

UNIVERSIDAD CATÓLICA DE SANTA MARÍA
FACULTAD DE ODONTOLOGIA
PROGRAMA PROFESIONAL DE ODONTOLOGIA



**“HÁBITOS DE HIGIENE BUCODENTAL EN ALUMNOS DE
SECUNDARIA DEL COLEGIO HORACIO ZEBALLOZ
GAMEZ AREQUIPA 2013”**

Tesis presentada por:

JUAN ROLANDO ALARCÓN GUZMÁN

Para optar el Grado Profesional de
Cirujano Dentista

AREQUIPA – PERU
2013



DEDICATORIA

A mis padres, que siempre están para apoyarme no importando las dificultades que haya en el camino, siempre velando por mi bienestar y educación, los quiero y les agradezco mucho por todo, gracias.

A mi hermano por darme la fuerza para seguir adelante.

A mi novia por su apoyo siempre incondicional.



AGRADECIMIENTO

Agradezco a mis padres quienes siempre me apoyaron durante todos estos años y confiaron en mí incondicionalmente.

A la Doctora Serey Portilla, por asesorarme a lo largo de la tesis y acompañarme en este camino que hoy culmina en el presente proyecto, por compartir sus conocimientos conmigo e inspirar en mí mucho respeto hacia usted.

A los docentes de la Facultad Odontología de la U.C.S.M. por sus sabias enseñanzas para mi formación profesional

RESUMEN

El presente trabajo de investigación es un estudio descriptivo con la finalidad de tener un mejor conocimiento sobre los Hábitos de Higiene Bucodental en alumnos de secundaria del Colegio Horacio Zebaloz Gamez. El universo de estudio fue de 274 alumnos teniendo en cuenta los criterios de inclusión, exclusión y eliminación; a las cuales se les realizó una encuesta para la recolección de datos, los cuales fueron sistematizados constituyendo una matriz de datos; dicho estudio fue realizado en el mes de Julio del año 2013 y entre los principales hallazgos se encontró; que respecto a la frecuencia de cepillado fue de 2 veces al día en el 42% de los alumnos y el momento que lo hacen fue después de las comidas; con 84.3%, el 51.5% de las unidades de estudio tarda 3 minutos en cepillarse los dientes y la frecuencia en que cambian su cepillo dental en el 33.9% fue sólo al mes. El 39.4% de los alumnos en el uso del hilo dental, fue nunca. En la frecuencia del uso del enjuague bucal en el 26.6% de los alumnos fue 2 veces al día y 86% el momento que lo hacen fue después del cepillado; el 52.3% de los alumnos tarda más de 1 minuto en enjuagarse la boca. En la última visita al odontólogo, respecto a medidas preventivas en el 32.5% de los alumnos fue menos de 6 meses.

ABSTRACT

The present research is a descriptive study in order to have a better knowledge about Oral Hygiene Habits in College secondary students Horacio Zebaloz Gamez. The study group was 274 students taking into account the inclusion and exclusion criteria, to which they conducted a survey to collect data, which were systematized constituting a data matrix; The study was conducted in July of 2013 and among the main findings was found, that the frequency of brushing in 42% of the students was 2 times a day and 84.3% of the time they do, is after meals, the 51.5% of the units of study takes 3 minutes to brush your teeth and how often you change your toothbrush at 33.9% is only a month. The 39.4% of students in the use of dental floss is never. In mouthwash frequency in 26.6% of the students was 2 times a day and 86% the time they do it after brushing, 52.3% of students takes more than 1 minute to rinse your mouth. On the last visit to the dentist in the 32.5% of students was less than 6 months.

INDICE

DEDICATORIA

AGRADECIMIENTO

RESUMEN

ABSTRACT

INTRODUCCION

CAPITULO I

I. PLANTEAMIENTO TEORICO	11
1. PROLEMA DE LA INVESTIGACIÓN	11
1.1. Determinación del Problema	11
1.2. Enunciado	11
1.3. Descripción	11
1.3.1. Área de conocimiento	11
1.3.2. Análisis y Operacionalización de variables	12
1.3.3. Interrogantes básicas	13
1.3.4. Tipo de investigación	14
1.3.5. Nivel de Investigación	14
1.4. Justificación	14
2. OBJETIVOS	16
3. MARCO TEÓRICO	16
3.1 EI HÁBITO	16
3.1.1. Concepto	16
3.1.2. Tipos de hábitos	16
3.1.3. Hábitos en odontología	17
3.2 HIGIENE BUCODENTAL	18
3.2.1. Concepto	18
3.3 CEPILLO DENTAL	18
3.3.1 Concepto	18
3.3.2 Tiempo de duración de cepillo dental	20
3.3.3 Tipos de cepillos	21

3.3.3.1	Cepillos eléctricos	21
3.3.3.2	Cepillos interdetales	22
3.3.3.3	Cepillos unipenacho	23
3.3.4	Requisitos recomendables para cepillos manuales	23
3.4	CEPILLADO DENTAL	24
3.4.1	Frecuencia de cepillado	25
3.4.2	Técnicas de cepillado dental	26
3.5	SEDA O HILO DENTAL	29
3.5.1	Como utilizar el hilo dental	29
3.5.2	Tipos de presentaciones de hilo dental	33
3.6	DENTÍFRICO O PASTA DENTAL	33
3.6.1	Tipos de Dentífricos	34
3.7	ENJUAGUE BUCAL O COLUTORIOS	34
3.7.1	Características de un colutorio	35
3.7.2	Tipos de colutorios	36
3.8	RECOMENDACIONES PARA EL CUIDADO DE LA BOCA	37
	REVISIÓN DE ANTECEDENTES INVESTIGATIVOS	39
1.	ANTECEDENTES LOCALES	39
2.	ANTECEDENTES NACIONALES	40
3.	ANTECEDENTES INTERNACIONALES	41
	CAPITULO II	
	II PLANTEAMIENTO OPERACIONAL	43
1.	TECNICAS INSTRUMENTOS Y MATERIALES DE VERIFICACION	43
1.1.	TÉCNICAS	43
1.2.	INSTRUMENTOS	43
1.2.1.	Instrumentos documentales	43
1.2.2.	Instrumentos mecánicos	43
1.2.3.	Materiales	44
2.	CAMPO DE VERIFIACION	44
2.1.	ÁMBITO ESPACIAL	44
2.2.	TEMPORALIDAD	44

2.3. UNIDAD DE ESTUDIO	44
2.3.1. Universo	44
2.3.2. Criterios de Inclusión	44
2.3.3. Criterios de Exclusión	45
2.3.4. Criterios de Eliminación	45
2.3.5. Cuantificación de Universo	45
3. ESTRATEGIA DE RECOLECCION DE DATOS	45
3.1. ORGANIZACIÓN	45
3.2. RECURSOS	46
3.2.1. Recursos Humanos	46
3.2.2. Recursos Físicos	47
3.2.3. Recursos Económicos	47
3.2.4. Recursos Institucionales	47
3.3. VALIDACIÓN DE INSTRUMENTOS	47
4. ESTRATEGIA PARA MANEJAR LOS RESULTADOS	47
4.1. EN EL AMBIENTO DE SISTEMATIZACIÓN	47
4.1.1. Clasificación	47
4.1.2. Recuento	47
4.1.3. Análisis de Datos	48
4.1.4. Plan de Tabulación	48
4.1.5. Graficación	48
4.2. EN EL ÁMBITO DE LOS ESTUDIOS DE LOS DATOS	48
4.2.1. Metodología de la Interpretación	48
4.2.2. Modalidades Interpretativas	49
4.2.3. Operaciones para la Interpretación de Cuadros	49
4.2.4. Niveles de Interpretación	49
4.3. EN EL ÁMBITO DE CONCLUSIONES	49
4.4. EN EL ÁMBITO DE RECOMENDACIONES	49
CAPITULO III	
RESULTADOS	50
CONCLUSIONES	75
RECOMENDACIONES	76

BIBLIOGRAFIA	77
HEMEROGRAFIA	78
INFORMATOGRAFIA	79
ANEXOS	80
ANEXO 1 MODELO DE INSTRUMENTO	81
ANEXO 2 SOLICITUD	82
ANEXO 3 AUTORIZACIÓN	84
ANEXO 4 MATRIZ DE SISTEMATIZACIÓN	85
ANEXO 5 MODELO DE INSTRUMENTO CODIFICADO	97
ANEXO 6 MATRIZ CODIFICADA	98
ANEXO 7 CONSTANCIA	105
ANEXO 8 UBICACIÓN	107
ANEXO 9 FOTOS	108



INTRODUCCION

La promoción de salud consiste en proporcionar a los pueblos los medios necesarios para mejorar su salud y ejercer un mayor control sobre la misma. Para alcanzar un estado adecuado de bienestar físico, mental y social, un individuo o grupo debe ser capaz de identificar y realizar sus aspiraciones, de satisfacer sus necesidades y de cambiar o adaptarse al medio ambiente. La salud se percibe pues, no como el objetivo, sino como la fuente de riqueza de la vida cotidiana. Es por lo tanto un concepto positivo que acentúa los recursos sociales y personales así como las aptitudes físicas.

