

Estrategia educativa de salud bucal relacionada con la educación dietética y los alimentos funcionales

Oral health educational strategy related to dietary education and functional foods

Lilian Joaquina Vilvey-Pardillo^{1*} <https://orcid.org/0000-0001-8383-6070>

Danielis Marín-Manso¹ <https://orcid.org/0000-0002-6815-6648>

Liuba Díaz-Valdés² <https://orcid.org/0000-0002-9519-8923>

¹ Clínica Estomatológica Docente Provincial. Departamento de Estomatología General Integral. Sancti Spíritus, Cuba.

² Universidad de Ciencias Médicas. Facultad de Ciencias Médicas Faustino Pérez Hernández. Consejo Provincial de Sociedades Científicas de la Salud. Sancti Spíritus, Cuba.

*Autor para la correspondencia: lilianvilvey@gmail.com

RESUMEN

Introducción: Prevenir las enfermedades bucodentales es una función del especialista en Estomatología. La caries dental es una enfermedad bucal frecuente en adolescentes debido a una incorrecta educación dietética por la ingestión de una dieta cariogénica. **Objetivo:** Evaluar la contribución de una estrategia educativa, para el perfeccionamiento de la prevención primaria de la caries dental en adolescentes centrada en la educación dietética con alimentos funcionales.

Métodos: Se realizó un estudio experimental que parte de la aplicación de una estrategia educativa, con una pre prueba y una post prueba. El universo estuvo constituido por 415 adolescentes y se seleccionaron 33 de forma probabilística, por un muestreo aleatorio simple de la Escuela Secundaria Básica Urbana 23 de diciembre. Se utilizaron métodos teóricos y empíricos.

Resultados: Antes de aplicar la estrategia educativa se determinó un nivel de conocimiento poco favorable en 15 adolescentes (45,5 %) y 12 (36,4 %) adolescentes para los indicadores 1,1 y 1,2

respectivamente. Las actitudes relacionadas con el tema resultaron poco favorables en 11 adolescentes (33,3 %) y 12 adolescentes (36,4 %) según indicadores. Las prácticas resultaron no favorables. Después de aplicada la estrategia educativa el nivel de conocimientos se modificó a favorable según indicadores en 20 adolescentes (60,6 %) y 19 (57,6 %). Las actitudes resultaron favorables en 17 (51,5 %) y 19 (57,6 %) adolescentes según los indicadores 2,1 y 2,2 respectivamente, al igual que las prácticas.

Conclusiones: Los conocimientos, actitudes y prácticas ascendieron al nivel favorable después de aplicada la estrategia educativa por lo que se consideró muy efectiva.

DeCS: SALUD BUCAL; ADOLESCENTE; EDUCACIÓN; EDUCACIÓN EN SALUD; CONOCIMIENTOS, ACTITUDES Y PRÁCTICA EN SALUD.

ABSTRACT

Introduction: Preventing oral diseases is a function of the specialist in Dentistry. Dental caries is a common oral disease in adolescents due to incorrect dietary education.

Objective: To evaluate the contribution of an educational strategy for the improvement of the primary prevention of dental caries in adolescents, focused on dietetic education with functional food.

Methods: An experimental study was carried out that began with the application of an educational strategy and included pre- and post-tests. The sample consisted of 415 adolescents, 33 of whom were probabilistically selected by simple random sampling from the 23 de Diciembre Urban Basic Secondary School. Theoretical and empirical methods were employed.

Results: Before implementing the educational strategy, a low level of knowledge was identified in 15 (45.5%) and 12 (36.4%) adolescents in indicators 1.1 and 1.2, respectively. According to the indicators, attitudes related to the topic were unfavorable in 11 adolescents (3.3%) and 12 adolescents (36.4%), respectively. The practices were unfavorable. After applying the educational strategy, the level of knowledge changed to favorable according to the indicators in 20 adolescents (60.6%) and 19 adolescents (57.6%). Favorable attitudes were observed in 17 adolescents (51.5%) and 19 adolescents (57.6%) according to indicators 2.1 and 2.2, respectively. Practices also improved.

DeCS: ORAL HEALTH; ADOLESCENTE; EDUCATION; HEALTH EDUCATION; HEALTH KNOWLEDGE, ATTITUDES, PRACTICE.

