



## Hábitos de salud bucal en una población

### Oral health habits in a population

Marisleisys Rodríguez-Pérez<sup>1</sup>  

<sup>1</sup>U Universidad de Ciencias Médicas de Sancti Spíritus, Facultad de Ciencias Médicas ``Dr. Faustino Pérez Hernández``. Sancti Spíritus. Cuba.

Citar como: Rodríguez Pérez M. Hábitos de salud bucal en una población. Policlínico Pedro del Toro. Rev Colum Med[Internet]. 2022 [citado: Fecha de acceso];1(1):e52. Disponible en: <http://www.revcolumnamedica.sld.cu/index.php/columnamedica/article/view/1>

#### RESUMEN

**Introducción:** La salud bucodental depende de los hábitos y actitudes de las personas y comunidades.

**Objetivo:** Describir los hábitos de salud bucal en una población.

**Método:** Se realizó un estudio observacional descriptivo de corte transversal, en junio de 2021, el universo quedó constituido por 115 pacientes, de ellos se seleccionó una muestra aleatoria de 45, pertenecientes a La Sierpe, Sancti Spíritus, se les realizó una encuesta sobre las variables: sexo, edad, escolaridad, frecuencia y forma del cepillado; cepillado más importante, remplazo del cepillo; uso del hilo dental, última visita al estomatólogo; motivo más frecuente y percepción de las consultas, autoexamen bucal; dieta cariogénica y tabaquismo. Los datos se procesaron en formato digital y se utilizaron tablas de frecuencias.

**Resultados:** Predominó el sexo femenino con el 73.3 % y las edades de 18 a 39 años con 42.2 %, el 64.4 % tuvo el nivel medio superior; el 51.1 % cepilla sus dientes 3 o más veces al día, El 80 % consideró más importante el cepillado antes de dormir; el 15.6 % empleó hilo dental, 66.7 % realizó su última visita al estomatólogo hizo más de un año; 37.8 % conoció el autoexamen bucal; pero el 13.3 % lo realizó ,el 62.2 % consumió pocos alimentos azucarados y el 20 % era fumador.

**Conclusiones:** Los hábitos de salud bucal son ineficientes, la práctica del autoexamen bucal, el uso del hilo dental y las consultas preventivas al estomatólogo; esto indica la necesidad de intervenciones educativas.

**Palabras clave:** salud bucal, higiene bucal, hábitos.

#### ABSTRACT

**Introduction:** Oral health depends on the habits and attitudes of people and communities.

**Objective:** To describe the oral health habits in a population.

**Method:** A cross-sectional descriptive observational study was carried out in June 2021, the universe of which was made up of 115 people from buildings 6, 7 and 8 belonging to CMF # 14 of La Sierpe, Sancti Spíritus. The sample was made up of 45 people chosen randomly, a survey was conducted on the following variables: sex, age, education, frequency and form of brushing, most important brushing, replacement of the toothbrush, use of dental floss, last visit to the stomatologist, most frequent reason and perception of consultations, oral self-examination, cariogenic diet and smoking. The data was processed in digital format using frequency tables.

**Results:** The female sex predominated with 73.3% and the age group from 18 to 39 years with 42.2%. 64.4% have reached the upper average level. 51.1% brush their teeth 3 or more times a day. 80% consider brushing before going to sleep more important. Only 15.6% use dental floss. 66.7% made their last visit to the stomatologist more than a year ago. 37.8% know about the oral self-examination but only 13.3% perform it. 62.2% consume sugary foods infrequently and 20% are smokers.

**Conclusions:** Oral health habits are inefficient, especially oral self-examination, flossing and preventive visits to the stomatologist, indicating the need for educational interventions.

