

Promoción de Salud Bucal en la Adolescencia

Dra. María Rosa Sala Adam

Especialista de Primer Grado en Estomatología General Integral

M.Sc. en Promoción y Educación para la Salud

Alianza Ardiente de la Salud Bucal y la Cultura

Diferentes autores concuerdan en que “la adolescencia es un fenómeno psicológico, biológico, social y cultural. Es el periodo donde el individuo se desarrolla hacia la adquisición de la madurez psicológica a partir de construir su identidad personal.

También es un periodo importante por sus propias características evolutivas: omnipotencia, tendencia a buscar la causa de sus problemas en el otro (culpar al exterior), poca experiencia de vida, dificultad de reconocer adicciones sutiles y necesidad de normalizar conductas de riesgo”. (1)

La adolescencia forma y toma parte de una ola de transformación positiva, que busca llevar la práctica al lugar donde hace tiempo está el discurso, reclamando sus derechos y deberes, los cuales se complementan, para ser ciudadanos activos. Reconocen su obligación cívica de implicarse y participar en los asuntos de la comunidad a la que pertenecen de manera comprometida e involucrarse en redes culturales y sociales de intercambio.

El camino al mejoramiento educativo adolescente aumentando la participación es de importancia creciente. Aprender el desarrollo como un proceso cultural integral cargado de valores que incluye, entre otros aspectos: medio ambiente, redes sociales, educación, producción, consumo y bienestar es un reto de enfoque de derechos a asumir en la construcción del mundo actual. (2)

La participación es un derecho que aporta calidad de vida, lo que es fundamental para una interdependencia positiva con el entorno y el armónico crecimiento y desarrollo de este grupo poblacional.

Estos argumentos nos llevan a identificar el tiempo actual como un periodo de “**Conciencia desde la Adolescencia**”.

No obstante, persisten problemas como: (3)

- Paternalismo adultocéntrico.
- El control y la reducción a situaciones de infantilización.
- Insuficiente ejercicio de la propia palabra.
- Barreras en la apropiación de los recursos del discurso y de su práctica.
- Se ponen límites a la aprehensión de información para afrontar y resolver la cotidianidad adolescente.
- La invisibilidad de las distintas identidades.
- La percepción de la adolescencia en términos de crisis y riesgo.

El trabajo educativo desde un enfoque de derechos reafirma la importancia de construir colectivamente saberes nuevos partiendo de la práctica cotidiana y problematizar acerca de diferentes temas, como la salud bucal, con vistas a mejorar los comportamientos.

Se hace imprescindible optimizar la atención integral, tener presentes el diálogo y la participación. Mirando con empatía esta etapa, apreciamos que el proceso puede resultar muy enriquecedor, si los adolescentes se convierten en protagonistas de sus propias vidas.

Construir de manera conjunta una salud bucal adolescente de excelencia es un estado deseado. Tienen un papel fundamental ellos mismos y la comunidad educativa: la familia, la escuela y la comunidad, contando con la voluntad política, la participación y la intersectorialidad entre los pilares fundamentales.

Según González Rodríguez, para participar, es necesario:
(4)

Motivación: Querer participar. (Están interesados y tienen confianza en el éxito y en el grupo)

Formación: Saber participar. (Saben desarrollar las tareas específicas que se han propuesto, saben comunicarse y relacionarse entre sí)

Organización participativa: Poder participar. (Están creados los mecanismos de participación para cada tarea, existen cauces y mecanismos de participación en la información y la comunicación y conocen y disponen de mecanismos de participación para el buen funcionamiento del grupo),

“Participar es más que movilizar, más que intercambiar criterios, más que opinar; significa sensibilizarse, tomar parte, implicarse, decidir y actuar comprometidamente”.

En estos momentos, los educadores están comprometidos en dar impulso al buen desarrollo de una metodología cada vez más participativa, por lo que juegan un rol decisivo en el nuevo milenio. (5)

La Promoción de Salud y la Prevención de Enfermedades y Riesgos tienen gran protagonismo en el proceso de salud integral que viven las generaciones adolescentes actuales, con la intencionalidad de maximizar los valores humanos y de despertar de las potencialidades creativas en beneficio del adolescente, la familia, la comunidad y el entorno.

