

JUSTIFICACIÓ

La càries dental constitueix una de les malalties cròniques més freqüents en la infància i en l'adolescència i té un **impacte negatiu tant en la salut com en la qualitat de vida** de les persones (dolor, alteracions del son i de l'alimentació).

La càries **pot previndre's amb hàbits d'alimentació i higiene adequats**, però no disposem d'un tractament eficaç per a curar-la, només podem alentir o detindre l'evolució de les lesions (cavitats) obturant-les. Si no es canvien els hàbits d'alimentació i higiene, el risc de càries persisteix i **pot arribar a perdre's la dent o dents afectades**.

Cal destacar que als 12 anys prop del 25% dels escolars declaren prendre refrescos i al voltant del 30% prenen sucus envasats quan tenen set fora dels menjars, quan la recomanació és que la millor beguda és l'aigua per a previndre malalties cròniques, com la càries i l'obesitat. A més, només el 58,5% dels escolars es raspallen les dents dues o més vegades al dia, i encara que la majoria (98,7%) utilitzen pasta dental, el 56% no sap si aquesta conté fluor, quan la recomanació és raspallar-se les dents amb pasta dental fluorada en la quantitat (embrutar només el raspall en menors de 3 anys i grandària d'un pèsol des dels 3 anys) i la concentració adequada (almenys 1000ppm de fluor), per a previndre la càries.

S'ha constatat que hi ha una relació entre conductes relacionades amb la salut (dieta, activitat física, etc.) i resultats acadèmics en els adolescents, independentment del sexe i factors sociodemogràfics d'aquests, en què s'observa que els i les estudiants amb predomini de bones notes eren els que significativament mostraven hàbits saludables i una baixa freqüència de conductes de risc relacionades amb la salut.

OBJECTIU

Realitzar **almenys dos tallers anuals adreçats a les famílies** per a potenciar la seua labor parental de la cura diària de la salut bucodental infantil, d'acord amb l'evidència científica sobre mesures eficaces de prevenció de malalties orals i especialment de la càries dental.

DESTINATARIS

Famílies d'escolars d'Educació Infantil, Educació Primària i ESO en centres docents amb alumnat amb major risc de càries dental (CAES, CEE...).

METODOLOGIA

1. Organització:

- El responsable del Programa de Salut Bucodental en el centre docent (director o cap d'estudis, etc.) és el responsable de l'organització i supervisió de l'execució del taller experiencial per a famílies, de designar els encarregats de realitzar l'activitat, el lloc i el moment adequats per a dur-la a terme i de col·laborar amb els professionals sanitaris, ajuntament, etc.

- Les persones que realitzaran el taller tindran el suport dels professionals de l'àmbit sanitari (centre de salut pública, equip odontològic, equip pediàtric, etc.), incloent-hi tant els aspectes organitzatius com la seua participació activa en l'execució del taller.
- Les persones assignades a la realització dels tallers utilitzaran una **metodologia participativa** en lloc de la clàssica exposició magistral seguida al final d'un torn de preguntes de dubtes sobre el que s'ha exposat. "El que es viu, és el que s'aprén més bé". Per això, s'utilitzaran tècniques en què els pares participen, com ara el joc de rol, el treball per equips sobre aspectes concrets i la posada en comú final dels diferents equips: tècnica del raspallat, concentració de fluor i dosi adequada de pasta dental, alimentació no cariogènica, etc.

