

### JUSTIFICACIÓN

La caries dental constituye una de las enfermedades crónicas más frecuentes en la infancia y en la adolescencia y tiene un **impacto negativo tanto en la salud como en la calidad de vida** de las personas (dolor, alteraciones del sueño y de la alimentación).

La caries **puede prevenirse con hábitos de alimentación e higiene adecuados**, pero no disponemos de un tratamiento eficaz para curarla, solamente podemos enlentecer o detener la evolución de las lesiones (cavidades) obturándolas. Si no se cambian los hábitos de alimentación e higiene el riesgo de caries persiste **y puede llegar a perderse el diente o dientes afectados**.

Hay que destacar que a los 12 años casi el 25% de los escolares, declaran tomar refrescos y casi el 30% toman zumos envasados cuando tienen sed fuera de las comidas, cuando la recomendación es que la mejor bebida es el agua para prevenir enfermedades crónicas como la caries y la obesidad. Además, solo el 58,5% de los escolares se cepillan los dientes dos o más veces al día, y aunque la mayoría (98,7%) utilizan pasta dental, el 56% no sabe si ésta contiene flúor, cuando la recomendación es cepillarse los dientes con pasta dental fluorada en la cantidad (manchar solamente el cepillo en menores de 3 años y tamaño de un guisante desde los 3 años) y la concentración adecuada (al menos 1000ppm de flúor), para prevenir la caries.

Se ha constatado que hay una relación entre conductas relacionadas con la salud (dieta, actividad física, etc.) y resultados académicos en los adolescentes, independientemente del sexo y factores sociodemográficos de los mismos, observándose que los y las estudiantes con predominio de buenas notas, eran los que significativamente mostraban hábitos saludables y una baja frecuencia de conductas de riesgo relacionadas con la salud.

### OBJETIVO

Realizar **al menos dos talleres anuales dirigidos a las familias** para potenciar su labor parental del cuidado diario de la salud bucodental infantil, acorde con la evidencia científica sobre medidas eficaces de prevención de enfermedades orales y especialmente de la caries dental.

### DESTINATARIOS

Familias de escolares de Educación Infantil, Educación Primaria y ESO en Centros Docentes con alumnado con mayor riesgo de caries dental (CAES, CEE...)

### METODOLOGÍA

#### 1. Organización:

- El responsable del Programa de Salud Bucodental en el centro docente (director o jefe de estudios, etc.) es el responsable de la organización y supervisión de la ejecución del taller experiencial para familias, designar a los encargados de realizar la actividad, el

lugar y el momento adecuados para realizarla y la colaboración con los profesionales sanitarios, Ayuntamiento, etc.

- Las personas que vayan a realizar el taller tendrán el apoyo de los profesionales del ámbito sanitario (centro de salud pública, equipo odontológico, equipo pediátrico, etc.) incluyendo tanto los aspectos organizativos como su participación activa en la ejecución del taller.
- Las personas asignadas a la realización de los talleres utilizarán una **metodología participativa** en lugar de la clásica exposición magistral seguida al final de un turno de preguntas de dudas sobre lo expuesto. “Lo que se vive, es lo que mejor se aprende”. Por ello, se utilizarán técnicas donde los padres participen, como el rol playing, trabajo por equipos sobre aspectos concretos y puesta en común final de los diferentes equipos: técnica del cepillado, concentración de flúor y dosis adecuada de pasta dental, alimentación no cariogénica, etc.