Por consiguiente, dado que el concepto de salud como bienestar trasciende la idea de formar vidas sanas, la promoción de la salud no concierne exclusivamente al sector sanitario.

La salud bucal es una parte importante de la salud general del hombre, al tener cada día una mayor información en la población sobre temas de salud, son cada vez más las personas que toman importancia a una adecuada salud bucodental, así como los beneficios de su logro y de su mantenimiento.

La finalidad de este estudio es dar a conocer los hábitos de higiene bucodental de los alumnos, de tal manera que se dé la debida importancia de una correcta higiene bucal, previniendo así enfermedades bucales para el mantenimiento de una salud integral en buenas condiciones.

CAPÍTULO I

I. PLANTEAMIENTO TEORICO

1. PROLEMA DE LA INVESTIGACIÓN

1.1. Determinación del Problema

Este presente trabajo de investigación ha sido determinado debido a la posibilidad de hábitos inadecuados en la higiene bucal en alumnos escolares, sabiendo que el principal factor para prevenir las enfermedades bucodentales es una buena higiene bucal, esto incluye: la técnica de cepillado, uso de dentífrico, el uso del hilo dental, uso de enjuagatorios bucales, visita al odontólogo. Las enfermedades bucodentales como la caries, gingivitis y periodontitis, son el principal problema de salud pública en todo el mundo, sobre todo que resalta en países subdesarrollados de nivel socioeconómico bajo, ya que son particularmente altas. Esto me ha motivado a investigar y evaluar los hábitos de higiene bucal en alumnos escolares.

1.2. Enunciado

“HÁBITOS DE HIGIENE BUCODENTAL EN ALUMNOS DE SECUNDARIA DEL COLEGIO HORACIO ZEBALLOZ GAMEZ AREQUIPA 2013”

1.3. Descripción

1.3.1. Área de conocimiento

- Área General: Ciencias de la Salud
- Área Específica: Odontología
- Especialidad: Odontología Preventiva

- Línea: Higiene Bucodental

1.3.2. Análisis y Operacionalización de variables

VARIABLE	INDICADOR	SUBINDICADOR	ITEM
HÁBITOS DE HIGIENE BUCODENTAL	Cepillado dental	Frecuencia del cepillado dental	<ul style="list-style-type: none"> - Ocasionalmente - 1 vez al día - 2 veces al día - 3 veces al día o más
		Tiempo del cepillado dental	<ul style="list-style-type: none"> - Menos de 3 minutos - 3 minutos - Más de 3 minutos
		Momento del cepillado dental	<ul style="list-style-type: none"> - Solo al levantarse - Solo al acostarse - Después de las comidas
		Cambio del cepillo dental	<ul style="list-style-type: none"> - Al mes - Cada 2 meses - Cada 3 meses - Cada 6 meses - Cuando el cepillo está deteriorado
	Limpieza con hilo dental	Momento	<ul style="list-style-type: none"> - Nunca - Antes del cepillado - Después del cepillado

Uso de Enjuague bucal	Frecuencia	<ul style="list-style-type: none"> - Nunca - Ocasionalmente - 1 vez al día - 2 veces al día - 3 veces al día o mas
	Tiempo del uso del enjuague bucal	<ul style="list-style-type: none"> - Menos de 1 minuto - Más de 1 minuto
	Momento	<ul style="list-style-type: none"> - Antes del cepillado - Después del cepillado
Visita periódica al odontólogo	Tiempo de última visita para prevención	<ul style="list-style-type: none"> - No he ido nunca al dentista - Más de 2 años - Entre 1 y 2 años - Entre 6 meses y 1 año - Menos de 6 meses

1.3.3. Interrogantes Básicas

- ¿Cuál es la frecuencia, tiempo, momento y cambio del cepillo dental, en los alumnos de secundaria del Colegio Horacio Zeballos Gamez?

- ¿Cuándo es la limpieza con el hilo dental en cuanto a momento en alumnos de secundaria del Colegio Horacio Zebaloz Gamez?
- ¿Cuál es la frecuencia, tiempo y momento en cuanto al uso del enjuague bucal en alumnos de secundaria del Colegio Horacio Zebaloz Gamez?
- ¿Cuál fue el tiempo de su última visita para prevención, al odontólogo en los alumnos de secundaria del Colegio Horacio Zebaloz Gamez?

1.3.4. Tipo de investigación

Por la técnica	Por el Tipo de datos	Por el número de mediciones	Por el número de muestras	Por el ámbito de la recolección
Comunicacional	Prospectivo	Transversal	Descriptivo	De campo

1.3.5. Nivel de investigación

Investigación descriptiva

1.4. Justificación

Originalidad

El presente trabajo de investigación posee una originalidad específica ya que a pesar de que reconoce antecedentes investigativos previos, tiene un enfoque singular.

Relevancia

Este estudio tiene como finalidad descubrir los hábitos que tienen los alumnos para poder brindarles información, orientación y capacitación sobre como poder mejorar sus hábitos de higiene bucodental, para poder prevenir enfermedades bucodentales. Este trabajo es de relevancia para los odontólogos ya que con la información obtenida se puede mejorar la atención del paciente desde un enfoque integral.

Viabilidad

Se trata de una investigación viable, puesto que las condiciones de dicho estudio son realizables y a la vez nos da resultados, conclusiones y recomendaciones.

Motivación personal

El presente trabajo se realizó en el Colegio Horacio Zebaloz Gamez porque me siento motivado en estudiar los hábitos de higiene bucodental en alumnos de una institución pública, porque una buena higiene bucal es el principal factor responsable de la prevención de las enfermedades bucales, la finalidad no solo es diagnosticar y tratar la enfermedad, sino que más importante es prevenirla mediante diferentes métodos, es por eso que deseo contribuir con mi trabajo de investigación para que según los resultados que se obtendrán se tomen las medidas necesarias para mejorar la salud bucodental de los alumnos del centro educativo.

2. OBJETIVOS

- Determinar la frecuencia, tiempo, momento y cambio del cepillo dental en los alumnos de secundaria del Colegio Horacio Zebaloz Gamez.
- Determinar la limpieza con uso de hilo dental en cuanto a momento en alumnos de secundaria del Colegio Horacio Zebaloz Gamez.
- Determinar la frecuencia, tiempo y momento en cuanto al uso del enjuague bucal en alumnos de secundaria del Colegio Horacio Zebaloz Gamez.
- Determinar el tiempo desde su última visita para prevención al odontólogo en los alumnos de secundaria del Colegio Horacio Zebaloz Gamez.

3. MARCO TEÓRICO

3.1. EL HÁBITO

3.1.1. Concepto

El hábito es cualquier comportamiento repetido regularmente, que requiere de un pequeño o ningún raciocinio y es aprendido, más que innato. Cabe mencionar que para que un hábito se forme en una persona debe practicarlo durante varias ocasiones así tanto el cuerpo como la mente se acostumbra a este hecho a lo que el cuerpo va a realizar esto de manera común.¹

3.1.2. Tipos de hábitos

Si los clasificamos hay buenos y malos hábitos.

- Malos hábitos: Es todo aquello que limita el crecimiento, es un freno que no permite evolucionar; no te permite llegar a ser un mejor ser; no deja revelar el verdadero ser. En principio pueden

1 [http://es.wikipedia.org/wiki/H%C3%A1bito_\(psicolog%C3%ADa\)](http://es.wikipedia.org/wiki/H%C3%A1bito_(psicolog%C3%ADa))

resultar muy atractivos, por lo cual resulta muy fácil adquirirlos principalmente cuando una persona se deja llevar por la satisfacción inmediata, sin embargo, a la larga, las consecuencias son desastrosas para la vida de una persona, arrastrándola hacia situaciones muy problemáticas, accidentes, enfermedades graves o incluso la muerte.

- Buenos hábitos: Es todo aquello que posibilita el crecimiento, permite mejorar, madurar y alcanzar los objetivos o metas, los hábitos positivos pueden parecer en principio algo aburridos para algunas personas, sin embargo, los beneficios a largo plazo son extraordinarios.²

El hábito, se ha dicho con razón, es en cierto sentido, la memoria del cuerpo, memoria que hace posible la vida práctica o sea la adaptación al medio externo y, lo que es más, su utilización.³

El hábito se ha adquirido por ejercicio o experiencia. Una costumbre es una práctica social reiterada, uniforme de un grupo social. A diferencia del hábito la costumbre no solo abarca a una persona sino también a un pueblo y a una nación.⁴

3.1.3. Hábitos en odontología

2 <http://www.apscat.com/sitio/articulos/44-salud-emocional/74-ique-son-los-habitos.html>.

