

ARTÍCULO CIENTÍFICO

Hábitos alimentarios y su relación con enfermedades de la cavidad oral en escolares

Autores: 1-Giselle Martínez Gutiérrez, 1-Silvana Delvalle, 1-Cynthia Paiva, 1-Catalina Martínez Zárate
Universidad Nacional de Caaguazú, Coronel Oviedo, Paraguay

RESUMEN

Introducción: Los hábitos alimentarios son el conjunto de costumbres que establecen el comportamiento del ser humano en relación con la alimentación y los alimentos. Si los mismos son adecuados, pueden evitar en gran medida, las enfermedades de la cavidad oral. **Objetivo:** Relacionar los hábitos alimentarios y las enfermedades de la cavidad oral de los niños del quinto y sexto grado de la Escuela Repollito de la Ciudad de Coronel Oviedo, año 2022. **Metodología:** Enfoque cuantitativo, observacional, de corte transversal. La muestra abarcó a 45 niños del quinto y sexto grado de la Escuela Repollito y sus padres. Se aplicó una encuesta a los padres y la técnica de observación a los niños usando como instrumento una lista de chequeo. Se utilizó estadística descriptiva para analizar los resultados y para las asociaciones se aplicó χ^2 . **Resultados y conclusiones:** El 67% de sus hijos tenía hábitos alimentarios inadecuados según la encuesta. La observación mostró que 80% de los niños presentó un índice CPOD muy bajo, 53% presentó cambios inflamatorios leves en sus encías y 96% tenía una profundidad de bolsa saludable; de manera general, 82% no presentó enfermedades en la cavidad oral. Ninguna de las variables asociadas con los hábitos alimentarios, mostró relación significativa, con índice CPOD ($p=0.429$), con índice IEP Ramfjord ($p=0.261$), con profundidad de bolsa ($p=0.306$). Tampoco se encontró relación estadísticamente significativa entre los hábitos alimentarios y la presencia de enfermedades de la cavidad oral en general ($p=0.581$). Para la muestra de estudio, no se encontró una relación entre los hábitos alimentarios con las enfermedades de la cavidad oral.

Palabras clave: Hábitos alimentarios, Enfermedades bucales, Caries, Índice CPOD, Salud bucal.

Recibido: 16/10/2024

Revisado: 22/10/2024

Aceptado: 25/11/2024

Autor para correspondencia:
Giselle Martínez Gutiérrez.
investigacion@odontounca.edu.py

Conflictos de interés
Los autores declaran no poseer conflictos de interés.

Fuente de financiación
Los autores no recibieron apoyo financiero de entidades gubernamentales o instituciones para realizar esta investigación

Dietary habits and their relationship with oral cavity diseases in schoolchildren

ABSTRACT

Introduction: Eating habits are the set of customs that establish human behavior concerning food and nutrition. When appropriate, they can significantly prevent oral cavity diseases. **Objective:** To associate eating habits with oral cavity diseases among fifth- and sixth-grade children from Repollito School in Coronel Oviedo City, in 2022.

Methodology: Quantitative, observational, cross-sectional study. The sample included 45 children from fifth and sixth grades at Repollito School and their parents. A survey was administered to the parents, and an observation technique was applied to the children using a checklist as an instrument. Descriptive statistics were used to analyze the results, and chi-square tests were applied for associations. **Results and**

conclusions: According to the survey, 67% of children had inadequate eating habits. Observations showed that 80% of the children presented a very low DMFT index, 53% had mild inflammatory changes in their gums, and 96% had a healthy pocket depth. Overall, 82% showed no oral cavity diseases. None of the variables associated with eating habits showed a significant relationship with the DMFT index ($p=0.429$), Ramfjord's Plaque Index ($p=0.261$), or pocket depth ($p=0.306$). No statistically significant relationship was found between eating habits and the presence of oral cavity diseases in general ($p=0.581$). In the study sample, no relationship was found between eating habits and oral cavity diseases in the population studied.

Keywords: Eating habits, Oral diseases, Tooth decay, DMFT index, Oral health.

INTRODUCCIÓN

Los hábitos alimentarios (HA) son conceptualizados como el conjunto de costumbres que establecen el comportamiento del ser humano en relación con la alimentación y los alimentos. Estos hábitos incorporan la manera de seleccionar los alimentos hasta la forma en que los consumen o los sirven a las personas cuya alimentación está en sus manos (1).

Los HA se adquieren en el seno familiar, se van incorporando a lo largo de la vida de la persona, convirtiéndose en costumbres, basados en la teoría del aprendizaje social e imitado de las conductas observadas por personas adultas (2).