Creatividad, entre muchos aspectos, es establecer analogías al comparar lo aparentemente diferente o encontrar diferencias entre cuestiones aparentemente similares. Mantener abiertos mente y corazón, nos permite desaprender y aprender en el proceso de construcción conjunta de nuevos saberes, actitudes y prácticas de salud bucal, conectando lo que no parece estar conectado.

Se realizó un diagnóstico de necesidades de aprendizaje según el Modelo de David Leiva por el Grupo de Promoción de Salud en Estomatología de La Habana (fundado en 1989). Se destacó la situación real de que las expectativas adolescentes no se cumplen en cuanto a preferencias, motivaciones y demandas de mensajes educativos en salud bucal, de manera general.

Una parte del plan de acción propuesto fue: llegar a los lugares de encuentro de adolescentes para interactuar, enmarcado en el consumo educativo que ellos prefieren en cada contexto, según se detectó por técnicas de recolección de información. Es aquí donde se inserta la propuesta educativa, con antecedentes en el *Creati Manual de Puericultura: Proyecto **Ar- diente***

(**Ar** como símbolo de la cultura y **diente** en representación de la salud bucal)

Para ser coherentes, trabajamos con la intención de construir mensajes y materiales educativos de salud **desde** los adolescentes, empleando manifestaciones relacionadas con el arte. Se cuenta con experiencias favorables con el empleo de fábulas, “adivididentis” (adivanzas relacionadas con la salud bucal), cuentos, teatro (representaciones donde ellos mismos son actores), música, canciones, baile, pintura, técnicas participativas ... siempre con la mirada puesta en: tema, grupo y escenario, en un tiempo dado.

Se proponen también otras “herramientas educativas” que pueden ser utilizadas en el trabajo diario, como **versificaciones didácticas** (según Fernández López: utilización de rimas para promocionar mensajes educativos de salud de una forma amena y con lenguaje asequible para los diferentes grupos poblacionales, que pueden en algún momento llegar a ser poemas educativos).

Son textos provocativos de participación desde lo cultural. Algunas pueden ser escenificadas, otras invitan a la “refle/acción ” ... en fin, se reta la creatividad.

Compartimos entonces algunas propuestas, todas experiencias de la práctica educativa por la salud bucal, surgidas **desde** la adolescencia.

¿Cómo trabajar con ellas?

Una idea puede ser:

- Selección de la versificación según problema
- Lluvia de ideas de palabras claves del tema a tratar
- Buscar las palabras claves de la versificación, debatir en el grupo, problematizar.
- Diseñar plan de acción y ejecución
- ¡Y siempre evaluar!

¿Dónde? Puede ser en las aulas, centros deportivos, casas de cultura, consejerías, proyectos comunitarios, círculos de adolescentes, círculos de interés, teniendo en cuenta que

“Para andar por un terreno, lo primero es conocerlo”

José Martí

“Somos adolescentes, somos así”

No soy problema,
Soy solución
¡Vale la pena
Ser como soy!

Irrespetado
O respetado
¡Soy un sujeto
No sujetado!

Hoy te convido
A visualizarme
De mis anhelos
Voy a contarte

Soy la ruptura
Y continuidad
De mi familia
Y comunidad.

En un entorno
De protección
Quiero que escuches
Clara mi voz

Soy vulnerable
Y soy forzado
Oigo a mis pares
Y no soy mudo.

Soy una síntesis
E integración
Lleno de ímpetu,
Futuro y sol.

Consumo música
En altavoz
Con eso digo...
¡Aquí estoy yo!

Soy influyente
Soy influido
Muy buena gente,
Pero atrevido

Me siento apático
O motivado
Todos los días
Soy renovado.