Recibido:04/09/2024

Aprobado:1

Ronda: 22/12/2025

INTRODUCCIÓN

Prevenir las enfermedades bucodentales incluye la prevención primaria de la caries dental, que corresponde al periodo prepatogénico de la enfermedad. Se considera como la fase encargada de reducir las posibilidades de una enfermedad bucal entre los pacientes que aún no la presentan y por ende se basa en la eliminación de los factores de riesgo. Incluye la promoción de salud bucal y la protección específica, si se efectúa frente a una enfermedad en concreto. Si se logra este objetivo, se habrá conseguido que la incidencia sobre el paciente sea la mínima posible.^(1,2)

La caries dental es una enfermedad bucal crónica muy prevalente en América Latina con cifras de hasta 93,7 % en países como México, Brazil, Venezuela y Cuba.⁽³⁾

Esta prevalencia en los adolescentes, puede atribuirse a los cambios del estilo de vida, sobre todo a una incorrecta educación dietética pues la dieta cariogénica constituye un factor etiológico de esta enfermedad combinado con prácticas inadecuadas del cepillado bucodental.^(4,5) Por lo que la prevención primaria de la caries dental debe ir enfocada principalmente a estos dos factores.⁽⁶⁾

La educación dietética o también llamada educación alimentaria y nutricional desde las edades adolescentes, debe orientarse a potenciar o modificar los hábitos alimentarios en el fomento de conceptos, actitudes y conductas favorables, para mantener una adecuada salud bucal y evitar la caries dental.⁽⁷⁾ Por lo cual, es necesario el desarrollo de estrategias educativas que permitan tener en cuenta la dimensión sociocultural de la alimentación.⁽⁸⁾

Con respecto a la educación dietética relacionada con la caries dental, es importante la inclusión de los alimentos funcionales. Según Buchtik,⁽⁹⁾ los alimentos funcionales contienen efectos nutricionales habituales y compuestos biológicos que mejoran algunas de las funciones del organismo, principalmente con la utilización de los alimentos con microorganismos probióticos y sustratos prebióticos.

Los probióticos son aquellos productos que contienen microorganismos vivos con un efecto benéfico en la salud del huésped y se pueden encontrar en productos lácteos fermentados. Los prebióticos son sustancias derivadas de alimentos que no pueden ser digeridos como cereales integrales (derivados del trigo, avena y cebada), verduras, frutas y legumbres.⁽¹⁰⁾

Los efectos más importantes demostrados tras la administración de alimentos funcionales, relacionados con la caries son: aumento del pH salival y la disminución de forma considerable de los niveles de placa.⁽⁹⁾

En Cuba y en particular en Sancti Spíritus, se cuenta con un número elevado de adolescentes con

una alta prevalencia en las consultas estomatológicas debido a la carencia de acciones de prevención primaria mediante el desarrollo de estrategias educativas que involucren la apropiación de hábitos dietéticos favorables combinada con los alimentos funcionales por lo que se hizo necesario evaluar la contribución de una estrategia educativa para el perfeccionamiento de la prevención primaria de la caries dental en adolescentes centrada en la educación dietética con alimentos funcionales.

MÉTODOS

Se realizó un estudio con diseño experimental desde septiembre de 2022 a julio de 2023, en la Escuela Secundaria Básica Urbana 23 de diciembre de Sancti Spíritus.

A partir de un pre experimento con diseño de un solo grupo al que se le aplicó una pre prueba durante los primeros cuatro meses de la investigación, después se aplicó la estrategia educativa y finalmente una postprueba durante los ocho meses restantes. El aparato instrumental de la estrategia educativa se organizó en cinco etapas con una frecuencia semanal.

En la primera etapa, se presentaron a los miembros involucrados en el proceso, centrando la atención en los aspectos generales de la propuesta educativa.

En la segunda etapa se realizó una fase introductoria, que brindó información general a docentes y adolescentes sobre la educación dietética con alimentos funcionales, a través de una charla educativa y la proyección de un material audiovisual.

En un tercer momento, se motivaron a los estudiantes para lograr una correcta educación dietética con alimentos funcionales a partir de la importancia de una dieta protectora y sana, con métodos adecuados de alimentación, a través de las exigencias de prioridades individuales y preferencias personales sobre el consumo de alimentos funcionales, además, se realizaron actividades sobre la enseñanza de una adecuada técnica correcta del cepillado dental.

En la cuarta etapa, se instruyó a los adolescentes con los procedimientos para la forma y frecuencia correcta de ingerir alimentos protectores, alimentos conformados por carbohidratos, la combinación de lácteos con alimentos cariogénicos y prácticas adecuadas sobre la ingestión de alimentos funcionales asociado a técnicas correctas del cepillado dental.

Por último, se realizó una consolidación de lo aprendido, a través de una fase de retroalimentación, con la evaluación, para comprobar el efecto de las acciones de las etapas anteriores y se comparan los resultados de los instrumentos aplicados antes y después.

La población estuvo conformada por 415 adolescentes de los grados, séptimo a noveno del curso 2023. Se incluyeron los adolescentes con buen estado de salud general y que aprobaron su participación en el estudio, más la de los padres o sus tutores.

La muestra la integraron 33 adolescentes. Para su selección se utilizó un muestreo probabilístico aleatorio simple estratificado, procediendo de la siguiente manera: (Fórmula 1).

Fórmula 1

$$n = \frac{n'}{1 + \frac{n'}{N}} = \frac{36}{1 + \frac{36}{425}} = 33$$

La selección de los adolescentes fue mediante el método de tómbola, o sea se numeró a todos los adolescentes de la población, se hicieron papeles con cada número, se revolvieron en una caja se sacaron los números al azar hasta obtener la muestra deseada. Fueron excluidos los adolescentes que estuvieron ausentes durante el periodo de investigación.

