemos ofrecerte ayuda. Si quiere profundizar en el tema de la higiene bucodental, podemos ofrecerle ayuda».
- Se registra la intervención en la historia clínica.

### Consejo breve sobre alimentación saludable

- Se pregunta por la alimentación y se registra, por ejemplo:
  - La alimentación tiene una gran influencia en la salud de la infancia y de la adolescencia. «¿Cómo es tu dieta habitual?».
  - «¿Cómo es la dieta habitual de su hijo/a?».
- Se aconseja una alimentación sana y equilibrada, por ejemplo:
  - «Una alimentación variada, rica en verduras y fruta, eliminando en lo posible alimentos azucarados y procesados».
  - «¿Piensas que puedes intentar hacer un cambio en la manera de alimentarte?».
  - «¿Piensa que puede intentar hacer un cambio en la alimentación de su hijo/a?».
- Se entrega el folleto o la información por escrito (véase el anexo 4):
  - «En este folleto encontrarás información que te puede ser útil sobre la alimentación. Además, puede ayudarte a valorar y a decidir algunos cambios para mejorarla. Te animo a leerlo y a que nos des tu opinión».
  - «En este folleto encontrará información que le puede ser útil sobre la alimentación de su hijo/a. Además, puede ayudarle a valorar y a decidir algunos cambios para mejorarla. Le animo a leerlo y a darnos su opinión».
- Se ofrece ayuda, si es necesaria:
  - «Si quiere profundizar en el tema de la alimentación, podemos ofrecerle ayuda. En el folleto siguiente encontrará más información, [Come bien, vive sano](#)».
- Se registra la intervención en la historia clínica.

### Consejo breve sobre la prevención de las maloclusiones

- Se pregunta por los hábitos y se registra, por ejemplo:
- Algunos hábitos causan maloclusiones:
  - «¿Su hijo usa o usó chupete o biberón? ¿Durante cuánto tiempo?».
  - «¿Se chupa o se chupó el dedo o algún otro objeto? ¿Durante cuánto tiempo?».
  - «¿Respira por la boca?».
  - «¿Se muerde las uñas? ¿Se muerde el labio?».
  - «¿Toma una alimentación fundamentalmente blanda?».
- Se aconseja evitar ciertos hábitos que tienen una influencia negativa en el desarrollo musculoesquelético.
  - «¿Piensas que puedes intentar hacer un cambio en tus hábitos?».
  - «¿Piensa que puede ayudar a hacer un cambio en los hábitos de su hijo/a?».
- Se entrega el folleto o la información por escrito (véase el anexo 5):
  - «En este folleto encontrarás información para conocer cómo actúan ciertos hábitos en el desarrollo de las maloclusiones. Además, puede ayudarte a valorar y a decidir algunos cambios para evitar la progresión de la maloclusión y/o su resolución. Te animo a leerlo y a darnos tu opinión».
  - «En este folleto encontrará información que le puede ser útil para conocer cómo actúan ciertos hábitos en el desarrollo de la maloclusión de su hijo/a. Además, puede ayudarlo a valorar y a decidir algunos cambios con los que puede ayudar a su hijo/a para evitar la progresión de la maloclusión y/o su resolución. Le animo a leerlo y a darnos su opinión».
- Se ofrece ayuda, si es necesaria:
  - Si quiere profundizar en el tema de las maloclusiones, podemos ofrecerle ayuda».
- Se registra la intervención en la historia clínica.

### Consejo breve sobre prevención de traumatismos

- Se pregunta por los hábitos y se registra, por ejemplo:
- Algunos hábitos causan mayores probabilidades de traumatismos:
  - «¿Practica algún deporte de contacto?¿Abre botellas con los dientes? ¿Muerde cosas duras?».
- Se aconseja evitar ciertos hábitos que aumentan la posibilidad de traumatismos dentoalveolares.
  - «¿Piensas que puedes intentar hacer un cambio en tus hábitos?».
  - «¿Piensa que puede ayudar a hacer un cambio en los hábitos de su hijo/a?».
- Se entrega el folleto o la información por escrito (véase el anexo 6):
  - «En este folleto encontrarás información para conocer cómo actúan ciertos hábitos en el desarrollo de traumatismos. Además, puede ayudarte a valorar y a decidir algunos cambios para disminuir las probabilidades de traumatismos y a saber cómo actuar en caso de avulsiones dentarias. Te animo a leerlo y a darnos tu opinión».

- «En este folleto encontrará información que le puede ser útil para conocer cómo actúan ciertos hábitos en el desarrollo de traumatismos de su hijo/a. Además, puede ayudarle a valorar y a decidir algunos cambios con los que puede ayudar a su hijo/a, a disminuir las probabilidades de traumatismos y a saber cómo actuar en caso de avulsiones dentarias. Le animo a leerlo y a darnos su opinión».
- Se ofrece ayuda, si es necesaria:
  - «Si quiere profundizar en el tema de la prevención de los traumatismos, podemos ofrecerle ayuda».
- Se registra la intervención en la historia clínica.