3 DELGADO, Honorio. "Psicología". p 111.

4 <http://es.wikipedia.org/wiki/Costumbre>

Una buena higiene bucodental debería establecerse mediante la adopción de 4 hábitos:

- El cepillado
- La limpieza con hilo dental
- El enjuague
- Visita periódica al dentista⁵

Debe visitar al dentista 1 o 2 veces al año para el control de sus encías y tejidos de inserción.⁶

3.2. HIGIENE BUCODENTAL

3.2.1. Concepto

La higiene oral es un hábito muy importante para la salud, los dientes de la boca y del organismo en general. La higiene oral constituye el medio ideal para gozar de una buena salud oral, ya que elimina los restos de comida de la boca, favorece un buen sabor, evita el mal olor y crea una sensación de confort en la cavidad oral, mejorando también la calidad de vida de las personas.⁷

3.3. CEPILLO DENTAL

3.3.1. Concepto

El cepillo dental va a constituir por sí mismo, el instrumento más eficaz y excelente para la eliminación de la placa bacteriana,

5 http://es.wikipedia.org/wiki/Higiene_bucodental

6 VALDIVIA PINTO, Patricia. "Historia Clínica Periodontal". p 107

7 <http://higeneoralcatherinerodriguez.blogspot.com/2011/05/definicion-y-objetivos.html>

siempre que reúna las condiciones adecuadas de naturaleza y diseño, basadas en la calidad de los materiales que lo componen y normas específicas de fabricación, que van a garantizar su eficacia, en la función de los distintos métodos de cepillado.⁸

Las partes que consta un cepillo son:

a) Mango, normalmente recto y de material ligero. B) Cuello, puede ser recto o presentar una ligera anulación para facilitar su manejo. C) Cabeza, es la parte más importante, ya que en ellas se encuentran los filamentos. Debe ser de tamaño pequeño para poder acceder a cualquier zona y adaptarse a las arcadas. De filamentos; se recomiendan de cerda artificial de nylon con extremos redondeados. A ellos se deben las características de los cepillos en cuanto a su dureza, pudiendo ser clasificados en: extra duros, duros, medianos, blandos y extra blandos. Se aconsejan los medianos y blandos, ya que producen menos efectos secundarios y tienen una eficacia similar a los más duros.⁹

Las cerdas pueden adquirir en conjunto distintas formas: planas, serradas, convexas, cóncavas, terminando en punta, etc. Así, por ejemplo, cepillos con las cerdas en forma de “U” o “V” se recomiendan en pacientes portadores de ortodoncia fija, aunque

8RIOBOO GARCIA. Rafael. “Odontología Preventiva y Odontología Comunitaria”. p 171.
9CUENCA, Emili. “Odontología preventiva y Comunitaria Principios, Métodos y Aplicaciones”. p 89.

en estos pacientes también puede utilizarse el cepillo sulcular, que tiene dos hileras de penachos.¹⁰

La textura se define como la resistencia de la cerda a la presión, también se le menciona como firmeza, rigidez y dureza. La firmeza o textura de una cerda se relaciona con: 1) composición, 2) diámetro, 3) longitud y 4) cantidad de cerdas individuales por cerdamen. La textura se afecta por factores como la temperatura, la captación de agua (hidratación) y la frecuencia de uso del cepillo dental.¹¹

La cerda de nylon es superior a la cerda natural (de porcino) en varios aspectos. Las cerdas de nylon se flexionan hasta 10 veces más que las cerdas naturales antes de romperse; no se degradan o erosionan y se limpian con mayor facilidad.¹²

3.3.2. Tiempo de duración de cepillo dental

El desgaste de cepillo dental (cerdas abiertas, dobladas o rotas) está más influenciado por los métodos de cepillado, que por el tiempo o número de cepilladas por día. La “vida” promedio de un cepillo dental manual es aproximadamente de tres meses. Sin embargo, este promedio puede variar en gran medida debido a las diferencias en los hábitos de cepillado. También es un buen consejo para los pacientes tener varios cepillos dentales y alternar su uso diario, para asegurar el secado entre cepilladas. Si los

10Ibid. p 89.

11HARRIS, Norman. “Odontología preventiva primaria”, p 73.

12Ibíd. p 74.

cepillos dentales necesitan ser reemplazados con una frecuencia mayor de tres meses, la técnica de cepillado del paciente debe ser evaluada. Aun si la técnica de cepillado es aceptable o ha sido corregida, los cepillos dentales deben ser reemplazados de forma frecuente.¹³

Se aconseja cambiarlo cada tres meses o antes si está deteriorado, aunque en los niños se recomienda cambiarlo con más frecuencia, ya que lo suelen morder.¹⁴

En los momentos actuales, y pese a la recomendación ya clásica de que un cepillo dental debería ser reemplazado cuando comienza a mostrar signos de deterioro (2-3 meses): en los estudios de Daly (1996) y otros autores, se observó que un cepillo dental podría ser durante más tiempo utilizado, sin deteriorarse sus beneficios de un control de placa óptimo.¹⁵

3.3.3. Tipos de cepillos

3.3.3.1. Cepillos eléctricos

A principios del decenio de 1960 se introdujo los cepillos eléctricos como por ejemplo Broxadent (primera generación). Con el éxito comercial de este producto, los productos de batería fueron introducidos con la ventaja de ser portátiles y disponibles a un menor costo. Desafortunadamente, los problemas con este producto

13 HARRIS, Norman. Ob. Cit. p 80.

14 CUENCA, Emili. Ob. Cit. p 89.

15 RIOBOO GARCIA. Ob. Cit. p 189.

fue el tiempo corto de trabajo y fallas mecánicas, por lo que se recomendó a personas discapacitadas.

En el decenio de 1980 se revitalizó los cepillos eléctricos (segunda generación), tenía una sola cabeza rotatoria y contaba con baterías recargables de larga duración.

Desde entonces los cepillos dentales con ultrasonido de una tercera generación usan dos tipos primarios de diseño de cabeza: la rotatoria, tipo oscilatorio con una cabeza pequeña, redonda, del tamaño de la corona de un molar y tres cepillos oscilatorios con movimientos de vibración o rotación sónica.

En comparación con los cepillos oscilatorios, los cepillos dentales sónicos, han demostrado dañar muy poca la encía. También todos los cepillos sónicos pueden ser usados por 6 a 12 meses porque las cerdas muestran signos evidentes mínimos de uso y no se abren.

Los cepillos eléctricos son consistentemente superiores a los manuales en el retiro de la placa bacteriana¹⁶.

3.3.3.2. Cepillos interdentales

Son aquellos cepillos de varias formas (espiral, cono, cilindro, etc.) unidos a un mango o tallo de plástico o metal. Se utilizan para limpiar los espacios interproximales, siempre que tengan amplitud suficiente, consiguiéndose

16 HARRIS, Norman. Ob. Cit. p 74 - 75.

una limpieza óptima del espacio interdentario. También son útiles en la limpieza de espacios entre dientes, aparatos de prótesis y ortodoncia. Por último se utilizan también para aportar agentes quimioterapéuticos.

3.3.3.3. Cepillos unipenacho

Son más eficaces en la superficie mesial y distal de los dientes adyacentes a los espacios edéntulos, así como en las furcaciones y superficies radiculares estriadas que han sido expuestas después de cirugía periodontal o por recesiones gingivales, para mantener la salud en dientes pilares de aparatos mecánicos e incluso implantes.

El extremo de las cerdas se aplica directamente en el área interproximal combinando movimientos de rotación con presión intermitente.¹⁷

3.3.4. Requisitos recomendables para cepillos manuales

Los requisitos de un cepillo dental manual adecuado para la higiene oral deben incluir:

- ✓ Tamaño de mango adecuado para la edad y destreza motora del paciente que lo utilice.
- ✓ Tamaño de la cabeza del cepillo adecuado al tamaño de la boca del paciente.

17 RIOBOO GARCIA. Ob. Cit. p 182 - 183.

- ✓ Uso de filamentos de nylon o poliéster de punta redondeada y tamaño inferior a 0.009 pulgadas de diámetro.
- ✓ Uso de filamentos suaves configurados según los estándares de la industria.
- ✓ Filamentos que permiten mejorar la eliminación de placa en los espacios interproximales y a lo largo del margen gingival.