De los métodos del nivel empírico se utilizó la encuesta mediante la aplicación de un cuestionario modificado de la investigación de Rivas et al.,⁽⁷⁾ para la identificación del nivel de conocimientos sobre la educación dietética relacionada con la caries dental con alimentos funcionales. Otro método fue una entrevista para determinar las actitudes relacionadas con la educación dietética con alimentos funcionales relacionada con la caries dental.⁽⁷⁾

Se realizó un registro dietético para la determinación de las prácticas relacionadas con un patrón dietético favorable que incluyó la ingestión de alimentos funcionales consumidos según su forma, durante desayuno, almuerzo y comida en los siete días de la semana. Se observaron las prácticas del cepillado bucodental a partir de una guía de observación.

Para medir el nivel de perfeccionamiento de la prevención primaria de la caries dental en los adolescentes centrada en la educación dietética con alimentos funcionales, se utilizó el procedimiento propuesto por Rizo y Campistrous,⁽¹¹⁾ sobre la evaluación de los indicadores multidimensionales de la investigación pedagógica.

La variable dependiente se operacionalizó en dimensiones, indicadores y criterios de medida:

Dimensión 1: Cognitiva.

Indicadores:

1.1 Dominio por los adolescentes de los conocimientos acerca de la prevención primaria de la caries dental centrada en la educación dietética.

Escala

Muy favorables (5): El adolescente se apropia de los conocimientos acerca de la educación dietética relacionada con la caries dental, alimentos cariogénicos y su frecuencia de ingesta, al tener en cuenta seis o siete aspectos.

Favorable (4): El adolescente se apropia de los conocimientos acerca de la educación dietética relacionada con la caries dental, alimentos cariogénicos y su frecuencia de ingesta, al tener en cuenta cinco aspectos.

Medianamente favorable (3): El adolescente se apropia de los conocimientos acerca de la educación dietética relacionada con la caries dental, alimentos cariogénicos y su frecuencia de ingesta, teniendo en cuenta cuatro aspectos

Poco favorable (2): El adolescente se apropia de los conocimientos acerca de la educación dietética relacionada con la caries dental, alimentos cariogénicos y su frecuencia de ingesta, al tener en cuenta tres aspectos

No favorable (1): El adolescente no se apropia de los conocimientos suficientes relacionados con la educación dietética y su relación con la caries dental

1.2. Dominio por los adolescentes de la relación que se establece entre los alimentos funcionales y la caries dental.

Escala:

Muy favorables (5): El adolescente se apropia de los conocimientos relacionados con la dieta y la caries dental al tener en cuenta nueve o 10 aspectos.

Favorable (4): El adolescente se apropia de los conocimientos relacionados con la dieta y la caries dental teniendo en cuenta ocho aspectos.

Medianamente favorable (3): El adolescente se apropia de los conocimientos relacionados con la dieta y la caries dental teniendo en cuenta siete aspectos.

Poco favorable (2): El adolescente se apropia de los conocimientos relacionados con la dieta y la caries dental teniendo en cuenta seis aspectos.

No favorable (1): El adolescente no se apropia de los conocimientos suficientes relacionados con la dieta y la caries dental

Dimensión 2: Actitudinal.

Indicadores:

2.1 Implicación de los adolescentes en la prevención primaria de la caries dental centrada en la educación dietética.

Escala:

Muy favorables (5): El adolescente considera importante mantener una dieta sana, tiene preferencias por ingerir lácteos, frutas, vegetales y carnes en la escuela entre comidas, cepillarse después de cada comida y antes de acostarse.

Favorable (4): El adolescente considera importante mantener una dieta sana, tiene preferencias por ingerir lácteos, frutas, vegetales y carnes en la escuela entre comidas y cepillarse después de cada comida.

Medianamente favorable (3): El adolescente considera importante mantener una dieta sana tiene preferencias por ingerir solo lácteos y carnes en la escuela entre comidas y cepillarse después de cada comida.

Poco favorable (2): El adolescente considera importante mantener una dieta sana tiene preferencias por ingerir solo lácteos y carnes en la escuela después las comidas y cepillarse antes de acostarse.

No favorable (1): El adolescente considera importante mantener una dieta sana tiene preferencias por ingerir carbohidratos en la escuela después de las comidas y antes de acostarse.

2.2 Disposición que expresan los adolescentes para continuar profundizando en la relación que se establece entre los alimentos funcionales y la caries dental.

Muy favorables (5): El adolescente expresa mucha disposición por incrementar los conocimientos para continuar profundizando en la relación que se establece entre la educación dietética relacionada con la caries dental y centrada en los alimentos funcionales.