Los hábitos alimentarios adecuados son un aspecto clave para el desarrollo de una vida saludable. Sin embargo, a nivel mundial se observa una alta prevalencia de hábitos alimentarios inadecuados; siendo la prevalencia de consumo de comidas rápidas para el año 2011 de 17% en Europa, 36% en Asia Pacífico y 47% en las Américas (2).

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), la nutrición es la ingesta de alimentos en relación con las necesidades nutricionales del organismo. Una buena nutrición (adecuada y equilibrada combinada con actividad física regular) es un elemento esencial de una buena salud. La desnutrición

reduce la inmunidad, aumenta la vulnerabilidad a las enfermedades, perjudica el desarrollo físico y mental y reduce la productividad (2).

Es fundamental para la salud en general que estos hábitos sean saludables, así también para la salud oral. Si no se come bien, es más probable que se tenga caries y enfermedades de las encías. Esto aplica para todas las etapas de la vida, por ejemplo, en el caso de los niños, la formación de hábitos alimentarios es necesaria para prevenir la formación de caries (3).

Se deben tener en cuenta, al encausar la prevención de estas enfermedades, la higiene bucal deficiente, los microorganismos bucales y los carbohidratos retenidos, que son las fuerzas de ataque, la secreción salival capaz de favorecer o disminuir el proceso, el factor tiempo, el pH de la placa y como huésped el diente que se considera una fuerza de resistencia (3).

En el entorno mundial, aunque la salud oral de las personas ha mejorado significativamente, para la salud pública y social, las enfermedades orales siguen siendo un problema grave en la sociedad. Para la OMS la caries ocupa el segundo lugar y los malos hábitos alimenticios en comparación con el número de prioridades respecto a los problemas de salud oral (4).

Actualmente, la caries y los hábitos alimentarios se consideran una enfermedad infectocontagiosa que provoca la pérdida de estructura del diente afectado, la gingivitis, el cual sería el inicio de la enfermedad periodontal y se pueden observar en el 50% de la población (5).

Hoy en día, se puede estar seguro de que la alimentación ha cambiado mucho desde edades tempranas, reemplazando principalmente alimentos saludables y naturales por alimentos refinados y ácidos grasos saturados. El potencial cariogénico absoluto de un alimento o bebida está determinado no solo por su contenido de azúcar fermentable (cantidad) sino también por otras características, como normas de mantenimiento, frecuencia o consumo.

Este hecho justifica la responsabilidad de realizar un estudio más exhaustivo de estas patologías relacionadas con los malos hábitos alimentarios, ya que la caries y la gingivitis se consideran problemas de salud pública, su detección y diagnóstico precoz son fundamentales para su tratamiento odontológico integral.

Objetivos

Relacionar los hábitos alimentarios y las enfermedades de la cavidad oral de los niños del quinto y sexto grado de la Escuela Repollito de la Ciudad de Coronel Oviedo, año 2022.

MATERIALES Y MÉTODOS

Se realizó una investigación de tipo observacional, descriptiva y de corte transversal, durante los meses de septiembre a noviembre del año 2022. La población se encontró conformada por los niños del quinto y sexto grado de la Escuela Repollito de la Ciudad de Coronel Oviedo. Se tomó la totalidad de la población, que fueron 45 niños en total, aplicando un muestreo de tipo censal.

Se utilizaron dos técnicas: la primera fue una encuesta aplicada a los padres mediante un instrumento tipo cuestionario, de preguntas cerradas de opción múltiple. El cuestionario contaba de 15 ítems sobre los hábitos alimentarios, validado en la investigación de Pacco (1), cada ítem con valor de 1 punto cada uno y cero las incorrectas, y quedó de la siguiente manera:

- Hábitos adecuados: 9 a 15 respuestas correctas
- Hábitos inadecuados: 0 a 8 respuestas correctas

La otra técnica de recolección de datos fue la observación, a través de una lista de chequeo elaborada por las autoras, se anotaron los resultados apreciados en la boca de los niños en cuanto a: lesiones cariosas y gingivales, se observaron todas las caras de los dientes y los tejidos blandos, se clasificaron con el índice

Dientes Cariados, Perdidos y Obturados (CPOD) y el índice de Enfermedad Periodontal (IEP), en donde se asentó el padecimiento de lesiones cariosas o de gingivitis y fueron clasificados de la siguiente manera:

Índice CPOD según la OMS: 0,0 a 1,1: muy bajo, 1,2 a 2,6: bajo, 2,7 a 4,4: moderado, 4,5 a 6,5: alto, Mayor a 6,6: muy alto

Índice de IEP: G0: Ausencia de inflamación, G1: Cambios inflamatorios leves a moderados que no se extienden alrededor de todo el diente, G2: Gingivitis leve a moderado grave que se extiende alrededor del todo el diente, G3: Gingivitis intensa, color rojo intenso, tendencia a hemorragia y ulceración.