**Keyword:** oral health, oral hygiene, habits.



## INTRODUCCIÓN

La salud, según la Organización Mundial de la Salud (OMS), se define como: “el estado completo de bienestar físico, mental y social, no solo la ausencia de enfermedades”. En este sentido la salud bucodental es un componente fundamental de la salud general, influenciada por los valores y actitudes de las personas y comunidades. <sup>(1,2)</sup>

Un hábito es una práctica, costumbre o cualquier comportamiento repetido que en determinadas ocasiones, pueden llegar a ser dañinos para el hombre. Es importante tener una correcta actitud de prevención con adecuados hábitos de higiene bucal, mejora así nuestra salud y la calidad de vida. <sup>(3,4)</sup>

Las enfermedades bucales se encuentran entre las más prevalentes del mundo, con una alta incidencia y un fuerte impacto en la población, debido al dolor, malestar, limitación, discapacidad social y funcional que pueden producir, constituye un importante problema de la salud pública. <sup>(5-8)</sup> Las principales enfermedades bucales como la caries dental, las periodontopatías y el cáncer bucal pueden ser prevenibles si se adoptan hábitos y estilos de vida saludables. <sup>(9)</sup>

Las enfermedades periodontales junto con la caries dental son las enfermedades más frecuentes que afectan los dientes y tejidos circundantes. Según la OMS la caries dental afecta entre el 95 y 100 % de la población mundial, resultados similares presentan estudios. <sup>(10-13)</sup> en Cuba, donde se estima que la prevalencia de caries aumenta con la edad, hasta llegar a un 98 % en adultos de 35 a 44 años.

El cáncer bucal constituye la sexta causa de muerte más frecuente en el mundo y en Cuba, estadísticas que apuntan a un ascenso de su incidencia y mortalidad. La mayoría de estos pacientes llega a la consulta estomatológica en períodos avanzados de la enfermedad. <sup>(5,14-16)</sup>

Entre los métodos de autocuidado más importantes se destaca la higiene bucal, se logra con una técnica correcta de cepillado, con pasta dental complementada con flúor, después de cada comida se hace énfasis en el cepillado antes de dormir, durante siete horas de sueño se desarrolla y crece la flora bacteriana productora de caries, en el medio ácido bucal que no puede modificarse en las horas de reposo. <sup>(3, 10, 17,18)</sup>

Es importante el remplazo del cepillo dental cada tres meses o antes si las cerdas se deshilachan. Otro método es el uso del hilo dental para remover la placa bacteriana alojada en los espacios interdentes; esto evita el riesgo de la caries interproximal. Las visitas

al odontólogo deben hacerse dos veces por año, pues las revisiones periódicas permiten detectar los factores de riesgos. Se debe limitar el consumo de refrescos azucarados, zumos y dulces, sobre todo entre las comidas y al acostarse; la frecuencia de su ingestión es más importante que la cantidad ingerida de una vez. <sup>(3, 10, 17,18)</sup>

En el caso de tratamientos, prótesis u ortodoncia hay que poner una atención especial en la higiene dental. Se debe evitar el consumo de tabaco, además de manchar los dientes y encías está muy relacionado al cáncer bucal. De igual manera es importante realizar el autoexamen bucal de forma sistemática y correcta. <sup>(3, 10, 17,18)</sup>

Debido a la importancia que tienen estos comportamientos y estilos de vida, en la prevención de las enfermedades bucales este estudio se propone describir los hábitos de salud bucal en una población.

## MÉTODO

Se realizó un estudio observacional descriptivo de corte transversal en una población residente en los edificios 6, 7 y 8 pertenecientes al CMF#14 que se subordina al Policlínico “Rosa Elena Simeón Negrín,” en el Consejo Popular de La Sierpe, provincia Sancti Spíritus, en junio de 2021.

El universo estuvo constituido por la totalidad de los habitantes pertenecientes a estos edificios, 115 personas, la muestra quedó conformada por 45 de ellas, que se eligieron de forma aleatoria y cumplieron con los criterios de inclusión, pertenecer al CMF#14 que aceptaron responder las interrogantes planeadas en la encuesta, tener más de 15 años de edad; contar con buenas condiciones psíquicas y mentales, bajo la premisa del consentimiento informado.