Favorable (4): El adolescente expresa disposición por incrementar los conocimientos para continuar profundizando en la relación que se establece entre la educación dietética relacionada con la caries dental y centrada en los alimentos funcionales

Medianamente favorable (3): El adolescente expresa algo de disposición por incrementar los conocimientos para continuar profundizando en la relación que se establece entre la educación dietética relacionada con la caries dental y centrada en los alimentos funcionales

Poco favorable (2): El adolescente expresa muy poca disposición por incrementar los conocimientos para continuar profundizando en la relación que se establece entre la educación dietética relacionada con la caries dental y centrada en los alimentos funcionales

No favorable (1): El adolescente no expresa disposición para continuar profundizando en la relación que se establece entre la educación dietética relacionada con la caries dental y centrada en los alimentos funcionales.

Dimensión 3: Procedimental.

Indicadores:

3.1 Ejecución de acciones asociadas al procedimiento de un patrón dietético favorable en relación con la caries dental.

Muy favorables (5): El adolescente domina las acciones asociadas al momento de la ingesta de la dieta en todas las frecuencias de ingestión

Favorable (4): El adolescente domina las acciones asociadas al momento de la ingesta de la dieta en las comidas.

Medianamente favorable (3): El adolescente domina poco las acciones asociadas al momento de la ingesta de la dieta entre comidas.

Poco favorable (2): El adolescente domina las acciones asociadas al momento de la ingesta de la dieta solo al acostarse

No favorable (1): El adolescente no domina las acciones asociadas al momento de la ingesta de la dieta.

3.2 Ejecución de acciones asociadas a las prácticas del cepillado bucodental.

Muy favorable (5): El adolescente domina todas las acciones de la ejecución del cepillado dental

Favorable (4): El adolescente domina cuatro acciones de la ejecución del cepillado dental.

Medianamente favorable (3): El adolescente domina tres acciones de la ejecución del cepillado dental.

Poco favorable (2): El adolescente domina dos acciones de la ejecución del cepillado dental.

No favorable (1): El adolescente no domina la ejecución del cepillado dental.

Se emplearon métodos estadísticos como las frecuencias absolutas y relativas mediante estadística descriptiva. El procesamiento de los datos se realizó a través de Microsoft Office versión 2010.

Se garantizó la confidencialidad de los datos. La investigación fue aprobada por el Comité de Ética de la investigación en Salud, el Consejo Científico de la Clínica Estomatológica Docente Provincial de Sancti Spíritus a través del convenio de salud con el departamento de educación de la provincia.

RESULTADOS

En la preprueba en la dimensión cognitiva, el indicador 1,1 fue evaluado de poco favorable en 15 adolescentes (45,5 %). En el indicador 1,2 el resultado obtenido fue más representativo en el nivel poco favorable con 12 adolescentes (36,4 %). Después de aplicada la estrategia educativa, el indicador 1,1 fue evaluado de favorable con 20 adolescentes (60,6 %), al igual que el indicador 1,2 representado por 19 estudiantes (57.6 %) (Tabla 1).

Tabla 1 Estrategia educativa de salud bucal relacionada con la educación dietética y los alimentos funcionales. Nivel de conocimientos en adolescentes sobre la prevención primaria de la caries dental centrada en la educación dietética con alimentos funcionales. Dimensión Cognitiva 1								
Niveles	Dimensión Cognitiva 1							
	Indicador 1.1				Indicador 1.2			
	Preprueba		Postprueba		Preprueba		Postprueba	
	No.	%	No.	%	No.	%	No.	%
Muy favorable	0	0	9	27,3	0	0	11	33,3
Favorable	5	15,2	20	60,6	5	15,2	19	57,6
Medianamente favorable	8	24,2	1	3	10	30,3	2	6,1
Poco favorable	15	45,5	2	6,1	12	36,4	1	3
No favorable	5	15,2	1	0,3	6	18,2	0	0
Total	33	100	33	100	33	100	33	100

Fuente: Encuesta a los estudiantes.

Con respecto a la dimensión actitudinal antes de la aplicación de la estrategia educativa, los indicadores 2,1 y 2,2 fueron evaluados de poco favorables con 11 adolescentes (33,3 %) y 12 adolescentes (36,4 %), respectivamente. Después de aplicada la estrategia educativa, este resultado fue modificado, pues los indicadores reflejaron un predominio del nivel favorable en 17 adolescentes

(51,5 %) y 19 (57,6 %) (Tabla 2).

Tabla 2 Determinación de actitudes en adolescentes sobre la prevención primaria de la caries dental centrada en la educación dietética con alimentos funcionales. Dimensión Actitudinal 2

Niveles	Dimensión Actitudinal 2							
	Indicador 2,1				Indicador 2,2			
	Preprueba		Postprueba		Preprueba		Postprueba	
	No.	%	No.	%	No.	%	No.	%
Muy favorable	2	6,1	9	27,3	0	0	8	24,2
Favorable	5	15,2	17	51,5	5	15,2	19	57,6
Medianamente favorable	6	18,2	5	15,2	6	18,2	4	12,1
Poco favorable	11	33,3	2	6,1	12	36,4	2	6,1
No favorable	9	27,3	0	0	10	30,3	0	0
Total	33	100	33	100	33	100	33	100

Fuente: Entrevista a los estudiantes.