### **Consejo breve sobre el consumo de tabaco y alcohol**

- Se pregunta por los hábitos y se registra, por ejemplo:
  - «El tabaco y el alcohol repercuten muy negativamente en la salud en general y en la salud bucodental. ¿Fumas o bebes alcohol? ¿Su hijo/a fuma o bebe alcohol?».
- Se aconseja no fumar y no consumir alcohol.
  - «¿Piensas que puedes intentar hacer un cambio en tus hábitos?»
  - «¿Piensa que puede ayudar a hacer un cambio en los hábitos de su hijo/a?».
- Se entrega el folleto o la información por escrito sobre tabaco y alcohol:
  - «En este folleto encontrarás información sobre los beneficios para la salud de no fumar y de no consumir alcohol. Además, puede ayudarte a valorar y decidir algunos cambios. Te animo a leerlo y a darnos tu opinión».
  - «En este folleto encontrará información sobre los beneficios para la salud de no fumar y de no consumir alcohol. Además, puede ayudarle a valorar y decidir algunos cambios con los que puede ayudar a su hijo/a. Le animo a leerlo y a darnos su opinión».
- Se ofrece ayuda, si es necesaria:
  - «Si quiere profundizar en el tema de la influencia del tabaco y del alcohol en la salud, podemos ofrecerle ayuda».
- Se registra la intervención en la historia clínica.

## Anexo 2. Registro de la alimentación

No imprima esta imagen; sino el PDF correspondiente

**Registro de alimentos consumidos en una semana**


	Lunes	Cantidad	Martes	Cantidad	Miércoles	Cantidad	Jueves	Cantidad	Viernes	Cantidad	Sábado	Cantidad	Domingo	Cantidad
<b>Desayuno</b>		○ ○		○ ○		○ ○		○ ○		○ ○		○ ○		○ ○
<b>Almuerzo</b>		○ ○ ○		○ ○ ○		○ ○ ○		○ ○ ○		○ ○ ○		○ ○ ○		○ ○ ○
<b>Comida</b>		○ ○ ○		○ ○ ○		○ ○ ○		○ ○ ○		○ ○ ○		○ ○ ○		○ ○ ○
<b>Merienda</b>		○ ○ ○		○ ○ ○		○ ○ ○		○ ○ ○		○ ○ ○		○ ○ ○		○ ○ ○
<b>Cena</b>		○ ○ ○		○ ○ ○		○ ○ ○		○ ○ ○		○ ○ ○		○ ○ ○		○ ○ ○
<b>Otras comidas</b>		○ ○ ○		○ ○ ○		○ ○ ○		○ ○ ○		○ ○ ○		○ ○ ○		○ ○ ○
<b>Bebidas</b>														



## Anexo 4. Folleto de higiene bucodental y alimentación


No imprima esta imagen; sino el [PDF](#) correspondiente

La caries




### MANTENER LA BOCA LIMPIA Y SANA


**Es una enfermedad infecciosa** producida por el consumo excesivo de alimentos que contienen azúcares y que provoca la destrucción de los dientes si se deja progresar.




Molestias



Dolor



Pérdida del diente

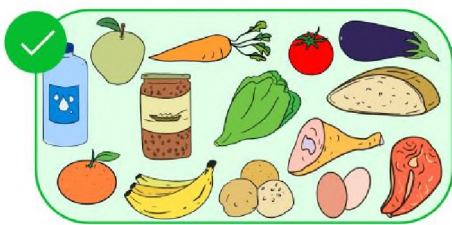


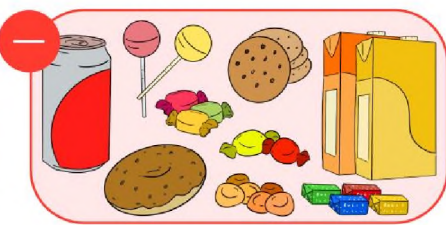
Infección

Cómo evitar la caries

**Con una alimentación adecuada**





Ha de ser completa y variada. Evite el consumo de demasiados azúcares y comer entre horas. Procure que las meriendas consistan en fruta natural en lugar de dulces, refrescos o zumos envasados. Si se consumen dulces, es preferible que sea en las comidas principales, pero hay que lavarse los dientes después.






**Con una buena higiene dental**


Todos los días, después de cada comida y durante tres minutos, para eliminar los restos de alimentos. Debe hacerse con movimientos de arriba abajo en todas las piezas dentales superiores y de abajo arriba en las inferiores. Hay que cepillar todas las caras de las piezas dentales (es decir, por dentro, por fuera y por encima).