Desventajoso
Y aventajado
Muy estridente
O amordazado

Redes tejemos
De relaciones
Cultura hacemos
En mil rincones

Diversos somos
En la unidad
Me nutre el diálogo
Y la equidad

Somos bien libres
O “etiquetados”
Actuamos serios,
También jugamos

Participamos
Participando.
En decisiones
Parte tomando

Idealizados
Satanizados
Seres humanos,
Seres sexuados

Esta o aquella
Es mi orientación
Sexo, valores
Y protección

Tengo derecho
A ser feliz
A crecer sano
Y a sonreír

El hoy es mío
Y soy el mañana
Llevo en mis venas
Sangre “ajiacada”

Somos los sueños,
No pesadillas
Así construimos
La maravilla

¡Adolescencia
Es crecer andando
Entre valores,
Amor y encanto!

Autora:

Grethel Triana Hernández
15 años, Grado 10

Colaboradora:

María Rosa Sala Adam

El Círculo de Interés del Profe Paco Pérez

Me enteré de esto en la clase
Del buen profe Paco Pérez
Nos hablaba del ión flúor
Y la importancia que tiene

Nos contaba Paco Pérez
Profe de cabeza a pies
De salud bucal y flúor
¡Buen Círculo de Interés!

El flúor aporta fuerza
Y protege de las caries
Al tejido adamantino
¿Qué cuál es? ¡Es el esmalte!

La hidroxiapatita forma
Este tejido tan duro
El más fuerte de tu cuerpo
¡Resiste como ninguno!

¿Y qué hace el Señor Don Flúor
Para aportar fuerza al diente?
¿Será magia, será un brujo
O que es muy inteligente?

Nada de eso... es pura Química

La que explica qué pasó

Cuando la hidroxiapatita

El flúor incorporó

En la fluorapatita

Entonces se convirtió

Y aumentó la resistencia

Ante el ataque traidor

¿De cuál ataque me habla?

Preguntan al profesor

¡El ataque de las caries

Con su ácido agresor!

Profesor Paco, Paquito

Dígame, profesor Pérez

¿Dónde yo encuentro un poquito

De flúor, de dónde viene?

Hay flúor en el “buchito”

Cremas dentales y geles

También en forma de laca

Y alimentos lo contienen

Lo encontramos en lechugas

Carne de pollo y naranjas

En la llorona cebolla

Y en la papa de las granjas

Si la cantidad de flúor

No resulta la ideal...

Pueden fluorarse las aguas

Puede fluorarse la sal

¡Como aprendí de este profe

Lo que enseñó con amor!

Salud Bucal y fluoruros

Importante relación

El flúor solo no es todo

El profe nos comentó

Existen otros factores

Que hacen tu salud, mejor

Buenos hábitos: la higiene,

La dieta bajo control,

Ambiente libre de humo,

Y asistir a revisión

Este profe Paco Pérez
Nos despierta el interés
¡Fomenta amor por la Química
Y la salud bucal también!!!

Autora:
María Rosa Sala Adam

“Boca PC”

Autoras: María Rosa Sala Adam y María de la Concepción Orbay Araña

Si la boca fuera

Una PC

A todas las caries

Les diera **“DELETE”**

¡Y si vieras cuántas

Frutas, vegetales

Pondría, seguro

Siempre en **“Mis Imágenes”!**

FONDO DE PANTALLA

¡Sería ideal!

La sonrisa sana,

Una flor y el mar.

En lindas **CARPETAS**

Color amarillo

Pondría mis dientes,

Sanos y con brillo.

Y por las **VOCINAS**

Oigo una canción

Que muy bien entonas,

Pues cuidas tu voz.

Por la nocecita

Pasaré un **“CORREO”**

¡Antes de acostarte

Cepilla de nuevo!

La conducta guía

El **“mausse”** o **ratón**

“ENTER” a la higiene

Y a la prevención

“APAGAR EQUIPO”

¡Listos y a dormir!

Con la boca limpia...

¡Dientes de marfil!

VACIAR PAPELERA

De maloclusión

De encías enfermas

Y toda adicción.

Y por la mañana,

Con **“BOCA PC”**

¡Un beso en la cara

A ti te daré!

En MIS DOCUMENTOS

Tendría al amor

El cepillo listo

Y sol con protección.