La mayoría de los cepillos dentales manuales cumplen estos requisitos generales. Sin embargo, existe un gran número de diseños de cepillos dentales manuales en el mercado y existen pruebas científicas claras de que un diseño de cepillo específico sea mejor que otro, debido a que los estudios realizados son de corta duración.¹⁸

3.4. CEPILLADO DENTAL

El cepillado dental diario utilizando un dentífrico fluorado se considera en muchos países como una hábito socialmente aceptado y parece ser que la combinación de ambas técnicas preventivas es responsable de la disminución de la caries en los países desarrollados. La eficacia clínica del cepillado se traduce en la eliminación de la placa bacteriana, y existe evidencia suficiente que demuestra que los cepillos manuales son eficaces en la eliminación de placa y en la prevención de gingivitis.¹⁹

18 ENRILE DE ROJAS, Francisco. "manual de higiene bucal". p 78.

19 CUENCA, Emili. Ob. Cit. p 88.

Hay que tener en cuenta que existen otros factores que intervienen en la eficacia del cepillado, como la habilidad manual, el tiempo y presión utilizados y, en general, la motivación del individuo.²⁰

El cepillado permite lograr el control mecánico de la placa dentobacteriana y tiene como objetivos:

- ✓ Eliminar y evitar la formación de placa dentobacteriana.
- ✓ Limpiar los dientes que tengan restos de alimentos.
- ✓ Estimular los tejidos gingivales.
- ✓ Aportar fluoruros al medio bucal por medio de la pasta dental²¹

3.4.1. Frecuencia de cepillado

La frecuencia de cepillado depende del estado gingival, la susceptibilidad a la caries y la minuciosidad del aseo.

Los adultos que no son susceptibles a la caries y sin afección gingival pueden cepillarse y utilizar el hilo dental una vez al día, después de la cena.

Los adultos con afección gingival y sin susceptibilidad a la caries pueden utilizar el cepillo y el hilo dental dos veces al día.

Los jóvenes y las personas con propensión a la caries dental deben cepillarse entre los 10 minutos posteriores a cada comida y antes de dormir.

La duración del cepillado debe ser de tres minutos como mínimo.

²⁰ Ibit. p 89.

²¹ HIGASHIDA, Bertha Yoshiko. "Odontología Preventiva". p 145.

Si las personas no se cepillan de manera minuciosa deben hacerlo después de cada comida y antes de dormir. El cepillado nocturno es muy importante porque durante el sueño disminuye la secreción salival²²

3.4.2. Técnicas de cepillado dental

Las diversas técnicas de cepillado se pueden clasificar en:

a) Horizontal o de restregado:

Es la más recomendada en niños y adolescentes por ser más fácil de realizar, y las cerdas se colocan con una angulación de 90° respecto a la superficie dentaria y se imprimen al mango pequeños movimientos repetidos de vaivén, sobre toda la arcada.

b) Vertical (barrido):

Con movimientos de arriba hacia abajo y viceversa.²³

✓ Método de Stillman modificado: Método en un principio desarrollado para estimular y dar masaje a la encía, fue modificado “a posteriori” para incorporar la limpieza completa del diente. El cepillo se coloca con las cerdas dirigidas hacia el ápice del diente en un ángulo de 45°, cubriendo parcialmente la encía, realizando con una ligera presión movimientos de rotación en dirección de la corona acompañándose de vibraciones

22 Ibit. p 150.

23 CUENCA, Emili. Ob. Cit. p 89.

- ✓ Método de Charters: El objetivo de este método es la limpieza de las áreas inter proximales, estando indicado en enfermos periodontales. El cepillo se coloca con las cerdas dirigidas hacia la superficie oclusal, con una angulación de 45° y contra la cresta gingival, proyectándose las cerdas entre los dientes, desplazándose el cepillo a lo largo de la cara vestibular, manteniéndose la presión y realizando pequeños movimientos de vaivén.
- ✓ Método de Leonard: Utilizado con fines de estimular la encía y limpiar las superficies bucales de los dientes posteriores, se basa en movimientos de cepillado vertical simple (de arriba abajo).
- ✓ Método de Smith- Bell: Se basa en la autoclisis fisiológica, para remover la placa bacteriana. Las cerdas de cepillo se colocan a nivel de borde incisal o las superficies oclusales, en un ángulo de 90° y se desplazan en su acción de barrido o limpieza hacia la encía.
- ✓ Método de Giro o Rodillo: Se utiliza tanto para la eliminación de la placa bacteriana de la encía como la del diente, con especial énfasis en el surco gingival. Se colocan al cerdas del cepillo lo más paralelas posibles el eje del diente, contra la encía, en dirección apical, a continuación se imprime al mango una rotación hacia el borde incisal o las superficies oclusales. Con el fin de que las cerdas puedan limpiar las superficies gingivodentarias.

- ✓ Método de Bass modificado: la técnica básica de Bass vibratoria sulcular se combina con la técnica de rotación, pero antes o después, nunca simultáneamente²⁴

c) Vibratorias:

- ✓ Método de Bass (sulcular): Esta técnica es de gran utilidad para pacientes con inflamación gingival y surcos periodontales profundos. El cepillo se sujeta como si fuera un lápiz, se coloca de tal manera que sus cerdas apunten hacia arriba en la maxila (maxilar superior) y hacia abajo en la mandíbula (maxilar inferior) formando un ángulo de 45° en relación con el eje longitudinal de los dientes para que las cerdas penetren con suavidad en el surco gingival. Así mismo se presiona con delicadeza en el surco mientras se realizan pequeños movimientos vibratorios horizontales sin despegar el cepillo durante 10 a 15 segundos por área. El mango del cepillo se mantiene horizontal de las caras vestibulares de todos los dientes y las caras linguales de los premolares y molares; pero se sostiene en sentido vertical durante el cepillado de las caras linguales de los incisivos superiores e inferiores. Las caras oclusales se cepillan haciendo presión en surcos y fisuras y con movimientos cortos antero-posteriores²⁵

d) Rotatorias:

24 RIOBOO GARCIA. Rafael. Ob. Cit. p 174 – 175..

25 HIGASHIDA, Bertha Yoshiko. Ob Cit. p 146 – 147..

- ✓ Método de Fones (circular): Fones implicaba en el cepillado tanto los dientes como la encía y lengua. Es una técnica sencilla que se basa en la realización de una serie de movimientos circulares con la cabeza del cepillo dental manteniendo las cerdas bajo presión contra la encía y dientes; el mango se mantiene paralelo a la línea de oclusión y las cerdas se encuentran perpendicularmente situadas sobre las superficies dentales. Vestibularmente este método se aplica con los dientes en oclusión.²⁶

La mejor técnica es aquella que elimina más placa bacteriana, y debe cumplir las siguientes características: ser efectiva, segura (no producir efectos secundarios), así como fácil de aprender y de llevar a la práctica.²⁷

3.5. SEDA O HILO DENTAL

El hilo dental es un hilo especial de seda formado por varios filamentos, los cuales se separan al entrar en contacto con la superficie de dientes.

El primer hilo de seda fue fabricado en 1882 pero hasta 1900 no se aconsejó su uso, adquiriendo más popularidad a partir de 1972. Desde entonces se han comercializado distintos tipos que generalmente utilizan en su composición filamentos de nylon.

3.5.1. Como utilizar el hilo dental

El uso de hilo dental es un complemento perfecto previo al cepillado dental para eliminar los restos alimenticios que quedan

²⁶RIOBOO GARCIA. Rafael. Ob Cit. p 175.

²⁷CUENCA, Emili. Ob C it. p 90.

entre los dientes. El uso del hilo o seda dental requiere de un cierto entrenamiento ya que debe introducirse una tira corta y bien tensada con suavidad entre cada diente evitando generar daños a la encía con la finalidad de retirar el alimento. La utilización de este método es recomendable tras grandes ingestas de alimentos pero como mínimo será aceptable su utilización por las noches²⁸

Tomando en consideración que la seda dental puede llevar bacterias y partículas de alimentos debajo de las encías, es probablemente mejor cepillar los dientes antes para reducir las partículas de alimento y bacterias que pueden ser transferidas entre los dientes y las encías. El argumento en favor de usar la seda dental antes de cepillarse se basa en la idea que el flúor en la pasta dental solamente puede fortalecer los dientes poniéndose en contacto con el esmalte. La placa entre los dientes no se puede quitar con el cepillo. Quitando la placa dental con la seda expone el esmalte al efecto beneficioso del flúor en el dentrífico. Lo más importante es usar la seda dental para mantener los dientes limpios. Se puede prevenir la transmisión de bacterias debajo de las encías usando enjuagues bucales antisépticos antes de usar la seda dental.²⁹

Existen dos métodos:

- ✓ Método de carrete: es la técnica más utilizada, aproximadamente 50 cm de hilo es tomado del carrete en la