**El contenido del taller se adaptará a las necesidades expresadas por los padres y al entorno sociocultural** del centro docente, para ello se requiere :

- Elaborar el taller, en colaboración con el profesorado y las AMPAS, o con algunas familias interesadas en participar.
- Establecer el contenido del taller teniendo en cuenta las preferencias de las familias. Esto se puede realizar de varias maneras, entre ellas, enviando un cuestionario desde el centro docente sobre diferentes posibilidades de contenido y siempre con un apartado abierto al final de sugerencias para que padres y madres puedan expresar sus preferencias.
- Establecer el contenido y la metodología en colaboración con el profesorado.
- Los centros docentes son activos importantes para la salud, con recursos que deben aprovecharse, por lo que siempre que sea posible, **se partirá de experiencias pedagógicas con familias** utilizadas por el profesorado de los centros docentes y, en su caso, también de **experiencias comunitarias locales** (jornadas de salud de los ayuntamientos) y con la colaboración de agentes locales que hayan trabajado estos temas de salud con las familias (en locales municipales, asociaciones, etc...).

## 2. Contenidos del taller: ([documento de referencia y apoyo “Sonrisas de salud”](#))

- **Introducción:**
  - Detectar necesidades de la audiencia: Preguntar a las familias sobre sus dudas y preocupaciones respecto a la salud y el cuidado de la boca y los dientes de sus hijos/as.
- **Abordar según la metodología elegida y las necesidades expresadas los mensajes clave sobre:**
  - **La alimentación saludable** previene las enfermedades bucodentales como la caries y otras como la obesidad, cánceres y enfermedades cardiovasculares en la edad adulta, por ello hay que aprender a alimentarse bien desde el principio. Explicar lo que es una alimentación saludable (ver documento Sonrisas de Salud).
  - **La higiene oral adecuada** Explicar en qué consiste un cepillado dental adecuado y cómo puede hacerse la supervisión del cepillado dental del menor por parte del adulto fomentando la autonomía progresiva y el repaso posterior por un adulto.

- **Cómo se produce la caries y cómo evoluciona:** la colonización bacteriana en los primeros meses de vida, la formación de placa bacteriana y la evolución de la flora oral bacteriana en función de la frecuencia de ingesta de azúcares y el arrastre de la placa mediante el cepillado, la presencia de saliva y de flúor en la boca.
- **La función del flúor tópico** y detallar las dosis y las concentraciones adecuadas en pastas dentales y enjuagues.
- **Los hábitos disfuncionales** para corregir en los menores: uso de chupete o biberones después de los 2 años de edad, chuparse el dedo, etc.
- **Los medicamentos infantiles** de administración oral (azucarados) y los aerosoles, requieren al menos un enjuague vigoroso de la boca tras su administración.

MATERIAL
----------

- Equipo audiovisual con conexión a internet.
- Modelo de dentadura tridimensional en cartón, etc. y cepillo dental gigante (si se dispone de ellos).
- Un ejemplar del documento Sonrisas de Salud para cada familia.

TIEMPO
--------

Total 90 minutos: incluyendo un tiempo para conocer necesidades y conocimientos por parte de las familias, para exponer contenidos y trabajos en grupo, así como un tiempo para puestas en común, mensajes clave y para resolver dudas y preguntas.

EVALUACIÓN
------------

Al finalizar la sesión se debe pasar un cuestionario de evaluación (ver Anexo).

## EVALUACIÓN TALLER EXPERIENCIAL CON FAMILIAS

Puntúa del 1 a 5 tu grado de satisfacción del Taller

1. En general, el Taller me ha gustado...



Muy poco 1 2 3 4 5 Mucho

2. Las actividades que hemos realizado en el taller me han gustado...



Muy poco 1 2 3 4 5 Mucho

3. En general, la participación de las personas del grupo del taller me ha parecido...



Muy poca 1 2 3 4 5 Mucha

4. La información transmitida en la jornada se ha entendido...



Muy poco 1 2 3 4 5 Mucho

5. El contenido de la jornada me ha parecido interesante...



Muy poco 1 2 3 4 5 Mucho

6. El tiempo asignado ha sido adecuado...



Muy poco 1 2 3 4 5 Mucho

7. El contenido del Taller es aplicable a la práctica...



Muy poco 1 2 3 4 5 Mucho

Escribe aspectos positivos de la actividad.

Escribe aspectos que convendría mejorar o que te gustaría incluir.

Gracias por la colaboración.