Se solicitó la autorización de ejecución de proyecto a la dirección de la Institución Educativa para poder realizar la investigación. Luego se coordinó con el director y los docentes de aula explicándoles los procedimientos a realizar para la recolección de datos.

Se conversó con los padres para explicarles el procedimiento que se iba a realizar y se resolvieron sus dudas a fin de obtener su colaboración solicitando su consentimiento informado. Posterior a ello, se entregaron los cuestionarios a los padres de los niños donde se les consultó sobre sus hábitos alimenticios.

Para la observación directa de la cavidad bucal de cada niño(a) una silla fue colocada cerca de una ventana para tener mejor iluminación y se preparó una mesa clínica con equipo básico (espejo, sonda y pinza) y algodón, para las evaluaciones en busca de enfermedades orales.

Una vez obtenidos los resultados de las encuestas y fichas, estas se tabularon mediante el programa Stata 14.0, se utilizó estadística descriptiva para analizar los resultados y para las asociaciones se aplicó la prueba de Chi².

La investigación se dio en un ambiente responsable con la autorización pertinente, no se interrumpió el horario de clases y se realizó en un horario establecido por las autoridades escolares. El equipo de investigación respetó las decisiones y el criterio que tuvieron los padres con respecto a la participación de sus hijos, además se mantuvo una comunicación directa mediante un lenguaje claro y sencillo. Se respetó la confidencialidad, ya que se utilizó una codificación numérica en cada encuesta que fue de acceso exclusivo del equipo de investigación, dando así cumplimiento a los principios éticos. El trabajo fue evaluado y aprobado por el Comité de Ética de la FOUNCA.

RESULTADOS

La población de niños estudiados fue mayoritariamente femenina (81%), con un rango de edad de 10 a 12 años y en mayor proporción pertenecientes al quinto grado (64%).

Se encontró un consumo inadecuado de bebidas, siendo las de mayor porcentaje “el consumo de líquidos endulzados” y el “consumo de lácteos” (ambos 87%) y el inadecuado consumo de bebidas azucaradas procesadas (78%). (Tabla 1)

Se encontró inadecuada frecuencia de consumo de “grasas y aceites” (71%) pero el consumo de vegetales (69%) y frutas (58%) mostraron porcentajes adecuados en más de la mitad de los casos. Cabe destacar que los padres respondieron que sus hijos consumen de manera adecuada otros productos como salsas procesadas y embutidos, 73% y 67% respectivamente, llama la atención que el 80% reconoció optar por opciones inadecuadas para el contenido de la lonchera de sus hijos. (Tabla 1)

De manera global, 67% (30 niños) presentaron hábitos alimentarios inadecuados, de acuerdo con las respuestas proveídas por los padres. La observación en boca de los niños arrojó que 80% presentó índice CPOD muy bajo; 53% presentó cambios inflamatorios leves en sus tejidos gingivales, 96% presentó distancia del surco gingival con el UAC saludable en 0 mm.

De manera general, 82% de los niños no presentó enfermedades en la cavidad oral.

Al asociar el tipo de hábitos alimentarios y la presencia o no de enfermedades de la cavidad oral en la población estudiada, los valores del estadígrafo Chi² mostraron que, para la muestra y durante el periodo de estudio, no existió relación estadísticamente significativa entre las variables. (Tabla 2)

Tabla 1. hábitos alimentarios respecto al consumo de bebidas y al consumo de carnes, frutas, cereales y legumbres de los niños del quinto y sexto grado de la Escuela Repollito de la Ciudad de Coronel Oviedo, año 2022, según respuestas de los padres. n=45.

Consumo de bebidas	ADECUADO		INADECUADO	
	N	%	N	%
Líquidos endulzados	6	13%	39	87%
Azúcares	20	44%	25	56%
Bebidas azucaradas procesadas	10	22%	35	78%
Lácteos	6	13%	39	87%
Consumo de alimentos				
Cereales y legumbres	19	42%	29	58%
Grasas y aceites.	13	29%	32	71%
Vegetales	31	69%	14	31%
Frutas	26	58%	19	42%
Alimentos muy condimentados	27	60%	18	40%

Salsas procesadas	33	73%	12	27%
Embutidos	30	67%	15	33%
Contenido de la lonchera	9	20%	36	80%

Tabla 2. Relación entre los hábitos alimentarios y las enfermedades de la cavidad oral de los niños del quinto y sexto grado de la Escuela Repollito de la Ciudad de Coronel Oviedo, año 2022. n=45.