En la dimensión procedimental, en la preprueba, los indicadores 3,1 evidenció el nivel no favorable en 10 adolescentes (30,3 %). Además, 12 adolescentes (36,4 %) evidenciaron prácticas no favorables del cepillado bucodental (indicador 3,2). Después de aplicada la estrategia educativa, según los indicadores 3,1 y 3,2, predominó un nivel favorable en 17 adolescentes (51,5 %) y 13 adolescentes (39,4 %), respectivamente, en la muestra de participantes (Tabla 3).

Tabla 3 Determinación de las prácticas en adolescentes sobre la prevención primaria de la caries dental centrada en la educación dietética con alimentos funcionales.

Dimensión Procedimental 3

Niveles	Indicador 3,1				Indicador 3,2			
	Preprueba		Posprueba		Preprueba		Posprueba	
	No.	%	No.	%	No.	%	No.	%
Muy favorable	2	6,1	11	33,3	0	0	10	30,3
Favorable	4	12,1	17	51,5	3	9,1	13	39,4
Medianamente favorable	7	21,2	3	9,1	8	24,2	6	18,2
Poco favorable	10	30,3	2	6,1	10	30,3	3	9,1
No favorable	10	30,3	0	0	12	36,4	0	0
Total	33	100	33	100	33	100	33	100

Fuente: Observación a los estudiantes.

DISCUSIÓN

Luego de aplicada la estrategia en la dimensión cognitiva, se observó que los adolescentes demostraron un mejor dominio de los conocimientos que les fueron transmitidos, mostraron claridad en cuanto a la educación dietética y la relación de los alimentos funcionales con la caries dental, así como que la estrategia educativa fue viable. Se coincide con la investigación de Lima et al.,⁽¹²⁾ donde los estudiantes encuestados presentaron limitados conocimientos sobre alimentación y nutrición como procesos inherentes a la vida humana, que determinan la educación alimentaria y nutricional como un factor básico para evitar enfermedades que repercuten en su salud.

También se concuerda con los resultados obtenidos por López et al., ⁽¹³⁾ que, con respecto a los conocimientos sobre dieta cariogénica, al inicio de la investigación, ninguno de los estudiantes presentó un nivel de conocimientos adecuado; el 100 % desconocía que el consumo de dulces y carbohidratos, la frecuencia y consistencia de los alimentos influye en la aparición de la caries dental. Después de la intervención educativa, se logró un cambio a adecuado en el 30,2 % de los estudiantes, quienes adquirieron conocimientos básicos sobre este tema. También se coincide con Castro et al., ⁽¹⁴⁾ quien al aplicar un programa educativo sobre caries dental obtuvo que antes de la intervención el 46,3 % identificaba algún alimento cariogénico y ya después de la misma el 100 % de los estudiantes logró responder de manera correcta las preguntas relacionadas con la identificación de alimentos cariogénicos.

Se concuerda además con Leyva et al., ⁽¹⁵⁾ que luego de realizar una intervención educativa, el 73,9 % logró alcanzar conocimientos sobre la ingestión de alimentos ricos en azúcar, harina, vegetales o frutas, de un 56,5 % que conocían antes de la aplicación de la misma. Se coincide también con Vázquez et al., ⁽¹⁶⁾ que después de aplicar una intervención educativa sobre salud bucal dirigida a adolescentes con discapacidad intelectual leve obtuvo que el 100 % de los mismos reconocieron la influencia de los dulces y las golosinas en la salud oral.

Datos similares reporta el estudio de López et al., ⁽¹⁷⁾ donde después de aplicada una intervención educativa los conocimientos acerca de la dieta cariogénica variaron de un 84,27 % insuficientes a un 97,74 % adecuados.

En cuanto a las actitudes se difiere de los resultados encontrados por Koctong, ⁽¹⁸⁾ donde el 83,56 % de los adolescentes presentaron una actitud positiva sobre la salud bucal sin ser sometidos a programa educativos, el cual analizó las actitudes con respecto a la salud bucal de forma general. Con respecto a la dimensión procedimental, datos similares reporta el estudio de Castro et al., ⁽¹⁴⁾ donde antes de la aplicación de un programa educativo sobre caries dental se obtuvo que el 41,8 %, respondió acertadamente que realizaba el cepillado después de ingerir alimentos dulces seguido de la frecuencia de ingestión de dichos alimentos con el 38,2 %, lo que fue revertido en ambos casos al 92,7 %.