 **El consumo de tabaco y/o alcohol afecta la salud bucodental.**

**Acuda a las revisiones**


**Pida cita al teléfono**



Programa de Asistencia Dental Infantil

## Anexo 5. Folleto de prevención de las maloclusiones


No imprima esta imagen; sino el [PDF](#) correspondiente



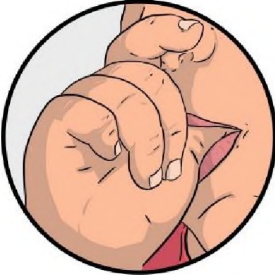
G CONSELLERIA  
O SALUT I CONSUM  
I GERENCIA ATENCIÓ  
B PRIMARIA MALLORCA

### HÁBITOS PARA EVITAR LA MALOCLUSIÓN DENTAL


Para que los **dientes** y el resto de la boca **funcionen correctamente** es importante lograr una **oclusión adecuada**. Para **prevenir la maloclusión** (es decir, que los dientes no se cierren correctamente), en las primeras etapas de la infancia es conveniente **eliminar ciertos hábitos** relacionados con chupar, respirar y tragar.



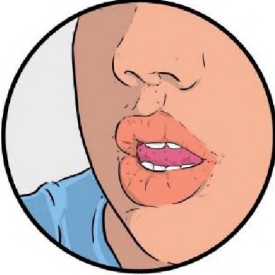
**Usar chupete hasta cierta edad**  
Se aconseja que el niño o niña deje de usar el chupete antes de los dos años de edad. Retíreselo de forma progresiva y evite que lo sustituya por chuparse un dedo.




**Chuparse un dedo**  
Es muy mal hábito, pero si procura que el niño o niña deje de hacerlo antes de los tres años los perjuicios serán mínimos y se corregirán de forma espontánea.




**Poner la lengua o el labio inferior entre los dientes**  
Poner la lengua o el labio inferior entre los dientes incisivos provoca que los superiores se adelanten y que los inferiores se atrasen al tragar.




**Tragar de manera extraña**  
Si el niño o niña pone la lengua entre los dientes para tragar y persiste en hacerlo después de sacar los dientes delanteros tendrá problemas de oclusión.




**Respirar por la boca**  
Normalmente se respira por la nariz y a veces por la boca. Pero si se respira habitualmente por la boca, tanto de día como de noche, causa problemas porque la lengua no se apoya en el sitio adecuado.



**Morderse las uñas**  
Es un hábito que hay que evitar porque provoca una presión anormal y continuada.

 **El consumo de tabaco y/o alcohol afecta la salud bucodental**




Programa de Asistencia Dental Infantil

**Acuda a las revisiones**

**Pida cita al teléfono**

## Anexo 6. Folleto de actuación ante traumatismos bucodentales

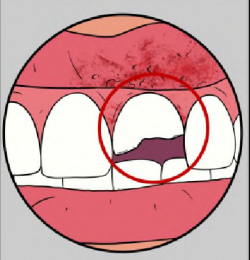
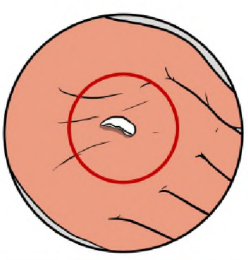
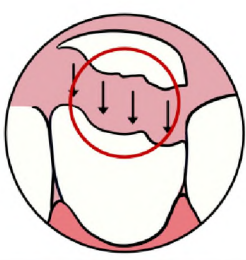

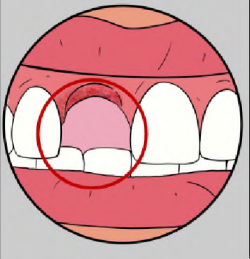
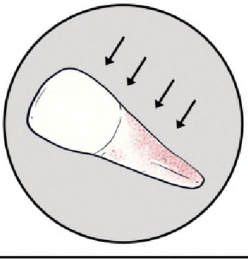
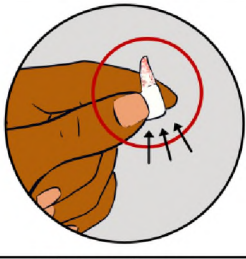

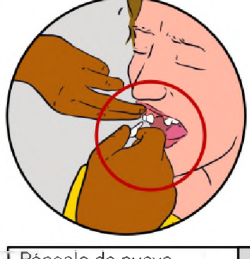
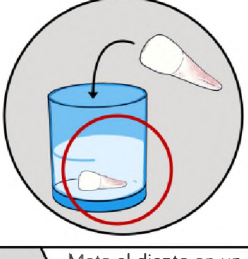

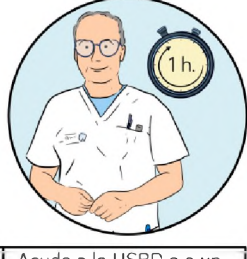
No imprima esta imagen; sino el [PDF](#) correspondiente



G CONSELLERIA  
O SALUT I CONSUM  
I GERENCIA ATENCIÓ  
B PRIMÀRIA MALLORCA


### UN DIENTE DEFINITIVO SE PUEDE SALVAR

Las causas más frecuentes de traumatismo dental en la edad infantil son las caídas, las actividades deportivas, los accidentes montando en bicicleta y las maloclusiones con un resalte marcado (dientes incisivos superiores muy adelantados).