Hábitos alimentarios	Enfermedades de la cavidad oral		Total	P
	Pres.	Aus.		
Inadecuado	24 (65%)	6 (75%)	30 (67%)	0.581
Adecuado	13 (35%)	2 (25%)	15 (33%)	0.672
Total	37 (100%)	8 (100%)	45 (100%)	

En este estudio, se encontró que el 67% de los niños presentó hábitos alimentarios inadecuados, mientras que el 82% no mostró enfermedades en la cavidad oral, y el índice CPOD fue bajo en el 80% de los casos, junto a un nivel de salud gingival favorable en el 96% de los participantes. Estos resultados difieren de los hallazgos de Mendoza Zambrano (6), quien reportó una mayor prevalencia de enfermedades bucales (72%) en una población con hábitos alimentarios deficientes, encontrando además una asociación significativa entre los hábitos alimentarios y las enfermedades bucales. En contraste, en nuestro estudio no se evidenció una relación estadísticamente significativa entre los hábitos alimentarios y las enfermedades

orales en los niños evaluados. Del mismo modo, los resultados de Benítez (4) también señalan una correlación positiva entre el estado nutricional y la incidencia de caries en una población infantil, sugiriendo que una dieta inadecuada podría incrementar la susceptibilidad a la caries dental. Sin embargo, en el presente estudio, a pesar de que un alto porcentaje de niños presentó hábitos alimentarios poco saludables, la prevalencia de enfermedades en la cavidad oral fue baja, lo cual podría atribuirse a una adecuada higiene bucal y al compromiso de los padres en la prevención de problemas dentales.

El estudio de Panduro Durand (7) coincide en cierta medida con el presente al observar una alta frecuencia de hábitos alimentarios inadecuados, aunque sus resultados sí mostraron una relación con problemas estomatológicos, lo cual no se reflejó en nuestra muestra. Este contraste podría explicarse por factores adicionales como el acceso a la atención odontológica preventiva y la educación en salud bucal de los padres, que parecen desempeñar un rol protector en la salud oral de los niños, aun cuando los hábitos alimentarios no sean los más adecuados. Asimismo, el estudio de Lengua Barbagelata et al. (8) sobre niños de entre 6 y 9 años respalda la relación entre el consumo de alimentos cariogénicos y la aparición de caries, destacando que una dieta rica en azúcares fermentables y alimentos procesados puede

aumentar el riesgo de enfermedades dentales. Este hallazgo no se confirmó en nuestra muestra, posiblemente debido al enfoque en la higiene bucal y a la educación preventiva, que podrían haber ejercido un efecto protector. En la investigación de Añarumba Huera (3) se observó una correlación entre hábitos alimenticios y la presencia de caries en niños de 5 a 7 años, confirmando que una dieta rica en carbohidratos y azúcares influye en el desarrollo de caries. Sin embargo, la diferencia en los hallazgos de nuestro estudio puede estar influenciada por la implementación de prácticas de higiene dental en el hogar, que parecen haber compensado en parte el impacto de los hábitos alimentarios en la salud oral.

En la investigación de Rivera Alayo (2) se evidenció una relación significativa entre placa bacteriana, caries dental y hábitos alimenticios en una muestra universitaria, sugiriendo que esta asociación no solo es relevante en niños, sino en edades más avanzadas, donde una dieta inadecuada incrementa el riesgo de enfermedades dentales. Este contexto refuerza la idea de que una dieta adecuada combinada con buenas prácticas de higiene es esencial en todas las etapas de la vida para prevenir afecciones bucales.

Tanto los hallazgos de esta investigación como los de la literatura revisada subrayan la

importancia de una dieta adecuada como factor de protección contra enfermedades orales. Sin embargo, en nuestro estudio, aunque los hábitos alimentarios no fueron ideales, la mayoría de los niños mantuvo una buena salud bucal, lo que resalta el papel complementario de la higiene bucal y el acceso a la educación dental.

CONCLUSIÓN

Poco más de la mitad de los niños tenían hábitos alimentarios inadecuados al momento del estudio.

La mayor parte no presentó enfermedades en la cavidad oral.