Por otro lado, se discrepa con investigaciones que se limitan a evaluar conocimientos sin implementar programas o estrategias que contribuyan a mejorar el cuidado de la salud bucal. Un ejemplo es el estudio realizado por Sotomayor et al., ⁽¹⁹⁾ cuyo diagnóstico inicial reveló que más de la mitad de los niños consumían cuatro o más veces alimentos con azúcares libres durante el día, entre comidas. Este consumo estaba compuesto principalmente por productos de confitería y jugos azucarados. En contraste, la investigación realizada por De Gouveia et al., ⁽²⁰⁾ presentó resultados diferentes: el 70 % de los niños no incurrían en esta práctica, mientras que el 15 % consumía dulces de manera ocasional y otro 15 % lo hacía con frecuencia. Estas diferencias subrayan la impor-

tancia de no solo diagnosticar, sino también desarrollar intervenciones educativas para abordar estos hábitos.

Por otro lado, se discrepa con las investigaciones que solo se limitan a evaluar conocimientos y no realizan programas o estrategias que ayuden a mejorar el cuidado de la salud bucal como es la investigación realizada por Sotomayor et al.,⁽¹⁹⁾ que arrojó en su diagnóstico inicial que un poco más de la mitad de los niños consumían cuatro o más veces alimentos con azúcares libres durante el día, especialmente entre comidas, consistentes en productos de confitería y jugos azucarados, así se encuentra la realizada por De Gouveia et al.,⁽²⁰⁾ quien presentó resultados distintos a Sotomayor et al.,⁽¹⁹⁾ que muestra en los resultados de su diagnóstico que la ingesta de dulces entre comidas era baja, con un 70 % que no incurren en esta práctica, un 15 % que a veces consumía dulces y un 15 % que consumía dulces con frecuencia.

A criterio de los autores durante la adolescencia se desarrollan actitudes y prácticas desfavorables relacionados con hábitos dietéticos incorrectos, que constituye un factor etiológico en la aparición de la caries dental, de ahí la importancia de la educación para la salud y la motivación en estas edades para implementar modos y estilos de vida saludables, y a su vez modificar las prácticas con respecto a los hábitos dietéticos. La juventud es la mejor época para el desarrollo de hábitos que pueden ser cooperativos y flexibles, sin descuidar el rol de los padres de familia en la formación y educación alimentaria, asimismo, hay que explicarles los beneficios y preparación de los alimentos adecuados para su crecimiento y fortalecimiento de su salud personal y bucal.

Con respecto a las prácticas relacionadas con un patrón dietético favorable en los adolescentes, se concuerda con Alcaraz y Velásquez,⁽²¹⁾ quienes encontraron que las prácticas alimentarias eran poco saludables en ciertos grupos de alimentos fundamentales para esta etapa de la vida. De manera similar, Lima et al.,⁽¹²⁾ evidenciaron que los estudiantes encuestados tenían conocimientos limitados sobre alimentación y nutrición, lo que resalta la importancia de la educación alimentaria y nutricional como un factor clave para evitar enfermedades que afectan la salud.

Las prácticas del cepillado bucodental se observan como respuestas a un estímulo, lo que las convierte en acciones concretas. En el estudio, la mayoría de los adolescentes realizaba el cepillado con una frecuencia de cero a tres veces al día y de forma mixta. De manera similar Polo y Serín,⁽²²⁾ reportaron prácticas desfavorables en general, con un 37,9 % en un nivel bajo y un 51,6 % en un nivel regular, resultados que coinciden con los hallazgos del estudio.

A su vez difieren de los realizados por Villaseca,⁽²³⁾ donde el 54 % de los participantes en el estudio presentaban una correcta frecuencia de cepillado dental.

Se coincide con Alcaina et al.,⁽²⁴⁾ en que durante la adolescencia se modelan las conductas que dañan o favorecen la salud, por lo que esta etapa de la vida es la más adecuada para potenciar la responsabilidad del autocuidado y los buenos hábitos.

Los autores consideran que la estrategia educativa es básica en la promoción de salud, pues se ocupa de obtener experiencias sistematizadas de conceptos que luego serían transmitidos de generación en generación y servirían para subsistir. Una de las principales vías de conservar y mejorar la salud bucal.

La estrategia educativa aplicada se encuentra en concordancia con la investigación de Castillo et al.,⁽²⁵⁾ que plantean que, en la estomatología actual, cada vez más preventiva, es necesario emplear estrategias con acciones educativas para que los adolescentes se conviertan en multiplicadores de los mensajes promotores de salud bucodental y salud general en su comunidad.