Se diseñó y aplicó una encuesta para recabar información sobre las siguientes variables:

- Sexo: variable dicotómica, se consideró femenino y masculino.
- Edad: para el análisis de los datos se agruparon en tres grupos de 18 a 39 años, de 40 a 59 y de 60 o más.
- Nivel de escolaridad: se consideró nivel primario, nivel secundario, nivel medio superior y nivel superior.
- Cepillado dental: para evaluar este hábito se realizó la pregunta: ¿Cuántas veces al día cepilla sus dientes? Se consideraron las respuestas: 4 veces, 3, 2 y 1 vez.

- Cepillado más importante: para esta variable se empleó la pregunta. ¿Cuál de esas veces considera usted más importante? Se consideraron las respuestas: al levantarse (incorrecto) y antes de dormir (correcto).

- Forma del cepillado: se empleó la pregunta ¿De qué forma cepilla sus dientes?, se consideraron las respuestas: horizontal (incorrecto) y vertical (correcto).

- Reemplazo del cepillo dental: se empleó la pregunta: ¿Cada qué tiempo cambia su cepillo dental? Se consideraron las respuestas: 3 meses (eficiente), 6 meses o más y solo cuando está en mal estado (estas dos últimas, ineficientes).

- Uso de hilo dental: se empleó la pregunta: ¿Luego del cepillado utiliza el hilo dental?, se consideraron la respuesta dicotómica: si (eficiente) y no (ineficiente).

- Tiempo transcurrido de la última visita al estomatólogo: se empleó la pregunta: ¿Cuándo realizó su última visita al estomatólogo?, se consideraron las respuestas: menos de 6 meses (bueno), entre 6 meses y un año (regular) y más de un año (malo).

- Motivo de las visitas al estomatólogo: se empleó la pregunta: ¿Por qué motivo la consulta al estomatólogo?, consideraron las respuestas: dolor, restauración defectuosa, revisiones periódicas y otros (prótesis, ortodoncia o periodoncia).

- Conocimiento del autoexamen bucal: se empleó la pregunta: ¿Conoce usted en qué consiste el autoexamen bucal? Se consideró la respuesta dicotómica: si o no.

- Realiza el autoexamen bucal: se empleó la pregunta: ¿Realiza usted el autoexamen bucal?, se consideró la respuesta dicotómica: si o no.

- Dieta cariogénica: se empleó la pregunta ¿Con qué frecuencia consume alimentos azucarados? razonaron las respuestas: poco (correcto) y frecuente (incorrecto).

- Tabaquismo: se empleó la pregunta ¿Fuma?, se consideró la respuesta dicotómica: si o no.

- Percepción de las visitas al estomatólogo: se empleó la pregunta: ¿Cuál es su percepción de las visitas al estomatólogo?, se consideraron las respuestas: agradable, indiferente y temor.

Los datos fueron analizados con el programa estadístico de Microsoft Excel 2016, donde se confeccionó una base de datos. Para medir las variables de estudio se emplearon frecuencias absolutas, relativas, acumuladas y las medidas de tendencia central como media y moda.

Una vez realizado el análisis de los datos procesados, estos se presentaron en tablas de frecuencia absoluta y relativa.

## RESULTADOS

Predominó el sexo femenino en un 73.3 %, con respecto al masculino 26.7 %. El grupo de edad que más aportó al estudio fue el de 18 a 39 años, con 42.2 %; aunque la edad promedio fue de 47 años. El 64.4 % de la muestra hubo alcanzado el nivel medio superior. En cuanto a los hábitos de higiene bucal, el 51.1 % cepilló sus dientes 3 o más veces al día, seguido del 44.5 % que lo realizó 2 veces.

La mayoría de los encuestados, 80 % consideró que el cepillado antes de dormir es el más importante, 55.6 % se cepilló en sentido vertical; 44.4 % lo efectuó de forma horizontal, 46.7 % reemplazó su cepillo dental cada 3 meses, 53.3 % lo hizo en un tiempo mayor o cuando se encontró en mal estado 15.6 %; empleó hilo dental luego de cepillarse, tabla 1.