28 <http://www.misonrisa.com.mx/cepillo-y-pasta-no-bastan/>

29 <http://www.scientificpsychic.com/health/higiene-dental.html>

que el hilo se enrolla alrededor de los dedos medios de ambas manos, dejando unos 2.5 cm de hilo entre el dedo pulgar de una mano y el índice de la otra. Manteniendo tirante el hilo dental se introduce con suavidad en el espacio interproximal deslizándola hasta el surco gingival con movimientos vestibulo linguales. Posteriormente se desliza hacia oclusal apoyándola sobre la superficie proximal de uno de los dientes y sin sacarla de ese espacio, se repite el mismo proceso apoyándose en la superficie del otro diente adyacente. A medida que el hilo se ensucia se pasa a una parte limpia enrollándola en un dedo y desenrollando en el otro. En niños y adultos con disminuciones físicas se recomienda la técnica del asa en las que se toman 25-30 cm de hilo, atando los dos extremos para formar un círculo o bien el uso de dispositivos portahilos o aplicadores, que pretenden facilitar su manejo en molares posteriores.³⁰

- ✓ Método de Lazo: Se toma una pieza de aproximadamente 50 cm de largo y se hace un círculo rematado por tres nudos de seguridad, todos los dedos excepto los pulgares se colocan dentro del círculo, utilizándose estos últimos para situar el hilo dental entre los dientes (una longitud aproximadamente de 2 cm). El hilo es conducido por los dedos índices en los dientes del maxilar inferior y por los pulgares o un pulgar y un índice, en los dientes del maxilar superior. Según se va

30 CUENCA, Emili. Ob Cit. p 91 - 92.

limpiando los dientes, el círculo de hilo va rotando, utilizándose hilo limpio para cada espacio interdentario, como es lógico.³¹

Se han pretendido una serie de objetivos con la utilización de esta técnica, entre los que vamos a destacar:

- La remoción de la placa bacteriana adherida tanto a los dientes, como a las obturaciones y aparatos de prótesis y ortodoncia, bajo pónicos y en la encía, en las troneras proximales.
- Masaje a las papilas interdentarias
- Como medio coadyuvante para la detección del cálculo dentario subgingival, restauraciones desbordantes e incluso caries interproximales.
- Reducción del sangrado gingival.
- En general, contribuye a mejorar el grado de salud bucodental y previene y controla la halitosis. Por otro lado, la seda dental ha sido utilizada por varios autores como vehículo para la aplicación de agentes quimioterapéuticos y de pulido, en las zonas interproximales y subgingivales.

Habitualmente el hilo dental sin encerrar es recomendado por ser más fino se desliza a través de las aéreas de contacto sin molestias, aunque los puntos de contacto estén muy cerrados, en el caso de dientes apiñados, depósitos

31 RIOBOO GARCIA. Rafael. Ob Cit. p 179.

gruesos de cálculos, u obturaciones desbordantes, que pueden causar el desgarramiento e incluso la rotura del hilo.

Cuando existen grandes espacios interdientales creados por la recesión gingival y la pérdida de hueso, las “cintas” dentales son recomendables.³²

3.5.2. Tipos de presentaciones de hilo dental

Tiene diversas presentaciones, entre ellas hilo, cinta, con cera o sin cera, con flúor y con sabor a menta. Su indicación depende de las características de cada persona; por ejemplo, si existe contacto muy estrecho entre los dientes es preferible usar el hilo; pero si el espacio es mayor, resulta conveniente utilizar la cinta o el hilo de tipo “floss”, el cual posee una zona central distensible con varias fibrillas.³³

3.6. DENTÍFRICO O PASTA DENTAL

El dentífrico es una sustancia que se utiliza en el cepillo dental para limpiar las caras accesibles de los dientes.

El cepillo dental tiene la función más importante en la eliminación de la placa bacteriana, pero el dentífrico contribuye a ello mediante sustancias tensoactivas, espumígenos, bactericidas y abrasivos. Además, el dentífrico brinda sensación de limpieza a través de sustancias saporíferas, como la menta, al grado de que muchas personas no se cepillan los dientes cuando carecen de pasta dental.

32 RIOBOO GARCIA. Rafael. Ob Cit. p 177- 179.

33 HIGASHIDA, Bertha Yoshiko. Ob Cit. p 150.

Algunos dentífricos contienen sustancias desensibilizadoras, las cuales disminuyen la hipersensibilidad de la dentina en personas con este problema. Otro componente importante es el fluoruro, que puede ser de sodio o estaño, o monofluoruro fosfato de sodio.

Se recomienda usar poca cantidad de dentífrico para evitar la ingestión excesiva de fluoruro en caso de consumo accidental.³⁴

3.6.1. Tipos de dentífricos

- ✓ Dentífrico “blanqueadores”
- ✓ Dentífrico de flúor normales
- ✓ Dentífrico para sensibilidad de cuello dentario.³⁵

3.7. ENJUAGUE BUCAL O COLUTORIOS

Los estudios señalan que los colutorios pueden desempeñar un papel clave y de un valor significativo como coadyuvantes de los métodos mecánicos para la prevención y tratamiento de las enfermedades periodontales.

Los motivos generales para la prescripción e un colutorio son tres:

- ✓ Para evitar la progresión de gingivitis a periodontitis.
- ✓ Como parte del tratamiento activo de la enfermedad periodontal.
- ✓ Para prevenir la recurrencia de la periodontitis tras su tratamiento.³⁶

Los enjuagues bucales complementan la higiene bucal diaria; se utiliza antes del hilo dental y del cepillado con la finalidad de arrastrar el

34 HIGASHIDA, Bertha Yoshiko. Ob Cit. p 153 – 154.

35 WOLF, Herbert. “Atlas a Color de Periodontología”. p 234.

36 ENRILE DE ROJAS, Francisco. Ob Cit. p 109.

excedente de alimento que se encuentra entre los dientes, sin embargo, también se debe de utilizar al final del cepillado ya que sirve para prevenir o tratar diferentes enfermedades como la caries dental y el mal aliento.³⁷

3.7.1. Características de un colutorio

Ente todas las propiedades que deben cumplir, las siguientes son las que tiene más importancia:

- a) Especificidad: Ya que persigue eliminar o reducir los niveles de bacterias implicadas en la etiología de los procesos patológicos.
- b) Eficacia o potencia: Referida a la concentración requerida para inhibir el crecimiento bacteriano.
- c) Seguridad y sin efectos adversos: tanto local como sistemáticamente.
- d) Estabilidad: Permitiendo el almacenamiento a temperatura ambiente durante un tiempo considerable.
- e) Sustantividad: Capacidad de un agente a unirse a diferentes localizaciones de la boca, para liberarse lentamente en forma activa manteniendo niveles terapéuticos. La unión es de naturaleza inespecífica y está en equilibrio con la concentración de las moléculas del agente en la saliva; a medida que disminuye en esta, se va liberando de las estructuras a las que permanece unido.³⁸

37 <http://www.misonrisa.com.mx/cepillo-y-pasta-no-bastan/>

38 CUENCA, Emili. Ob Cit.. p 93.

3.7.2. Tipos de colutorios

- ✓ Compuestos cuaternarios de amonio: como el cloruro de cetilpiridina, se utiliza en enjuagues bucales.
- ✓ Fenoles y aceites esenciales: incluyendo al triclosán, son utilizados en pastas dentales y enjuagues bucales.
- ✓ Productos herbales naturales: como la sanguinarina, han sido utilizados tanto en enjuagues bucales como en pastas dentales.
- ✓ Antisépticos bisguanida: Es uno de los agentes químicos más eficaces para combatir la placa dentobacteriana.³⁹

Se une a las bacterias de dicha placa, al esmalte del diente y a la película adquirida, alterando el citoplasma bacteriano.

Su ventaja, en relación con otros antisépticos consiste fijarse a la mucosa oral debido a su fuerte carga positiva y liberarse poco a poco en el transcurso de las siguientes 8 a 12 horas; esta propiedad se denomina sustantividad.

El digluconato de clorhexidina en solución alcohólica al 0.12% se utiliza cada 12 horas en colutorio o en enjuagatorio durante 30 a 60 segundos, inmediatamente después de la limpieza bucal. El paciente debe saber que no ha de deglutir la solución ni consumir líquidos o alimentos durante los 30 minutos siguientes para lograr su máxima eficacia.

Los efectos secundarios de la solución mencionada son: irritación de mucosas, incluso con descamación; cambios en

³⁹ IRELAND, Robert. "Higiene Dental y Tratamiento". p 138.

el sentido del gusto y tinción de dientes, restauraciones y lengua sobretodo en personas fumadoras o que ingieren te, café, vino tinto o todos ellos.⁴⁰

La clorhexidina se utiliza como enjuague bucal en geles y aerosoles dentales, y puede aplicarse en forma de barniz. Los enjuagues de clorhexidina han demostrado actividad antibacteriana que dura más de 12 horas.