 <p><b>¿Qué debe hacer si se rompe un diente?</b></p>	 <p>Busque el trocito de diente</p>	 <p>El trocito de diente puede pegarse</p>	 <p>Acuda a la USBD o a un dentista del PADI lo antes posible</p>
 <p><b>¿Y si un golpe hace que el diente se salga de la boca?</b></p>	 <p>Busque el diente</p>	 <p>Cójjalo por la zona de la corona, nunca por la raíz</p>	 <p>Lávelo con agua o suero fisiológico, sin usar jabón ni frotarlo</p>
 <p>Póngalo de nuevo en su lugar y apriételo con una servilleta</p>	 <p>Si no puede: Meta el diente en un vaso con suero fisiológico o leche</p>	 <p>o Ponga el diente entre la mejilla y las muelas</p>	 <p>Acuda a la USBD o a un dentista del PADI lo antes posible, preferiblemente antes de una hora</p>



**! El consumo de tabaco y/o alcohol afecta la salud bucodental.**

USB: Unidad de Salud Bucodental PADI: Programa de Asistencia Dental Infantil



Programa de Asistencia Dental Infantil

**Para prevenir** estos traumatismos puede usar un protector bucal para practicar deportes de contacto o un casco para montar en bicicleta o patinar, y también hacer una consulta temprana con el dentista.

Acuda a las revisiones

Pida cita en el teléfono



---

# SESIONES INDIVIDUALES

---



## Sesión 1. Educación individual

### Objetivos educativos

- Conocer la importancia de tener una higiene correcta y una alimentación sana para mantener una buena salud bucodental.
- Identificar la placa bacteriana y reflexionar sobre la causa-efecto.
- Practicar una técnica correcta del cepillado y de la utilización de complementos para llevarla a cabo (revelador de placa bacteriana, cepillos interdentales, hilo dental, colutorios y pastas dentífricas).

### Propuesta de cronograma

Contenido	Método / Técnica educativa
1. Recepción y contrato formativo	Técnica de encuentro
2. Experiencia en relación con la alimentación, con el hábito de la higiene bucodental y con los posibles hábitos que pueden causar maloclusiones y/o traumatismos	Técnica de expresión
3. Alimentación saludable	Técnica de información
4. Higiene bucodental	Técnica de información
5. Maloclusiones y traumatismos	Técnica de información
6. Utilización del revelador de placa bacteriana y técnica del cepillado	Técnica de desarrollo de habilidades
7. Entrega de folletos sobre consejos de higiene y material PADI	Técnica de información
8. Se entrega una actividad para hacer en casa: autregistro de la alimentación de una semana	Técnica de análisis
9. Despedida, evaluación y cita para la próxima sesión	Técnica de investigación

### Desarrollo de la sesión

#### Actividad 1. Recepción y contrato formativo

Empezar con un saludo inicial. Se trata de presentarse si no se conocen y de hacer una propuesta clara de trabajo (horario, objetivos y metodología que se utilizarán), además debe establecerse un compromiso entre ambas partes. Es importante remarcar que la consecución de unos buenos resultados depende, en parte, de la participación activa del niño/a o el adolescente y de la familia. Siempre que sea posible debe pactarse un compromiso de asistencia, por lo que se debe avisar cuando no se pueda asistir.

## Actividad 2. Experiencia en relación con la alimentación, con el hábito de la higiene bucodental y con los posibles hábitos que pueden causar maloclusiones y/o traumatismos

- Se trata de que el niño, la niña o el adolescente y el familiar que le acompaña expresen verbalmente, cómo y cuáles son los hábitos alimentarios, qué hábitos de higiene bucodental tiene y qué posibles hábitos puede tener que puedan causar maloclusiones y/o traumatismos.
- Es importante la escucha activa y que la persona educadora también desarrolle ciertas habilidades de comunicación, para facilitar la expresión de las emociones, de las creencias, de las actitudes y de las experiencias.
- Una vez expuesta la opinión, hay que hacerles un resumen de lo que han dicho.

## Actividad 3. Alimentación saludable

Enlazando con la actividad anterior, hay que tener en cuenta lo que el niño o el adolescente y su familiar han comentado, y debe completarse con la información sobre la alimentación saludable y no cariogénica (véase el anexo 4).

### Información específica sobre alimentación saludable y no cariogénica

Para la prevención de la caries dental y el mantenimiento de la salud bucodental, es fundamental, una alimentación correcta y una buena higiene oral. La alimentación de un niño o de un adolescente debe ser variada y equilibrada y se deben evitar las dietas blandas. Es necesario consumir diariamente verduras, frutas, lácteos y cereales integrales.

Es importante ingerir los carbohidratos fermentables y otros azúcares durante las comidas y evitarlos entre horas, además deben añadirse vegetales y frutas para aumentar el flujo salival. Es imprescindible reducir el consumo de azúcar y de productos azucarados (zumos envasados, bebidas carbonatas y chucherías en general) y el de alimentos pegajosos o viscosos ya que se adhieren más a las superficies de los dientes.