**Tabla 1.** Distribución de las variables de la muestra (n y %)

VARIABLES	n	%
<b>Sexo</b>		
Femenino	33	73.3
Masculino	12	26.7
<b>Edad</b>		
18 - 39	19	42.2
40 - 59	13	28.9
60 y más	13	28.9
<b>Escolaridad</b>		
Nivel Primario	3	6.7
Nivel Secundario	13	28.9
Nivel Medio Superior	22	48.9
Nivel Superior	7	15.5
<b>Cantidad de veces que se cepilla/día</b>		
4 veces/día	2	4.4
3 veces/día	21	46.7
2 veces/día	20	44.5
1 vez/día	2	4.4
<b>Cepillado más importante</b>		
Al levantarse	9	20
Antes de dormir	36	80
<b>Forma del cepillado</b>		
Horizontal	20	44.4
Vertical	25	55.6

Reemplazo del cepillo dental		
3 meses	21	46.7
6 meses o más	16	35.5
Mal estado	8	17.8
Uso de Hilo dental		
Sí	7	15.6
No	38	84.4

Fuente: Base de datos confeccionada

El 22.2 % realizó una visita al estomatólogo en el último semestre, el 77.8 % hizo más de seis meses que no acudió a consultas; entre ellos la gran mayoría realizó su última visita a más de un año, 46.7 % acudió a las consultas de estomatología por dolor, seguido del 20 % por restauraciones defectuosas; el 17.8 % asistió para revisiones periódicas, 37.8 % conoció el autoexamen bucal; 13.3 % lo realizó. La mayor parte consumió con poca frecuencia alimentos azucarados, el 62.2 % de la muestra, el 20 % fue fumador, tabla 2.

Tabla 2. Distribución de las variables de la muestra (n y %)

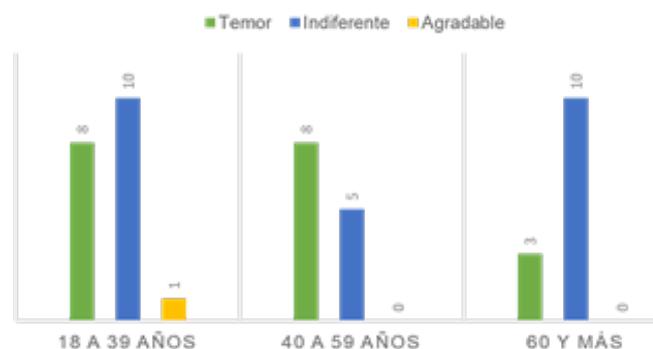
Variables	n	%
Tiempo transcurrido de la última visita al estomatólogo		
Menos de 6 meses	10	22.2
Entre 6 meses y 1 año	5	11.1
Más de 1 año	30	66.7
Motivo		
Dolor	21	46.7
Restauración defectuosa	9	20
Revisión periódica	8	17.8
Otros (prótesis, ortodoncia, periodoncia)	7	15.5
Conocimiento del autoexamen bucal		
Sí	17	37.8
No	28	62.2
Realiza el autoexamen bucal		
Sí	6	13.3
No	39	86.7
Consumo de alimentos azucarados		
Poco	28	62.2
Frecuente	17	37.8
Tabaquismo		
Sí	9	20
No	36	80
Percepción de las visitas al estomatólogo		

Agradable	1	2.2
Temor	19	42.2
Indiferente	25	55.6

Fuente: Base de datos confeccionada

El 55.6 % de los encuestados se mostró indiferente, con respecto a su percepción de las visitas al estomatólogo, predominaron las sensaciones de temor e indiferencia, gráfico 1.

Gráfico 1. Relación entre la edad y la percepción de las visitas al estomatólogo.