Es importante recordar que los enjuagues bucales no penetran en áreas subgingivales, por lo que, solo son de valor en el control supragingival de placa y que, o sus cargas eléctricas diferentes, la clorhexidina queda inhibida con la pasta dental, por lo que su uso debe preceder a la clorhexidina por lo menos 30 minutos.⁴¹

3.8. RECOMENDACIONES PARA EL CUIDADO DE LA BOCA

- a) Alimentación: La alimentación es un factor determinante en nuestra salud bucal. Algunos alimentos, especialmente los dulces, generan unos ácidos que atacan el esmalte dental debilitándolo y llegando incluso a destruirlo. Es lo que conocemos como caries dental. Evitarlo depende en gran medida de adoptar una diete sana y con bajo contenido en azúcares cariogénicos.
- b) Cepillado correcto: Puede elegir cualquier técnica de cepillado. Lo importante es cepillar cuidadosamente todas las áreas de la boca durante 2 ó 3 minutos, como mínimo 2 veces al día, preferiblemente

40 HIGASHIDA, Bertha Yoshiko. Ob Cit. p 154.

41 IRELAND, Robert. Ob Cit. p 138.

después de cada comida y antes de acostarse. Finalmente, cepillarse la lengua de atrás hacia adelante.

- c) Seda dental: La placa bacteriana tiende a acumularse en zonas interdetales y bajo las encías, siendo uno de los principales causantes de la enfermedad periodontal. Es importante eliminarla para el correcto mantenimiento de las encías. Utilice seda dental.
- d) Enjuague bucal: Para una completa higiene bucal no basta con el cepillado, es fundamental una asepsia completa de toda la boca. Utilice un enjuague bucal específicamente formulado para sus necesidades. Efectúe enjuagues, dos veces al día, durante un minuto. Es aconsejable no ingerir alimentos ni bebidas hasta transcurrido un mínimo de media hora después de su uso.
- e) Visite regularmente a su odontólogo: La visita al odontólogo no debe realizarse solamente cuando tenemos alguna dolencia o afección. Es aconsejable acudir a la consulta al menos dos veces al año, como medida preventiva. Una caries incipiente u otras anomalías pueden ser diagnosticadas en su inicio, evitando así cuadros mucho más serios y molestos.⁴²

42 http://www.kin.es/es/health_care/consejos.aspx

REVISION DE ANTECEDENTES INVESTIGATIVOS

1. ANTECEDENTES LOCALES

- ESPINOZA, Natalia. “Hábitos de Higiene bucodental en alumnos varones de secundaria del colegio Honorio Delgado Espinoza Arequipa 2009”.

El presente trabajo de investigación es un estudio descriptivo con la finalidad de tener un mejor conocimiento sobre los hábitos de higiene bucodental de los alumnos varones de secundaria del Colegio Honorio Delgado Espinoza. El universo de estudio fue de 400 alumnos teniendo en cuenta los criterios de inclusión y exclusión; a los cuales se les realizó una encuesta para la recolección de datos, en los cuales fueron sistematizados constituyendo un matriz de datos, dicho estudio fue realizado en el mes de junio y julio del año 2009; y entre los principales hallazgos se encontró; que la frecuencia de cepillado en el 41% de los alumnos fue de 1 vez al día y en el 33.5% el momento en que lo hacen es después de los alimentos y al acostarse; el 56.5% de las unidades de estudio de las unidades de estudio tarda aproximadamente más de 1 minuto en cepillarse los dientes y la frecuencia con la que lo cambian en el 46.5% es solo cuando sea necesario. El uso de enjuague bucal se dio en el 72.25% de los alumnos. La frecuencia con la que lo usan el 42.56% de ellos es 2 veces al día; el 68.51% tiene el enjuague en boca aproximadamente más de 1 minuto y el 54.33% de alumnos usa colutorio después del cepillado.

2. ANTECEDENTES NACIONALES

- CABELLOS ALFARO, Doris Agripina. “Relación entre el nivel de conocimiento sobre higiene bucal de los padres y la higiene bucal del niño discapacitado en el Centro Ann Sullivan del Perú”.

La presente investigación tuvo como propósito relacionar el nivel de conocimiento sobre higiene bucal de los padres de niños discapacitados y evaluar la higiene bucal de estos mismos niños en el Centro Ann Sullivan del Perú, la muestra fue de 90 padres y sus respectivos hijos con discapacidad (Síndrome Down, Retardo mental, Autismo). En la primera fase de la investigación se evaluó el nivel de conocimiento sobre higiene bucal en los padres, para lo cual se utilizó como instrumento un cuestionario de 12 preguntas, dividido en cuatro partes: 3 preguntas sobre elementos de higiene bucal, 3 preguntas sobre hábitos de higiene bucal, 3 preguntas sobre patología bucal relacionada a higiene bucal y 3 preguntas sobre técnicas de higiene bucal. En la segunda fase de la investigación se evaluó el índice de higiene oral de los niños con discapacidad. Los resultados obtenidos en la investigación determinaron un regular nivel de conocimiento en los padres, con un 68,9% y el Índice de higiene oral encontrado en los niños fue malo con un 88,9%, estableciéndose una relación estadísticamente significativa entre el IHO de los niños y el nivel de conocimiento de los padres, con un $p < 0,05$ y una correlación inversa regular, $r = -0,58$ con un $p < 0,05$ es decir un nivel de conocimiento regular en los padres relacionado con un IHO malo en los niños.

3. ANTECEDENTES INTERNACIONALES

- Espinoza Santander I, Muñoz Poblete C, Lara Molina M, Uribe Cifuentes JP. “Hábitos de higiene oral en estudiantes de odontología de la Universidad de Chile”.

Los estudiantes de odontología son agentes involucrados en la educación de los cuidados bucodentales. No se han publicado estudios nacionales que describan sus hábitos de higiene oral. Objetivo: Describir la proporción de estudiantes de odontología de la Universidad de Chile con hábitos de higiene oral saludables según sexo, nivel socioeconómico y años de estudios. Material y método: Estudio transversal descriptivo. Se seleccionaron, por muestreo aleatorio simple con afijación proporcional 150 estudiantes entre 1er- 4to año. Se aplicó un cuestionario sobre hábitos de higiene oral, que incluía uso y frecuencia de cepillado, seda dental y enjuagatorio bucal, tiempo transcurrido desde la última visita al dentista y variables sociodemográficas. Se construyó un índice Hábitos de Higiene Oral que incluía cepillado por lo menos dos veces al día, uso de seda dental diariamente y visita al dentista por lo menos una vez por año. Resultados: Un 98% se cepillaba los dientes por lo menos dos veces al día, 37% usaba seda dental diariamente y 74% había acudido al dentista por lo menos una vez en el último año. Sólo un 30% presentó un resultado positivo para el índice Hábitos de Higiene Oral. No se detectaron diferencias significativas según sexo, nivel socioeconómico y años de estudios. Conclusiones: Los estudiantes de odontología de la Universidad de Chile presentan alta frecuencia de cepillado dental y consultan frecuentemente al dentista, sin embargo, el

uso de seda dental es bajo. Estudios futuros deberían analizar otras variables involucradas en un mejor cuidado de la salud bucal en este grupo.

- Dra. Ma. Alejandra Soria-Hernández, Dra. Nelly Molina-F, Dr. Raúl Rodríguez. "Hábitos de higiene bucal y su influencia sobre la frecuencia de caries dental".

Objetivos: Conocer la frecuencia de cepillado bucal, uso de hilo dental, de enjuague bucal y las visitas al odontólogo de una población infantil con seis y siete años de edad y su efecto sobre el desarrollo de caries dental. Material y Método: Participaron 34 niñas y 37 niños. Se examinaron los dientes con caries, los que requerían extracción y los obturados de la dentición temporal; los dientes con caries, los perdidos y obturados de la dentición permanente. Se correlacionaron con las medidas preventivas de higiene consideradas para este estudio. Se utilizó la prueba no paramétrica Chi-cuadrada de Pearson y porcentajes como pruebas estadísticas. Resultados: El cepillado dental fue el método de prevención practicado con mayor frecuencia en niñas y niños. Conclusiones: La población en estudio tuvo excelente disposición y cooperación hacia el cepillado dental. La mayor difusión del uso de hilo dental y de enjuague bucal, en la población infantil previene la caries dental. Se observó que los niños presentaron menor frecuencia de caries que las niñas.