Es importante evitar el consumo de alcohol y de tabaco porque repercute negativamente en la salud en general y en la salud bucodental en particular.

## Actividad 4. Higiene bucodental

Seguidamente se debe complementar con información sobre una correcta higiene bucodental (véase el anexo 4).

### Información específica sobre una correcta higiene bucodental<sup>3</sup>

Una adecuada higiene bucodental es una de las principales formas de preservar la salud. Hay que cuidarla en todas las etapas de la vida, porque puede acarrear múltiples enfermedades.

Se debe iniciar la limpieza de las encías desde el nacimiento, aunque el bebé no tenga dientes, una vez al día aprovechando el momento del baño. Puede utilizarse una gasa húmeda, la punta de un trapo limpio mojado con agua o un dedal de silicona para limpiar las encías, la lengua y el paladar.

A partir de la erupción del primer diente, la higiene debe ser de dos veces al día, por la mañana y, sobre todo, por la noche. Además de los utensilios anteriores también puede utilizarse un cepillo dental para lactantes con pasta dental de 1000 ppm (partes por millón) de ion flúor (una cantidad similar al tamaño de un grano de arroz).

Cuando el niño tenga 2 años es conveniente que alguna persona adulta se cepille los dientes por la noche en su presencia, para ir adquiriendo el hábito; dicha persona debe repasar el cepillado y limpiar con cuidado los restos de comida del menor. La supervisión debe mantenerse hasta que la familia compruebe que el menor lo hace de una manera adecuada.

A partir de los 3 años debe usarse un cepillo del tamaño y los filamentos adecuados a la edad, que es conveniente cambiar cada 3-4 meses, con una pasta de dientes con 1000-1450 ppm de flúor; la cantidad de pasta ha de ser del tamaño de un guisante. Hay que cepillarse los dientes después de cada comida, como mínimo dos veces al día, sobre

todo por la noche, antes de irse a dormir. No existen evidencias de que una técnica determinada sea mejor que otra; lo más importante es que sea sistemática y minuciosa. En la adolescencia, es conveniente el uso diario de hilo dental i/o cepillos interproximales.

Es responsabilidad de la familia crear buenos hábitos de higiene oral en los niños, con la ayuda de los profesionales de la salud.

## Actividad 5. Maloclusiones y traumatismos

Seguidamente se complementa con información sobre la prevención de maloclusiones y traumatismos (véanse los anexos 5 y 6).

### Información específica sobre la prevención de maloclusiones y traumatismos

#### Maloclusiones

Una correcta oclusión es importante para un adecuado funcionamiento del aparato estomatognático, entre los que se encuentran la masticación, la deglución, la fonación y la articulación. Asimismo, las maloclusiones son factores de riesgo de otras enfermedades orales como la gingivitis, la periodontitis, la caries, las disfunciones de la articulación temporomandibular, así como las alteraciones estéticas y funcionales.

Para la prevención de las maloclusiones se debe promover una dieta equilibrada y evitar las dietas blandas.

En el desarrollo de las maloclusiones existen factores adquiridos como la succión de uno o varios dedos, el uso prolongado del chupete, la deglución atípica o la interposición de la lengua o el labio, la respiración oral o el hábito de morderse las uñas. Los hábitos de succión de uno o varios dedos así como el uso del chupete deberían eliminarse antes de los 2 años de edad para evitar que dejen secuelas en la oclusión. En casos de respiración oral o deglución atípica sería conveniente realizar una valoración multidisciplinar conjuntamente con ORL y Logopedia.

Algunos factores locales pueden provocar la pérdida de espacio, como las caries interproximales en las muelas de leche o la pérdida antes de tiempo de algún diente o muela de leche, ya sea por caries o por traumatismos.

Además, hay factores genéticos en los que la herencia cumple un papel importante y es necesario realizar un diagnóstico adecuado.

En cuanto a las caries, es muy importante recomendar que se realice un tratamiento reparador del diente para evitar la pérdida del molar y, en caso de que la pérdida sea irremediable, se debería colocar un mantenedor de espacio para conservar la correcta oclusión.

#### Traumatismos

Las causas más frecuentes de los traumatismos dentales en niños son las caídas, las actividades deportivas, los accidentes con bicicletas y las maloclusiones con un marcado resalte (incisivos superiores muy adelantados).

Para prevenir estos traumatismos, se pueden usar los protectores bucales en casos de deportes de contacto, el casco para bicicletas o patinetes y una consulta temprana con el ortodontista, en caso de resalte muy marcado.

Si se produce un traumatismo en dientes definitivos es muy importante acudir rápidamente al odontólogo/a.

En el caso de que el diente se haya fracturado, el tratamiento temprano podría evitar problemas futuros en la pulpa o en el nervio dental.