## DISCUSIÓN

En el presente estudio se muestra un predominio del sexo femenino, coincide con los estudios realizados por varios autores; (4, 9, 13, 15,19) aunque algunos no obtienen una marcada diferencia. En cambio, los resultados de ciertos estudios (7,15) reportan una edad promedio de 36 y 30.5 años, de forma respectiva; es menor a la obtenida en esta investigación. El 93.3 % de la muestra tiene alcanzado el nivel secundario de escolaridad, similar al 93.8 % que obtiene un estudio en México. (7)

Se expone un ligero predominio del cepillado diario, 3 o más veces al día, semejante a un estudio realizado (20) que obtiene un 53.9 %, a diferencia de otro (7) que refiere que el 50.4 % de sus encuestados, se cepillan los dientes 1 o 2 veces al día y el 4.1 %, no lo realiza. La mayor parte de la muestra considera más importante el cepillado antes de dormir, esto puede estar dado porque la mayoría tienen un alto grado de escolaridad; de igual manera sobresale el cepillado de forma vertical.

Sobre la frecuencia del reemplazo del cepillo dental el 53.3 % lo cambia en un tiempo igual o mayor a los seis meses o cuando se encuentran en mal estado, la mayoría de los encuestados expresan las dificultades que han tenido en este tiempo de pandemia, para adquirir un nuevo cepillo dental. Los resultados se asemejan a un estudio, (20) donde el 64.8 % reemplazan su cepillo en un tiempo similar; difiere de otras investigaciones, (4,7)

donde la mayor parte de sus encuestados cambiaban el cepillo antes de los seis meses.

El uso del hilo dental es el 84.4 %, refieren no utilizarlo, semejantes son los resultados de varios estudios, <sup>(4, 7, 13, 19,20)</sup> donde la minoría emplea este elemento de higiene interdental. Aún el empleo de otros métodos para complementar la higiene bucal y su importancia es poco conocido entre la población.

Con respecto a la frecuencia de las visitas al estomatólogo coinciden con lo reportado por algunas investigaciones realizadas, <sup>(7, 15, 19,20)</sup> donde la mayoría no asiste a consultas con periodicidad, solo un pequeño porcentaje acude de forma preventiva cada seis meses al estomatólogo.

Por otra parte, el motivo más frecuente de estas visitas resulta ser el dolor con el 46.7 % de los encuestados, seguido de las restauraciones con el 20 %, similar a un estudio <sup>(19)</sup> que a pesar de no tratar el motivo de consulta, obtiene que el 20.4 % de su muestra acude al estomatólogo por el dolor; al contrario de otro <sup>(7)</sup> que plantea las restauraciones dentales como las más mencionadas.

El autoexamen bucal, a pesar de ser una práctica conocida por la población, no se realiza con la calidad y frecuencia que requiere, tal como demuestra este estudio, donde el 37.8 % refiere conocer el autoexamen bucal; pero el 13.3 % afirma practicarlo, es común en el grupo de 18 a 39 años; mientras que con el aumento de la edad, esta práctica desaparece asociado a la pérdida dentaria; pero ello no resta importancia al autoexamen bucal, pues se deben conocer y detectar cualquier anomalía que pueda aparecer en el resto de las estructuras de la cavidad bucal.

Los resultados concuerdan con un estudio, <sup>(7)</sup> donde el 11.9 % conocían y practicaban la técnica de autoexploración bucal, para el diagnóstico precoz del cáncer oral.

En cuanto a la dieta cariogénica, la mayor parte refiere ingerir con poca frecuencia alimentos azucarados, se observa una disminución de la ingesta con el aumento de la edad, esto está asociado a otras comorbilidades, como la diabetes mellitus, en la población mayor de 60 años. Se obtiene que el menor por ciento de la muestra, no presenta el hábito de fumar, concuerda con algunos estudios. <sup>(7, 15,19)</sup>

Poco más de la mitad de la muestra, demuestra una percepción indiferente a las visitas al estomatólogo, se observa el aumento de esta sensación, en los adultos mayores de 60 años; seguido de la sensación de temor en el 42.2 % de los encuestados, sobre todo en el grupo de edades de 40 a 59 años, es un poco inferior en un estudio

realizado <sup>(7)</sup> que obtiene esta sensación, en el 14.7 % de su muestra.