No se encontró asociación estadísticamente significativa entre los hábitos alimentarios y los índices CPOD, IEP Ramfjord y profundidad de bolsa de los niños que participaron en la investigación, así como tampoco en la asociación

AGRADECIMIENTOS

Las autoras quieren agradecer a los estudiantes que cursaban el quinto año de la carrera en la FO-UNCA, por su activa participación en el trabajo de campo, el cual realizaron con responsabilidad y bajo los más altos estándares de calidad ético-metodológica.

BIBLIOGRAFÍA

1. Pacco Quispe YE. Estado nutricional, hábitos alimenticios y su relación con la salud bucal en niños de 3 a 5 años de dos instituciones educativas inicial de la ciudad de Puno [Internet]. Universidad Nacional del Altiplano; 2018 [citado 2024 oct 8]. Disponible en: <http://repositorio.unap.edu.pe/handle/UNAP/9105>
2. Rivera Alayo ER. Relación entre placa bacteriana, caries dental y hábitos alimenticios en estudiantes de la Universidad Alas Peruanas – 2017 – 2C [Internet]. 2018 [citado 2024 oct 8]. Disponible en: <https://repositorio.uap.edu.pe/xmlui/handle/20.500.12990/7479>
3. Añarumba Huera RD. Relación de los hábitos alimenticios y la presencia de caries en niños de 5 a 7 años de la Escuela De Educación Básica Galo Plaza Lasso, Quito 2018-2019 [Internet]. 2021 [citado 2024 oct 8]. Disponible en: <http://www.dspace.uce.edu.ec/handle/25000/24396>
4. Benítez PS. Estado nutricional, hábitos alimentarios, higiene dental y aparición de caries en población infantil que concurre a consultas odontológicas en el Centro de Salud Dr. Bartolomé Giacomotti de Concepción del Uruguay durante los meses de julio de 2021 [Tesis de licenciatura en Internet]. 2021 [citado 2024 oct 8]. Disponible en: <http://repositorio.uca.edu.ar/xmlui/handle/522/492>
5. Lengua Barbagelata CP, Magaña Huayhuapoma KF, Luyo Yucra SK. Relación de caries dental con la higiene bucal y el consumo de alimentos cariogénicos en escolares de 6 a 9 años en la Institución Educativa N° 22336 - Los Molinos [Internet]. 2020 [citado 2024 oct 8]. Disponible en: <https://repositorio.unica.edu.pe/handle/20.500.13028/3498>
6. Mendoza Zambrano, KP. ASOCIACION ENTRE EL ESTADO NUTRICIONAL Y LA SALUD BUCAL DE LOS PACIENTES DE LA CLINICA ODONTOLOGICA SANTIAGO DE LA CIUDAD DE SANTO DOMINGO DE LOS TSACHILAS. 2015. [Tesis de grado] 2016. UESS. Escuela de Nutrición y Dietética. Disponible en: <http://201.159.223.2/handle/123456789/1913>
7. Panduro, D, Jared, W. Relación de costumbres alimenticias y la salud estomatológica de pacientes atendidos en el servicio de odontología Hospital Daniel Alcides Carrión, Pasco setiembre 2019–marzo 2020. [Tesis de grado] 2021. UNDAC. Facultad de Odontología. Disponible en: <http://repositorio.undac.edu.pe/handle/undac/2396>
8. Santos Rojas MI, Barcia AN, Gruezo Montesdeoca KL. Hábitos alimentarios y su relación con la erosión dental: una revisión sistemática. Rev San Gregorio [Internet]. 2023;1(55):181-201 [citado 2024 nov 5]. Disponible en: http://scielo.senescyt.gob.ec/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2528-79072023000300181&lng=es&nrm=iso. doi: 10.36097/rsan.v1i55.2463.
9. Herrera Mancilla MR. Relación entre los hábitos alimenticios y el estado de salud bucal en niños de 10 a 11 años de una institución educativa de Lima 2022 [Internet]. 2023 [citado 2024 nov 5]. Disponible en: <https://repositorio.uap.edu.pe/handle/20.500.12990/11593>.
10. Moscoso Revilla LF. Relación del nivel de conocimiento sobre salud oral con los hábitos alimenticios de los padres de familia en el colegio Señor de Luren durante la pandemia por COVID-19 Camaná, 2020 [Internet]. 2021 [citado 2024 nov 5]. Disponible en: <https://repositorio.ucsm.edu.pe/bitstream/20.500.12920/11015/1/64.3039.O.pdf>.