En el caso de que el diente definitivo se haya salido de la boca hay que intentar mantener la calma y:

1. Buscar el diente.
2. Cogerlo por la corona y evitar tocar la raíz.
3. Es importante intentar colocarlo de nuevo en su lugar lo antes posible y apretar con una servilleta o con un pañuelo.
4. En caso de no poder recolocarlo, guardarlo en un vaso con leche, suero fisiológico o bien en la boca, entre las mejillas.
5. Acudir urgentemente al odontólogo/a antes de 1 hora.

**Actividad 6. Utilización del revelador de placa bacteriana y técnica del cepillado**

- Se enseña al menor y al familiar a utilizar correctamente el revelador de placa, a detectar la placa bacteriana en la cavidad oral, a coger correctamente el cepillo dental y a hacer los movimientos de muñeca según la zona a limpiar.
- Se practica la técnica del cepillado.
- Se enseña a utilizar el cepillo interdental y/o el hilo dental.

**Actividad 7. Entrega de folletos sobre consejos de higiene y material PADI**

Se entrega un folleto para reforzar la educación sobre la alimentación y la higiene, la prevención de las maloclusiones y de los traumatismos (véanse los anexos 4, 5 y 6).

**Actividad 8. Para realizar en casa: autoregistro de la alimentación de una semana**

- Se entrega la hoja de autoregistro de alimentación y se invita al menor y a la familia a cumplimentarlo y a traerlo en la visita siguiente (véase el anexo 2).
- Se entrega el calendario de cepillado y se invita al menor y a la familia a cumplimentarlo y a traerlo en la visita siguiente (véase el anexo 3).

**Actividad 9. Despedida, evaluación y cita para la próxima sesión**

- Se invita al niño y al familiar a que exprese qué le ha parecido la sesión y si ha sido positiva.
- Se cita al menor para una segunda consulta al cabo de 15 días aproximadamente.
- Se debe cumplimentar el grado de cumplimiento de los objetivos educativos de la sesión en el odontograma.

**Material necesario**

- Un fantoma dental y un cepillo para el fantoma.
- Revelador de placa bacteriana en comprimidos y en colutorio.
- Guantes.
- Mascarillas.
- Cepillos dentales e interdentes, hilo dental, colutorios y pastas dentífricas.
- Los folletos de salud bucodental (anexos 2, 3, 4, 5 y 6).

## Sesión 2. Educación individual

### Objetivos educativos

- Evaluar los conocimientos adquiridos en la primera sesión sobre la higiene y la alimentación para mantener una salud bucodental correcta.
- Valorar la técnica del cepillado adquirido mediante el índice de placa.
- Modificar las técnicas de cepillado y de utilización de complementos en las zonas donde haya un mayor índice de placa.

### Propuesta de cronograma

Contenido	Método / Técnica educativa
1. Recepción y contrato formativo	Técnica de encuentro
2. Experiencia en relación a la alimentación y al hábito de la higiene bucodental	Técnica de expresión
3. Alimentación saludable (análisis del autoregistro de alimentación)	Técnica de investigación y análisis
4. Higiene bucodental	Técnica de desarrollo de habilidades
5. Utilización del revelador de placa bacteriana y técnica del cepillado	Técnica de desarrollo de habilidades
6. Despedida y evaluación	Técnica de investigación

### Desarrollo de la sesión

#### Actividad 1. Recepción y contrato formativo

- Saludo inicial. Presentación del profesional, en el caso de que asista algún familiar que no acudió a la primera sesión y restablecimiento de un compromiso por ambas partes.
- Insistir en que los buenos resultados dependen en gran parte de la participación activa del menor y de la familia.

#### Actividad 2. Experiencia en relación a la alimentación y al hábito de la higiene bucodental

- Se trata de que el menor y el familiar expresen cómo han establecido el tema de la alimentación y qué hábitos han desarrollado en la higiene bucodental.
- Es importante la escucha activa y que la persona educadora realice un refuerzo positivo, si la actitud y la experiencia han sido buenas e invite a corregir los hábitos y habilidades que se puedan mejorar.
- Al final, hacerles un resumen de todo lo que se haya comentado en la consulta.

### Actividad 3. Alimentación saludable

Enlazando con la técnica anterior, se debe tener en cuenta la información que el menor y el familiar hayan registrado y complementarla o corregirla con la información de la alimentación saludable y no cariogénica.

### Actividad 4. Higiene bucodental

Repasamos toda la información recibida en la primera sesión, se debe tener en cuenta los datos que el menor y el familiar hayan registrado en el calendario del cepillado y corregir, si hace falta, la técnica sobre una higiene bucodental correcta: técnica del cepillado y el uso de cepillos interdetales y/o hilo dental.

### Actividad 5. Utilización del revelador de placa bacteriana

Se debe reforzar el uso correcto del revelador de placa.