CONCLUSIONES

Los conocimientos, actitudes y prácticas después de aplicada la estrategia educativa, corroboró su contribución al perfeccionamiento de la prevención primaria de la caries dental en adolescentes centrada en la educación dietética con alimentos funcionales.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Colimon K. Niveles de prevención. Archivos de Medicina [Internet]. 2010 [citado 25 Mar 2010]. Disponible en: <http://issuu.com/viejo03/docs/nameb7c044>
2. Ladera Castañeda MI, Medina Sotelo CG. Oral health in Latin America: A view from public policies. Salud, Ciencia y Tecnología [Internet]. 2023 [cited 2024 Jul 16]; 3:340. Available from: <https://revista.saludcyt.ar/ojs/index.php/sct/article/view/340>
3. Márquez-Pérez K, Zúñiga-López CM, Torres-Rosas R, Argueta-Figueroa L. Reported prevalence of dental caries in Mexican children and teenagers. Rev Med Inst Mex Seguro Soc [Internet]. 2023 [cited 2024 Mar 25];61(5):653-660. Available from: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/?term=prevalencia+de+caries+dental+en+adolescentes&sort=date>
4. Tungare S, Paranjpe AG. Diet and Nutrition to Prevent Dental Problems. [Internet]. StatPearls Publishing; 2024 [cited 2024 Mar 25]. Available from: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/?term=diet%20cariogenic&sort=date&page=2>
5. Dalla Nora Â, Knorst JK, Comim LD, Racki DNO, Alves LS, Zenkner JEDA. Factors associated with a cariogenic diet among adolescents: a structural equation modeling approach. Clin Oral Investig [Internet]. 2023 [cited 2024 Mar 25]; 27(1):213-220. Available from: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/?term=diet%20cariogenic&sort=date&page=4>
6. Fernández CE, Silva-Acevedo CA, Padilla-Orellana F, Zero D, Carvalho TS, Lussi A. Should We Wait to Brush Our Teeth? A Scoping Review Regarding Dental Caries and Erosive Tooth Wear Caries Res [Internet]. 2024 [cited 2024 Mar 25]; 17:1-14. Available from: <http://revistaamc.sld.cu/>

<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/?term=dieta+cariogenica&sort=date>

7. Rivas Pajuelo S, Saintila Jacksaint, Rodríguez Vásquez M, Calizaya-Milla YE, Javier-Aliaga DJ. Conocimientos, actitudes y prácticas de alimentación saludable e índice de masa corporal en adolescentes peruanos: un estudio transversal. Rev Esp Nutr Hum Diet [Internet]. 2021 [citado 8 Jun 2024] ; 25(1): 87-94. Disponible en:

http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S217451452021000100087&lng=es

8. Rodrigo Vera M, Ejeda Manzanera JM. Food/nutrition education in the teaching degree curriculum: a study on changes in knowledge and eating habits Nutr Hosp. [Internet]. 2020 [cited 2024 Mar 25]; 37(4):830-837.

Available from: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/?term=educacion+alimentaria+y+nutricional+&sort=date>

[term=educacion+alimentaria+y+nutricional+&sort=date](https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/?term=educacion+alimentaria+y+nutricional+&sort=date)

9. Buchtik Efimenco N, Lamas MV. Probióticos en la prevención de caries. Salud Mil [Internet]. 2019 [citado 19 Ene 2023]; 38(2):73-2. Disponible en:

<https://revistasaludmilitar.uy/ojs/index.php/Rsm/article/view/58>.

10. Gómez-López A. Microbioma, salud y enfermedad: probióticos, prebióticos y simbióticos. Biomédica. [Internet]. 2019 [citado 14 Ene 2022]; 39(4): 617- 621. Disponible en:

http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0212-4157019000400617&lng=en.

11. Rizo Cabrera C, Campistrous Pérez L. Sobre las Hipótesis y las preguntas científicas en los trabajos de investigación. Desafío Escolar. Revista Iberoamericana de Pedagogía.5; 2001

12. Lima Rodríguez AL, Hernández Barrenechea AL, Martínez González LE. La educación alimentaria y nutricional: un estudio descriptivo en la formación del docente de Biología. Rev Méd Electrón [Internet]. 2021[citado 2 Mar 2024];43(2). Disponible en:

<http://www.revmedicaelectronica.sld.cu/index.php/rme/article/view/4114/5067>

13. López Martin D, Santos García Y, Cubero González R, Torres Gárriz LI, López Viamonte N, Guerra López W. Oral health educational intervention in schoolchildren from the Venezuela municipality, Ciego de Ávila, 2018. Medisur[Internet]. 2023 [cited 2024 Mar 2];21(4): 765-776. Available from:

[http://scielo.sld.cu/scielo.php?](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1727897X2023000400765&lng=es)

[script=sci_arttext&pid=S1727897X2023000400765&lng=es](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1727897X2023000400765&lng=es). Epub 30-Ago-2023.

14. Castro Gutiérrez I, Torrecilla Venegas R, Carmenate-Meneses R, Morgado-Marrero DE, Toledo-Ponce N. Programa educativo sobre caries dental en niños de quinto grado del municipio La Sierpe. Rev Ciencias Médicas [Internet]. 2022 [citado 2 Mar 2024]; 26(1): e5357. Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S156131942022000100014&lng=es. Epub 01-Ene-2022.