El contingut del taller s'adaptarà a les necessitats expressades pels pares i a l'entorn sociocultural del centre docent, per a això es requereix:

- Elaborar el taller, en col·laboració amb el professorat i les AMPA, o amb algunes famílies interessades a participar-hi.
- Establir el contingut del taller tenint en compte les preferències de les famílies. Això es pot fer de diverses maneres, com, per exemple, enviant un qüestionari des del centre docent sobre diferents possibilitats de contingut i sempre amb un apartat obert al final de suggeriments perquè pares i mares puguen expressar les seues preferències.
- Establir el contingut i la metodologia en col·laboració amb el professorat.
- Els centres docents són actius importants per a la salut, amb recursos que han d'aprofitar-se, per això, sempre que siga possible, **es partirà d'experiències pedagògiques amb famílies** utilitzades pel professorat dels centres docents i, si escau, també d'experiències **comunitàries locals** (jornades de salut dels ajuntaments) i amb la col·laboració d'agents locals que hagen treballat aquests temes de salut amb les famílies (en locals municipals, associacions, etc.).

2. Continguts del taller: ([document de referència i suport a "Somriures de salut"](#))

- **Introducció:**
 - Detectar necessitats de l'audiència: Preguntar a les famílies sobre els dubtes i les preocupacions que tenen respecte de la salut i la cura de la boca i les dents dels seus fills/es.
- **Abordar, segons la metodologia triada i les necessitats expressades, els missatges clau sobre:**
 - **L'alimentació saludable** prevé les malalties bucodentals com la càries i altres com l'obesitat, càncers i malalties cardiovasculars en l'edat adulta; per això cal aprendre a alimentar-se bé des del principi.
Explicar què és una alimentació saludable (vegeu el document Somriures de Salut).
 - **La higiene oral adequada:** Explicar en què consisteix un raspallat dental adequat i com pot fer-se la supervisió del raspallat dental del menor per part de l'adult, per a fomentar l'autonomia progressiva i la comprovació posterior per un adult.
 - **Com es produeix la càries i com evoluciona:** la colonització bacteriana en els primers mesos de vida, la formació de placa bacteriana i l'evolució de la flora oral bacteriana en funció de la freqüència d'ingesta de sucres i l'arrossegament de la placa mitjançant el raspallat, la presència de saliva i de fluor en la boca.

- **La funció del fluor tòpic** i detallar les dosis i les concentracions adequades en pastes dentals i glopejades.
- **Els hàbits disfuncionals** per a corregir en els menors: ús de xupló o biberons després dels 2 anys d'edat, xuplar-se el dit, etc.
- **Els medicaments infantils** d'administració oral (ensucrats) i els aerosols, requereixen almenys una glopejada vigorosa de la boca després d'administrar-los.

MATERIAL

- Equip audiovisual amb connexió a internet.
- Model de dentadura tridimensional en cartó, etc. i raspall dental gegant (si n'hi ha).
- Un exemplar del document Somriures de Salut per a cada família.

TEMPS

Total 90 minuts: incloent-hi un temps per a conèixer necessitats i coneixements per part de les famílies, per a exposar continguts i treballs en grup, així com un temps per a posades en comú, missatges clau i per a resoldre dubtes i preguntes.

AVALUACIÓ

En finalitzar la sessió s'ha de passar un qüestionari d'avaluació (vegeu l'annex).

AVALUACIÓ TALLER EXPERIENCIAL AMB FAMÍLIES

Puntua de l'1 a 5 el teu grau de satisfacció del Taller

1. En general, el Taller m'ha agradat...



Molt poc 1 2 3 4 5 Molt

2. Les activitats que hem realitzat en el taller m'han agradat...



Molt poc 1 2 3 4 5 Molt

3. En general, la participació de les persones del grup del taller m'ha semblat...



Molt poca 1 2 3 4 5 Molta

4. La informació transmesa en la jornada s'ha entés...



Molt poc 1 2 3 4 5 Molt

5. El contingut de la jornada m'ha semblat interessant...



Molt poc 1 2 3 4 5 Molt

6. El temps assignat ha sigut adequat...



Molt poc 1 2 3 4 5 Molt

7. El contingut del Taller és aplicable a la pràctica...



Molt poc 1 2 3 4 5 Molt

Escriu aspectes positius de l'activitat.

Escriu aspectes que convindria millorar o que t'agradaria incloure.

Gràcies per la col·laboració.