### Actividad 6. Despedida y evaluación

- Se invita al menor y al familiar para que expresen qué les ha parecido la sesión y si ha sido positiva.
- Se le vuelve a citar, si es necesario.
- Se debe cumplimentar el grado de cumplimiento de los objetivos educativos de la sesión en el odontograma.

### Material necesario

- Un fantoma y un cepillo para el fantoma.
- Revelador de placa bacteriana en comprimidos y en colutorio.
- Guantes.
- Mascarillas.
- Cepillos dentales e interdetales, hilo dental, colutorios y pastas dentífricas.
- Los folletos de salud bucodental (anexos 2, 3, 4, 5 y 6).

---

# SESIÓN GRUPAL

---



## Sesión grupal. Salud bucodental

### Objetivos educativos

- Reflexionar sobre la estructura y las funciones de la cavidad oral y de los dientes y sobre la importancia que tienen para la salud.
- Identificar la base de una alimentación saludable y diferenciarla de la cariogénica.
- Conocer las técnicas preventivas para mantener una higiene bucodental correcta.
- Practicar una higiene bucodental correcta.

### Propuesta de cronograma

Contenido	Método / Técnica educativa	Agrupación	Tiempo (minutos)
1. Presentación de los docentes y contrato formativo	Expositiva	GG	5
2. Experiencias propias, de amistades o de familiares sobre la salud bucodental	Investigación Tormenta de ideas	GG	5
3. Instrumental para la salud bucodental	Análisis: Bolsa sorpresa ¿Qué es? ¿Para qué se utiliza? ¿Cuándo se utiliza? ¿Quién la utiliza? ¿Cómo se utiliza?	GG	5
4. Alimentación saludable e higiene bucodental	Video + discusión	GG	25
5. Cepillado de la cavidad oral	Demostración con entrenamiento: cepillado	GG	10
6. Despedida y evaluación	Cuestionario profesorado Rueda semáforo alumnado	TI GG	5

GG: grupo grande. GP: grupos pequeños. TI: trabajo individual.

## Desarrollo de la sesión

### Actividad 1. Presentación y contrato formativo

Bienvenida a la sesión y presentación de las personas docentes de la sesión, del horario, de los objetivos y de la metodología activa y participativa.

### Actividad 2. Experiencias propias, de amistades o de familiares sobre la salud bucodental

- Se propone iniciar el tema con una tormenta de ideas en la que se pregunta a los participantes si tienen alguna experiencia previa sobre la salud bucodental o si conocen de algún familiar o amistad.
- Se concluye la dinámica haciendo un breve resumen de la información que han aportado.

### Actividad 3. Instrumental para la salud bucodental

- La persona educadora muestra una «bolsa sorpresa» de dónde saca diferentes instrumentos y materiales: un espejo de exploración, un cepillo de dientes, una pasta de dientes, un colutorio de flúor, una cubeta de flúor, una cánula de aspiración, una mascarilla y un guante.
- Y pregunta: ¿Qué es? ¿Para qué se utiliza? ¿Cuándo se utiliza? ¿Quién la utiliza? ¿Cómo se utiliza?
- El educador refuerza y complementa las distintas aportaciones del alumnado.

### Actividad 4. Alimentación saludable e higiene bucodental

- A continuación se propone visualizar un video educativo [Sonrisas brillantes, futuros brillantes. Dr. Rabbit y los defensores dentales](#) que tiene una duración de 16'44".
- Después se propone hacer un pequeño análisis, siguiendo la estructura siguiente:
  - ¿Qué les sugiere el video?
  - ¿Qué relación hay entre la alimentación y los problemas bucodentales?
  - ¿Por qué es importante la higiene bucodental?
  - ¿Cómo se puede realizar una higiene bucodental correcta?

### Actividad 5. Cepillado cavidad oral

- Se propone continuar con una demostración para el entrenamiento del cepillado de la cavidad oral.
- Cada alumno/a debe realizar el movimiento del cepillado a la vez que la educadora lo hace con el fantoma.
- Se invita a que a partir de ahora realicen el cepillado siguiendo la técnica descrita en la sesión.

### Actividad 6. Despedida y evaluación

- Se finaliza la sesión sugiriendo que cada participante exprese, con la ayuda de unos emoticonos, lo que le ha parecido la sesión (véase el apéndice 1). El de color verde indica que la sesión ha ido perfecta, el de color azul significa que la sesión ha ido normal y el de color rojo significa que la sesión no les ha gustado.
- Al finalizar la sesión, el profesional de la educación facilitador también debe participar en la evaluación respondiendo un cuestionario (véase el apéndice 2).

- Las personas educadoras deben evaluar la asistencia, la participación y el grado de consecución de las actividades previstas y realizadas, por medio de la observación sistemática con guion (véase el apéndice 3).
- Se agradece la asistencia y la colaboración de los participantes.

### **Material necesario**

- Un ordenador portátil con acceso a internet, proyector y altavoces.
- Un espejo de exploración.
- Un cepillo de dientes.
- Una pasta de dientes.
- Un colutorio de flúor.
- Una cubeta de flúor.
- Una cánula de aspiración.
- Una mascarilla.
- Un guante.
- Fotocopias de los apéndices 1, 2 y 3.