ADIVIDENTIS.....

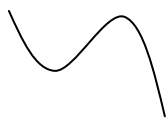
Autor: Armando Fernández López

Soy un regalo en estuche
Por la salud que te dejo,
De las caries te protejo,
Viajo en pasta o llego en buche.



EL FLÚOR

Más delgado que un ciempiés
A los costados del diente,
(Cada lado y al siguiente)
Protejo y limpio a la vez.



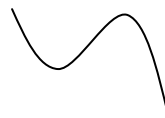
EL HILO DENTAL

Blandos colchones de rosas
Donde los dientes descansan
Y unos y otros se enlazan
Entre colinas hermosas.



LAS ENCÍAS

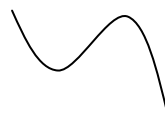
Si lo tratas de encontrar
Casi siempre se te esconde,
Si lo llamas, no responde
Porque no es tan sonriente.
Hace cola por ser diente
Y es el último en llegar.



EL TERCER MOLAR

O CORDAL

Ácido, dulce y salado
Naranjas, mangos, melones
¿Quiénes dicen los sabores
De todo lo que he probado?



LAS PAPILAS GUSTATIVAS

“La obra del profe Gilbert”

Autoras: María Rosa Sala Adam

Ana Cepero Gil

- ¿Dónde va, Gilbert?
 - A construir
- Una gran obra
- ¿Tú quieres ir?

- ¿Una gran obra?
- ¿Con qué herramientas?
 - ¡Con mil amores
- Y mente abierta!

-
- ¿Qué beneficios
- De ella obtendremos?
 - ¡Respirar puro
- Es lo que haremos!

- ¿Dónde, mi profe,
- Trabajará?
- ¡En esta escuela
- Es buen lugar!

- ¿Quiénes, entonces,
- Le ayudarán?
- ¡Padres, alumnos ...
- Comunidad!

- ¿Cuándo, qué día,
- Empezarán?
- Eso es hoy mismo ...
- ¡No hay que esperar!

-
- ¿Y qué construye?
 - ¡Dígalo ya!
- ¡No soy yo solo
- El que creará!

- Espacios libres
- De humo tabáquico
- Construiremos...
- ¡No hay que ser mágicos!

- Aire muy puro
- Que al respirar
- ¡Llene la vida
- De amor y paz!

- Profe, queremos
- Participar
- ¡La escuela toda
- Se va a agrupar!

- En este empeño
- De eco-salud
- ¡Cuento contigo!
- ¿Lo sabes tú?

Un aire sano,
Nuevo y mejor
Construiremos
¡Lleno de amor!

Bibliografía

1. Castellana Rosell M, Sánchez-Carbonell X, Graner Jordana C, Beranuy FM. El Adolescente y las Nuevas Tecnologías. [serie en Internet].2007. [citado 4 de marzo 2009].28 (3): [aprox 3 p]. Disponible en: [http://www.papeles del psicólogo.es/vernumero.asp?id:1503](http://www.papelesdelpsicologo.es/vernumero.asp?id:1503)
2. Adolescencia, Consumo y Participación Cultural. Ejercicio de un Derecho. La Habana: Curso de Post Grado Instituto Juan Marinello;2011
3. Prieto Castillo, D. La Mediación Pedagógica y los Procesos Comunicativos en el Trabajo con Adolescentes y Jóvenes. En: Taller Internacional No. 62: Liderazgo, Análisis de la Realidad y Desarrollo Organizacional. Panamá: Instituto Cooperativo Interamericano; 2002
4. González Rodríguez N. Manual de Buenas prácticas. Reflexiones sobre el Trabajo Comunitario desde la Educación Popular. La Habana: CEAAL Caribe; 2010.
5. Monografías. Modelos Pedagógicos: Hacia una escuela del desarrollo integral. [citado marzo 2008]. [aprox 3p]. Disponible <http://www.monografia.com>.
6. Sala Adam MR y colaboradores. Creati Manual de Consejería en Puericultura. UNICEF/MINSAP/ENSAP: 2011