15. Leyva-Brooks S, Matos-Gamboa JC, Sánchez-Fernández NE. Intervención educativa sobre prevención de caries dental en una escuela primaria. Gac méd estud [Internet]. 2021 [citado 2 Mar 2024]; 2(1):e90. Disponible en: <https://revgacetaestudiantil.sld.cu/index.php/gme/article/view/8>

<http://revistaamc.sld.cu/>

16. Vázquez Isla D, Reyna Leyva A, Mesa Pupo M, Pérez Vera A, Correa Ávila C. Intervención educativa sobre salud bucal dirigida a adolescentes con discapacidad intelectual leve. CCM [Internet]. 2022 [citado 15 Feb 2024]; 26 (2) Disponible en: <https://revcocmed.sld.cu/index.php/cocmed/article/view/4157>
17. López Pozo K, Vázquez-González LA, Miguel Betancourt M, Batista Molina I, Fernández Rodríguez DB. Intervención educativa sobre caries dental en adolescentes de la Secundaria Básica Urbana "Wenceslao Rivero Pérez". Las Tunas, 2019. Inmedsur [Internet]. 2020 [citado 16 Ago 2023]; 3(2): 9-17. Disponible en: <http://www.inmedsur.cfg.sld.cu/index.php/inmedsur/article/view/72>
18. Koctong Choy A. Conocimiento y actitud en salud bucal en adolescentes de instituciones educativas estatales. Revista Odontológica Basadrina [Internet]. 2023 [citado 4 Sep 2024]; 7(1): 29-37. Disponible en: <https://revistas.unjbq.edu.pe/index.php/rob/article/view/1730/2029C>
19. Sotomayor Ortellado R, Matiauda Otaño A, Ferreira Cabañas A, Canese Krivoshein A. Dieta, higiene bucal y riesgo de caries dental en niños escolares de Concepcion, durante el confinamiento por COVID-19. Pediatr. (Asunción) [Internet]. 2021 [citado 17 Jun 2023]; 48(1): 65-72. Disponible en: http://scielo.iics.una.py/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S168398032021000100065&lng=en
20. De Gouveia MJ, Pantet N, Alberti Y, López L. Riesgo de caries dental en niños de 9 a 11 años: Escuela Bilingüe El Ocaso, Panamá. Rev-RIC [Internet]. 2021 [citado 17 Ene 2023]; 6:111-6. Disponible en: <https://revistas.utp.ac.pa/index.php/ric/article/view/3163>
21. Alcaraz Martínez SB, Velázquez Comelli PC. Prácticas alimentarias y estado nutricional en adolescentes de un centro educativo privado subvencionado de la ciudad de Luque en agosto de 2019. Rev cient cienc salud [Internet]. 2021 [citado 17 Oct 2023]; 3(2): 26-38. Disponible en: http://scielo.iics.una.py/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S266428912021000200026&lng=en
22. Polo Gonzáles AL, Serin Espejo LA. Programa Educativo Virtual Sonrisas Felices en la Adopción de Buenas Prácticas en Salud Bucal Escolar [tesis doctoral]. Perú: Universidad Nacional de Trujillo. Facultad de Enfermería; 2021 [citado 21 Feb 2022];. Disponible en: <https://dspace.unitru.edu.pe/handle/UNITRU/18683>
23. Villaseca Zavala A. Impacto de un programa virtual sobre salud bucal en tiempos de pandemia Covid-19 en adolescentes de la I.E.P "Diego Thomson"-Sullana-Perú 2021 [tesis]. Perú: Universidad Nacional de Piura. Facultad de Ciencias de la Salud. Escuela Profesional de Estomatología; 2021 [citado 21 Feb 2022];. Disponible en: <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12676/2856>
24. Alcaina Lorente A, Saura López V, Pérez Pardo A, Guzmán Pina S, Cortés Lillo O. Salud oral: influencia de los estilos de vida en adolescentes. Rev Pediatr Aten Primaria [Internet]. 2020 [citado 21 Feb 2022]; 22(87):251-61. Disponible en: https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1139-76322020000400005
25. Castillo Ortiz S, Parejo Maden D, Montoro Ferrer IY, Mayán Reina G, Renda Valera L. Intervención educativa sobre salud bucal en adolescentes de secundaria. Invest Medicoquir [Internet]. 2020 <http://revistaamc.sld.cu/>

[citado 21 Feb 2022];12(2). Disponible:

<http://www.medigraphic.com/cgi-bin/ne/resumen.cgi?IDARTICULO=98644>

CONFLICTOS DE INTERESES

Los autores declaran no tener conflicto de intereses.

DECLARACIÓN DE AUTORÍA

Lilian Joaquina Vilvey-Pardillo (Conceptualización. Curación de datos. Investigación. Metodología. Visualización. Redacción–borrador original. Redacción–revisión y edición).

Dianelis Marín-Manso (Conceptualización. Curación de datos. Análisis formal. Investigación. Metodología. Visualización. Redacción–borrador original. Redacción–revisión y edición).

Liuba Díaz-Valdés (Curación de datos. Análisis formal. Investigación. Metodología. Visualización. Redacción–borrador original. Redacción–revisión y edición).