CAPÍTULO II

II. PLANTEAMIENTO OPERACIONAL

1. TÉCNICAS, INSTRUMENTOS Y MATERIALES DE VERIFICACIÓN

1.1. TÉCNICAS

La técnica que se utilizó es la encuesta

VARIABLE	TÉCNICA	INSTRUMENTO
HÁBITOS DE HIGIENE BUCODENTAL	Encuesta	Cuestionario

Realización de la técnica:

- Establecida la coordinación con cada docente se ingresó a las aulas, realizando una presentación, indicándoles que se les va a hacer una encuesta de hábitos de higiene bucal por lo que la veracidad de sus respuestas es muy importante.

1.2. INSTRUMENTOS

1.2.1 Instrumentos documentales

Como instrumento documental se aplicó: Un cuestionario, cuyas preguntas llevaron implícitas las variables para alcanzar los objetivos.

Las respuestas fueron cerradas y de opción múltiple.

Modelo de instrumento (revisar en anexos).

1.2.2 Instrumentos mecánicos

Como instrumento mecánico se utilizara:

- Computadora
- Impresora

1.2.3 Materiales

- Hojas de papel
- Lapiceros
- Corrector
- Folder

2. CAMPO DE VERIFICACION

2.1. ÁMBITO ESPACIAL

- **Ámbito general:** El estudio de la presente investigación se realizó en el distrito de Cerro Colorado.
- **Ámbito específico:** El estudio de la presente investigación se realizó en el Centro Educativo Horacio Zebaloz Gámez.

2.2. TEMPORALIDAD

La investigación fue en los meses de Mayo, Junio y Julio año 2013.

2.3. UNIDADES DE ESTUDIO

2.3.1. Universo:

En este estudio se tomó a todos los alumnos matriculados del nivel de secundaria del colegio Horacio Zebaloz Gamez conformado por 290 alumnos.

2.3.2. Criterios de Inclusión

- A todos los alumnos matriculados del nivel de secundaria del turno tarde del colegio Horacio Zebaloz Gamez.
- A los alumnos del nivel de secundaria de ambos géneros.
- Alumnos de 12 a 16 años de edad.

2.3.3. Criterios de Exclusión

- Alumnos que no estén presentes en el momento de la aplicación del cuestionario.
- Alumnos que no cuenten con la autorización de sus padres o apoderados.

2.3.4. Criterios de eliminación

- Cuestionarios mal llenados
- Cuestionarios incompletos

2.3.5. Cuantificación del Universo:

El universo del estudio fue de 274 alumnos de 1^{ro} a 5^{to} de secundaria de turno tarde del Colegio Horacio Zabaloz Gamez.

Grados	Número de alumnos
1ro de secundaria	55
2do de secundaria	62
3ro de secundaria	50
4to de secundaria	58
5to de secundaria	49
TOTAL	274

3. ESTRATEGIA DE RECOLECCIÓN DE DATOS

3.1. ORGANIZACIÓN

- Se presentó una solicitud dirigida a la directora del centro educativo.

- Una vez que se aprobó la solicitud se coordinó con la directora los horarios de los cuales se hizo la entrega de la autorización, dirigida a los padres o apoderado, a cada alumno.
- Se procedió al recojo de las autorizaciones a cada alumno, hubo alumnos que se olvidaron de entregar las autorizaciones por lo que se procedió a recogerlas al día siguiente.
- Cumpliendo con las disposiciones de la directora se procedió a recolectar los datos en los horarios establecidos.
- Se coordinó con los profesores de cada aula.
- Establecida la coordinación con cada profesor se procedió al ingreso en las aulas, realizando una presentación a los alumnos e indicándoles la finalidad de la realización de la encuesta.
- Se les repartió el cuestionario a cada alumno.
- Se les indico que si su respuesta en la pregunta 6 era la alternativa a), la pregunta 7 y 8 dejaran de contestar.
- Ya con las indicaciones respectivas se procedió al llenado del instrumento, los alumnos que tuvieron dudas acerca de las interrogantes fueron aclaradas debidamente.
- Una vez llenado el cuestionario se procedió al recojo de la misma.

3.2.RECURSOS

3.2.1. Recursos Humanos

Asesora: Dra. Serey Portilla

Investigador: Juan Rolando Alarcón Guzmán

3.2.2. Recursos Físicos

La institución educativa Horacio Zebaloz Gamez.

3.2.3. Recursos Económicos

Propios del investigador.

3.2.4. Recursos Institucionales

Universidad Católica Santa María.

3.3. VALIDACION DE INSTRUMENTO

Se hizo una prueba piloto en 15 alumnos con las mismas características de las unidades de estudio de la presente investigación con la finalidad de establecer los baremos del instrumento de Hábitos de Higiene Bucodental, por tal motivo de aplico la prueba de STANONES a través de la cual se determinó los siguientes rangos:

- Hábitos Inadecuados 0 – 10
- Hábitos Regulares 11 – 17
- Hábitos Adecuados 18 – 23

4. ESTRATEGIA PARA MANEJAR LOS RESULTADOS

4.1. EN EL AMBITO DE SISTEMATIZACION

4.1.1. Clasificación

Una vez obtenida la información así como la encuesta, los datos fueron ordenados en una matriz de sistematización.

4.1.2. Recuento

Los datos clasificados se contabilizaron manualmente empleando matrices de conteo.

4.1.3. Análisis de Datos

Se empleó un análisis cualitativo univariado, cuyo tratamiento estadístico se sintetiza en el siguiente cuadro:

VARIABLE GENERAL	CARÁCTER ESTADÍSTICO	ESCALA DE MEDICIÓN	ESTADÍSTICA DESCRIPTIVA
Hábitos de higiene bucodental	Cualitativo	<ul style="list-style-type: none"> • Nominal • Ordinal 	<ul style="list-style-type: none"> • Frecuencias absolutas (N^o) • Frecuencias relativas (%) • Chi cuadrado

4.1.4. Plan de Tabulación

Se utilizó cuadros de distribución de frecuencias con una variable, con cifras absolutas, relativas y cuadros de doble entrada.

4.1.5. Graficación

A fin de que las gráficas expresen claramente toda la información contenida en los cuadros, el tipo de gráficos que más parecen adecuarse son “La Gráfica de Barras Compuestas” y “Gráficos Circulares”.

4.2. EN EL AMBITO DE ESTUDIO DE LOS DATOS

4.2.1. Metodología de la Interpretación

Se realizó una jerarquización de los datos comparándolos entre si contrastando con las proporciones fundamentales derivadas del marco teórico.

4.2.2. Modalidades Interpretativas

Se realizó por una interpretación subsiguiente a cada cuadro y una discusión global de los datos.

4.2.3. Operaciones para la Interpretación de Cuadros

Se utilizó estadística descriptiva para la interpretación de los cuadros.

4.2.4. Niveles de Interpretación

Se apeló a la descripción con una sola variable.

4.3. EN EL ÁMBITO DE CONCLUSIONES

Las conclusiones se basaron de acuerdo a las interrogantes planteadas de la misma forma que los objetivos y los resultados hallados.

4.4. EN EL ÁMBITO DE RECOMENDACIONES

Se establecieron a nivel de formación profesional y a nivel de aplicación práctica.



CUADRO N° 1

GRADO DE INSTRUCCIÓN DE LOS ALUMNOS DEL NIVEL DE SECUNDARIA
DEL COLEGIO HORACIO ZEBALLOZ GÁMEZ

Grado de Instrucción	N°	%
Primero	55	20.1
Segundo	62	22.6
Tercero	50	18.2
Cuarto	58	21.2
Quinto	49	17.9
Total	274	100.0