## CONCLUSIONES

Los hábitos de salud bucal son ineficientes, la práctica del autoexamen bucal, el uso del hilo dental y las consultas preventivas al estomatólogo; esto indica la necesidad de intervenciones educativas.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Santoro Lamelas V. La salud pública en el continuo salud-enfermedad: un análisis desde la mirada profesional. RevSalud Pública[Internet]. 2016 [citado 4 Jul 2021]; 18(4): 530-42. Disponible en: <https://www.scielosp.org/article/rsap/2016.v18n4/530-542/>
2. Martínez Abreu J, Gispert Abreu EÁ, Castell-FloritSerrate P, Alfonso Pacheco CLDiagoTrasancos H. Consideraciones sobre el concepto de salud y su enfoque en relación a la salud bucal. RevMedElectrón [Internet]. 2014 Oct [citado 28 Feb 2022 ]; 36( 5 ): 671-80. Disponible en: [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1684-18242014000500015&lng=es](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1684-18242014000500015&lng=es).
3. Gispert Abreu EA, Salas Adam MR. El deber de actuar por la salud bucal y la felicidad. Rev Cubana Estomatol [Internet]. 2021 Mar [citado 28 Feb 2022 ]; 58( 1 ): e3360. Disponible en: [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0034-75072021000100002&lng=es](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-75072021000100002&lng=es).
4. Dho María S. Factores sociodemográficos y culturales asociados a los hábitos de salud bucal en individuos adultos. RevEstomatol Herediana [Internet].2018 Oct [citado 28 Feb 2022 ];28( 4): 259-66. Disponible en: [http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1019-43552018000400007&lng=es](http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1019-43552018000400007&lng=es). <http://dx.doi.org/https://doi.org/10.20453/reh.v28i4.3430>.
5. Laplana de la Torre Y, Cadenas Freixas JL. Prevención del cáncer bucal en el Policlínico Comunitario Arturo Puig Ruiz de Villa. RevHumMed [Internet]. 2020 Ago[citado 28 Feb 2022 ]; 20( 2 ): 382-400. Disponible en: [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1727-81202020000200382&lng=es](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1727-81202020000200382&lng=es).
6. Caballero-García CR, Flores-Alatorre JF, Arenas-Monreal L. Salud bucodental relacionada a la calidad de vida: revisión crítica de los instrumentos de medición. MemInstInvestigCiencSalud

[Internet]. 2017 Aug [citado 28 Feb 2022 ] 15( 2 ): 108-17. Disponible en: <http://scielo.iics.una.py/scielo.php?script=sciarttext&pid=S1812-95282017000200108&lng=en>. [https://doi.org/10.18004/mem.iics/1812-9528/2017.015\(02\)108-117](https://doi.org/10.18004/mem.iics/1812-9528/2017.015(02)108-117).

7. Meza García G. Conocimientos y actitudes de salud buco-dental en población de Oaxaca de Juárez. Revista Mexicana de Estomatología [Internet]. 2019 Ene - Jun [citado 4 Jul 2021]; 6(1): 1-11. Disponible en: <https://www.remexesto.com/index.php/remexesto/article/view/242/438>.

8. MattosVela MA, MoromiNakata H. Salud bucal en América Latina. Odontol Sanmarquina [Internet]. 2020 [citado 4 Jul 2021]; 23(1):3-4. Disponible en: <https://revistasinvestigacion.unmsm.edu.pe/index.php/odont/article/view/17499>.

9. Barranca Enríquez A, Martínez Fuentes A. Salud bucal como parte de mi salud integral. RevMexMed Forense [Internet]. 2020 [citado 4 Jul 2021]; 5(supl 1): 93-6. Disponible en: <https://www.medigraphic.com/cgi-bin/new/resumen.cgi?IDARTICULO=92355>

10. Zambrano-Pincay MV. Programa audiovisual de técnicas de higiene bucal para la Facultad de Odontología de la ULEAM, Ecuador: Artículo de investigación. RCS [Internet]. 2020 Jul [citado 28 Feb 2022]; 3(6):16-23. Disponible en: <https://journalgestar.org/index.php/gestar/article/view/20>.

