UNIVERSIDAD DE COSTA RICA

Imparten educación bucodental a adultos mayores

25 MAY 2007

Las estudiantes de odontología les demostraron a las personas participantes en los talleres la forma adecuada de cepillarse los dientes.

Un gran interés por aprender y cambios importantes en sus hábitos de higiene bucal y de alimentación son los principales resultados que destacan los especialistas de la Facultad de Odontología, al referirse a un proyecto educativo que desarrollaron en los cantones de Goicoechea, Coronado, Desamparados, Montes de Oca y Curridabat, con personas adultas mayores.

Se trata del proyecto denominado Educación bucodental a la población adulta mayor del Área Metropolitana, inscrito en la Vicerrectoría de Acción Social y dirigido por la Dra. Olga

Marta Murillo Bolaños, el cual contó con la participación de estudiantes de último año de carrera.

El trabajo lo realizaron en Goicoechea, Desamparados, Coronado, Montes de Oca y Curridabat.

Con apoyo del personal de los Ebais para invitar a los pacientes de esos cantones, efectuaron charlas educativas, con material audiovisual de apoyo. Además elaboraron un cuestionario que les permitió conocer las prácticas cotidianas de higiene y salud bucodental de las personas participantes.

En cada cantón realizaron dos sesiones, para medir el impacto de esos procesos educativos en el cambio de actitudes y de hábitos de higiene.

Esta propuesta surgió a partir de los resultados obtenidos en un estudio epidemiológico que concluyó la Dra. Murillo en el 2004, sobre la prevalencia de caries dental radicular en la población adulta mayor del Área Metropolitana. Entre los más importantes están la falta de dientes, una alta prevalencia de caries radicular (en raíz) y una gran necesidad de rehabilitación de las prótesis.

Con esos resultados se evidenció un alarmante deterioro de la salud bucodental de la mayoría de las 1.500 personas estudiadas, con excepción de las habitantes de San Pedro de Montes de Oca.

Para la Dra. Murillo la falta de piezas dentales afecta a las personas en su parte social, cultural y física, porque se avergüenzan frente a los demás, se abstienen de reír y sonreír, de compartir, de asistir a actividades sociales, además del problema gástrico que se les genera, al no poder masticar bien los alimentos.

Por esa razón, al concluir ese trabajo, se dio a la tarea de organizar un proyecto que le permitiera ofrecer la educación necesaria para cambiar hábitos y prácticas dañinas.

Talleres educativos

La Dra. Olga Marta Murillo pudo compartir con las personas que asistieron a los talleres educativos.

Las 127 personas que tomaron parte en las sesiones educativas aprendieron que no es recomendable dormir con las prótesis dentales y que éstas deben lavarlas con un cepillo de uñas y con jabón líquido (nunca con el cepillo de dientes ni con pasta dental), para que no adquieran malos olores.

Una de las recomendaciones que les resultó de mucha utilidad es la de usar gasas o cepillos interproximales, cuando quedan piezas separadas.

También se les enseñó la importancia de una alimentación balanceada, de ingerir suficiente agua y disminuir el consumo de te y café; y de cómo combatir la resequedad de la boca, provocada por el consumo de medicamentos.

La Dra. Murillo informó que después de las sesiones educativas aumentó en la población participante el uso del hilo dental de un 38% a un 67%, así como el uso de los enjuagues bucales, pues aumentó en ellos la preocupación por el mal aliento. También mejoró el correcto uso del cepillo dental.

Además aprendieron que la vejez no significa pérdida de piezas dentales, sobre todo si se cumple con una adecuada higiene y con la revisión periódica de un profesional.

A los participantes se les entregó material impreso con la información de los diferentes temas abordados en los talleres, para que compartieran con sus familiares.

De acuerdo con los datos aportados por las personas participantes, la mayoría son de escasos recursos económicos, no tienen mucho acceso a los servicios odontológicos, salvo

cuando se les presenta una emergencia odontológica, que hacen un esfuerzo y acuden al servicios privado.

La Dra. Murillo aclaró que la Ley N° 7935 estipula que las personas adultas mayores deben recibir atención integral y que la Caja Costarricense de Seguro Social debe ofrecerle los servicios.

La especialista detalló que hay personas con prótesis totales que las usan por décadas, aun cuando estén fracturadas y mal adaptadas.

Finalmente comentó que los estudiantes participantes en la experiencia educativa enriquecieron mucho su formación en el campo gerontológico y geriátrico.

Lidiette Guerrero Portilla.
Periodista Oficina de Divulgación e Información
lgportil@cariari.ucr.ac.cr