## Apéndice 1. Evaluación del proceso y de los resultados de la sesión grupal: alumnado



## Apéndice 2. Evaluación del proceso y resultados de la sesión grupal: profesorado

No imprima esta imagen; sino el PDF correspondiente



G CONSELLERIA  
O SALUT I CONSUM  
I GERÈNCIA ATENCIÓ  
B PRIMÀRIA MALLORCA

### Evaluación del proceso y resultados de la sesión grupal

Le agradeceremos que responda este cuestionario, que servirá para valorar la calidad de las sesiones y para mejorarlas.

1. ¿Piensa que la sesión ha sido útil?	<input type="checkbox"/> Nada	<input type="checkbox"/> Poco	<input type="checkbox"/> Bastante	<input type="checkbox"/> Mucho
2. ¿Han sido aprovechables los contenidos trabajados?	<input type="checkbox"/> Nada	<input type="checkbox"/> Poco	<input type="checkbox"/> Bastante	<input type="checkbox"/> Mucho
3. ¿Ha sido claro y fácil de entender el lenguaje utilizado?	<input type="checkbox"/> Nada	<input type="checkbox"/> Poco	<input type="checkbox"/> Bastante	<input type="checkbox"/> Mucho
4. ¿Ha ayudado el material utilizado a entender mejor el contenido de la sesión?	<input type="checkbox"/> Nada	<input type="checkbox"/> Poco	<input type="checkbox"/> Bastante	<input type="checkbox"/> Mucho
5. ¿Ha sido adecuado el número de sesiones?	<input type="checkbox"/> Nada	<input type="checkbox"/> Poco	<input type="checkbox"/> Bastante	<input type="checkbox"/> Mucho
6. ¿Cambiaría algún aspecto de la sesión?	<input type="checkbox"/> Sí	⇒ ¿Cuál?		
	<input type="checkbox"/> No			
	<input type="checkbox"/> No contesto			
7. ¿Qué destacaría como más interesante y positivo de todo lo que se ha comentado?				
8. ¿Recomendaría esta sesión?	<input type="checkbox"/> No	<input type="checkbox"/> Sí	<input type="checkbox"/> Sí, y con gran interés	
9. ¿Qué diría?				



## Apéndice 3. Guion de observación y de evaluación de la estructura del taller

No imprima esta imagen; sino el PDF correspondiente



G CONSELLERIA  
O SALUT I CONSUM  
I GERÈNCIA ATENCIÓ  
B PRIMÀRIA MALLORCA

### Guion de observación y de evaluación de la estructura del taller

Taller de formación	Para alumnado	Para familias
Lugar		
Fecha		

El observador debe evaluar los aspectos siguientes de cada sesión.

#### Guion de observación

Número de sesión		Fecha	
Nombre y apellidos del observador			
¿Se han llevado a cabo las actividades en la forma y en el tiempo previstos?	<input type="checkbox"/> Sí <input type="checkbox"/> No		
¿Han sido útiles las técnicas utilizadas?	<input type="checkbox"/> Sí <input type="checkbox"/> No		
¿Se han adecuados al grupo?	<input type="checkbox"/> Sí <input type="checkbox"/> No		
¿Se ha presentado y gestionado adecuadamente la sesión?	<input type="checkbox"/> Sí <input type="checkbox"/> No		
¿Cómo ha sido el clima de la sesión? (tipo de comunicación, estilo personal, técnicas de gestión...)			
¿Cómo han participado los asistentes?			
Otras observaciones			

#### Evaluación de la estructura del taller

¿Ha sido adecuado el lugar donde se ha impartido el taller?	<input type="checkbox"/> Sí <input type="checkbox"/> No
¿Han sido adecuados el horario y la duración del taller?	<input type="checkbox"/> Sí <input type="checkbox"/> No
¿Han sido adecuados los recursos didácticos?	<input type="checkbox"/> Sí <input type="checkbox"/> No
Observaciones	



## Apéndice 4. Hoja acreditativa de la asistencia al centro educativo

No imprima esta imagen; sino el PDF correspondiente



G CONSELLERIA  
O SALUT I CONSUM  
I GERÈNCIA ATENCIÓ  
B PRIMÀRIA MALLORCA

### Hoja acreditativa de la asistencia al centro educativo

Centro de salud	
Unidad de salud bucodental	
Odontólogo/odontóloga	
Higienista	
Centro educativo	
Población diana	
Tipo de actividad	
Nombre de la actividad	
Fecha	
Número total de sesiones/actividades por grupo/clase	
Número total de líneas	
Duración de la sesión/actividad	
Número de asistentes	
Participación de otras entidades/asociaciones	<input type="checkbox"/> Sí <input type="checkbox"/> No
Profesionales participantes	
Técnicas aplicadas	
Observaciones	

Firma y sello del centro