11. Castro Rodríguez Y. La higiene oral y los efectos de la terapia periodontal mecánica. RevHabanCiencMéd [Internet]. 2021 [citado 4 Jul 2021]; 20(1): e3127. Disponible en: <http://www.revhabanera.sld.cu/index.php/rhab/article/view/3127>

12. Yero Mier IM, Morgado Marrero DE, García Rodríguez M, Mursuli Sosa MZ, Castro Gutiérrez I, Rodríguez Betancourt MC Intervención educativa para la percepción del riesgo a la caries dental en estudiantes de 7.mo grado. Sancti Spíritus. GacMédEspirit [Internet]. 2020 Ago [citado 28 Feb 2022 ] ; 22( 2 ): 51-60. Disponible en: <http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sciarttext&pid=S1608-89212020000200051&lng=es>.

13. Cerrato M, Canales D, Guevara B, Chirinos S, Ramírez R, Espinal T. Frecuencia de caries dentales en pacientes de la clínica odontológica de la Universidad Tecnológica Centroamericana.

Innovare [Internet]. 2019 [citado 4 Jul 2021]; 8(1): 18-26. Disponible en: <https://www.researchgate.net/publication/335041598> Frecuencia de caries dentales en pacientes de la clínica odontológica de la Universidad Tecnológica Centroamericana

14. Castillo Santiesteban YC, Zaldívar Pupo OL, Leyva Infante M, Páez González Y. Comportamiento del cáncer bucal en pacientes adultos mayores, Holguín, Cuba. CCM [Internet]. 2018 [citado 4 Jul 2021]; 22 (3): 422-34. Disponible en: <http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sciarttext&pid=S1560-43812018000300007>.

15. López L, de López A. Conocimientos, actitudes y prácticas de prevención de riesgo del cáncer bucal en población mayor de 15 años. Panamá. RMP [Internet]. 2020 [citado 4 Jul 2021]; 40(1): 9-13. Disponible en: <http://access.revistasmedicas.org/pdf/?j=1&opensource=rev&openpdf>.

16. González Crespo E, Martínez Alonso L, Labrador Falero DM. Intervención educativa sobre cáncer bucal en pacientes adultos mayores en Santa Inés, Venezuela. Rev Ciencias Médicas [Internet]. 2021 [citado 4 Jul 2021]; 25(3): e4836. Disponible en: <http://revcompinar.sld.cu/index.php/publicaciones/article/view/4836>.

17. Rizzo Rubio LM, Torres Cadavid AM, Martínez Delgado CM. Comparación de diferentes técnicas de cepillado para la higiene bucal. Rev CES Odont [Internet]. 2016 [citado 4 Jul 2021]; 29(2): 52-64. Disponible en: <http://www.scielo.org.co/pdf/ceso/v29n2/v29n2a07.pdf>

18. Bosch A. Higiene bucodental. Productos utilizados y recomendaciones básicas. OFFARM [Internet]. 2007 Nov [citado 4 Jul 2021]; 26(10): 64-7. Disponible en: <https://www.elsevier.es/es-revista-offarm-4-articulo-higiene-bucodental-productos-utilizados-recomendaciones-13112891>

19. Varela Centelles P, Bugarín González R, Blanco Hortas A, Varela Centelles A, Seoane Romero JM, Romero Méndez A. Hábitos de higiene oral. Resultados de un estudio poblacional. AnSistSanitNavar [Internet]. 2020 [citado 4 Jul 2021]; 43(2): 217-23. Disponible en: <https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sciarttext&pid=S1137-66272020000200011>

20. Franco Trejo CS, Medrano Cortés E, Falcón Reyes LP, Medrano Rodríguez JC, Ortega Cisneros V. Nivel de autocuidado y enfermedades bucales más frecuentes en pacientes de una clínica universitaria RICS [Internet]. 2017 [citado 28 Feb 2022]; 6(12):1 - 18. Disponible en: <https://www.rics.org.mx/index.php/RICS/article/view/52>

---

## CONFLICTOS DE INTERESES

No existe conflicto de intereses.