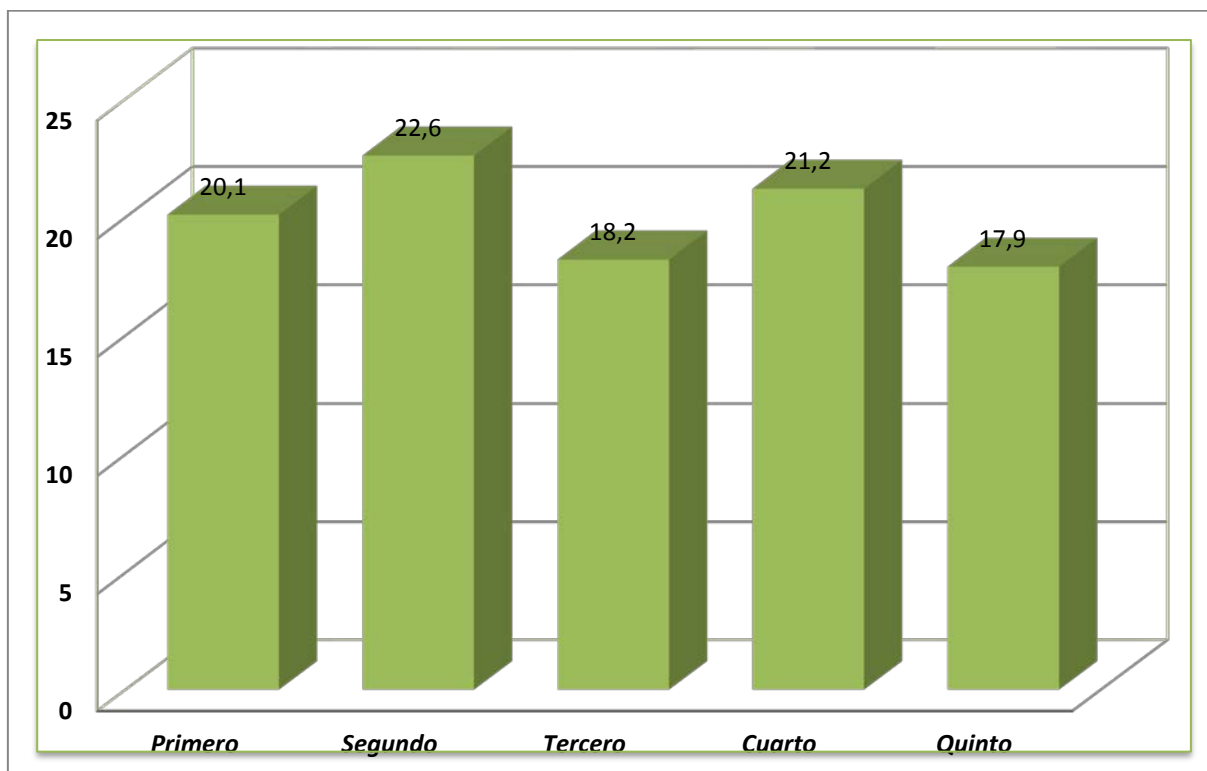
Fuente: Matriz de Sistematización

INTERPRETACIÓN:

En el presente cuadro se observa que, respecto al grado de instrucción, el mayor porcentaje correspondió a los alumnos motivo de investigación del segundo año de media (22.6%), en tanto el menor porcentaje fue de quinto año de media con el 17.9%.

GRÁFICO N° 1

GRADO DE INSTRUCCIÓN DE LOS ALUMNOS DEL NIVEL DE SECUNDARIA DEL COLEGIO HORACIO ZEBALLOZ GÁMEZ



CUADRO N° 2

GÉNERO DE LOS ALUMNOS DEL NIVEL DE SECUNDARIA DEL COLEGIO
HORACIO ZEBALLOZ GÁMEZ

Género	N°	%
Femenino	155	56.6
Masculino	119	43.4
Total	274	100.0

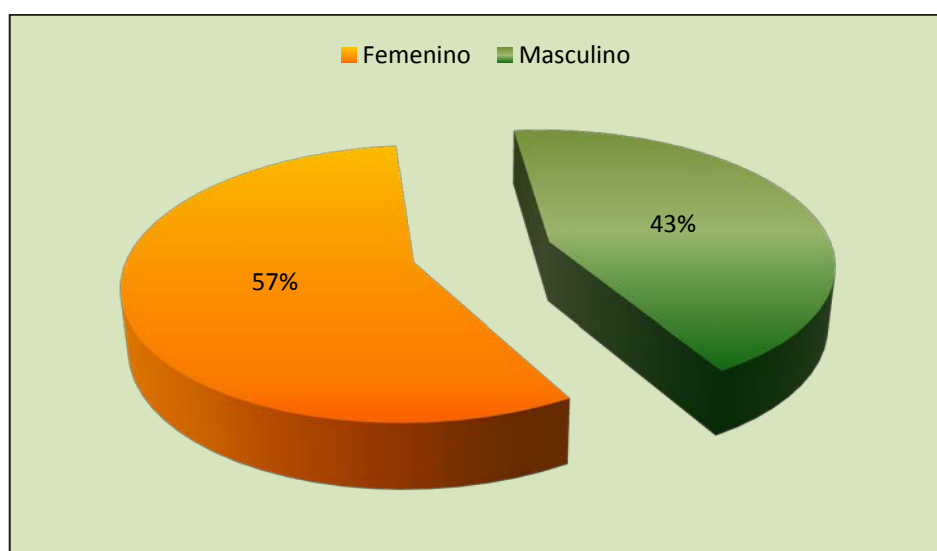
Fuente: Matriz de Sistematización

INTERPRETACIÓN:

En el presente cuadro se observa que, respecto al género, el mayor porcentaje correspondió a los alumnos motivo de investigación féminas (56.6%), en tanto el menor porcentaje fue al sexo masculino con el 43.4%.

GRÁFICO N° 2

GÉNERO DE LOS ALUMNOS DEL NIVEL DE SECUNDARIA DEL COLEGIO HORACIO ZEBALLOZ GÁMEZ



CUADRO N° 3

FRECUENCIA DE CEPILLADO SEGÚN GÉNERO DE LOS ALUMNOS DEL NIVEL DE SECUNDARIA DEL COLEGIO HORACIO ZEBALLOZ GÁMEZ

Frecuencia Cepillado	Género				Total	
	Femenino		Masculino			
	N°	%	N°	%	N°	%
Ocasionalmente	2	1.3	5	4.2	7	2.6
1 vez al día	23	14.8	16	13.4	39	14.2
2 veces al día	65	41.9	50	42.0	115	42.0
3 veces al día o más	65	41.9	48	40.3	113	41.2
Total	155	100.0	119	100.0	274	100.0

Fuente: Matriz de Sistematización

P = 0.500 (P ≥ 0.05) N.S.

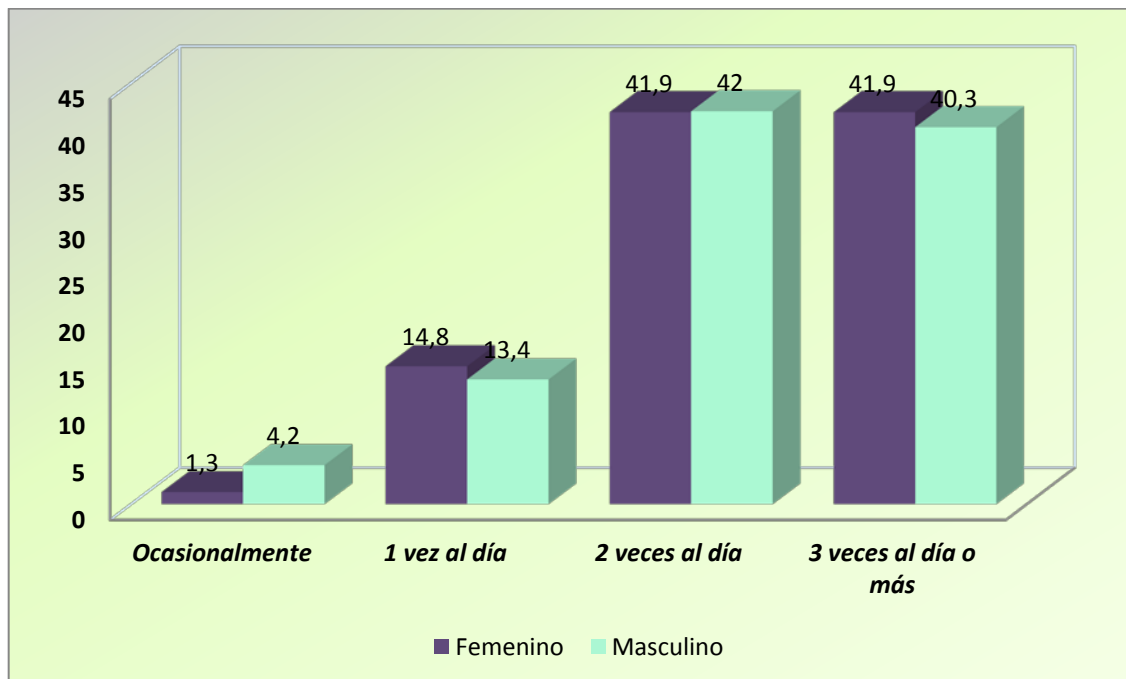
INTERPRETACIÓN:

En el presente cuadro se aprecia la frecuencia de cepillado dental de los alumnos, observándose que el mayor porcentaje de ellos lo hace 2 veces al día (42.0%), en tanto el menor porcentaje indicó que lo hace ocasionalmente (2.6%). De acuerdo al género, en las mujeres el mayor porcentaje lo hace 2 veces al día y 3 o más veces al día (41.9% para ambos), mientras que el menor porcentaje de ellas lo hace ocasionalmente (1.3%). Respecto a los hombres, el mayor porcentaje realiza su cepillado 2 veces al día (42.0%), en tanto el menor porcentaje de ellos lo hace ocasionalmente (4.2%).

Según la prueba estadística, no existe relación significativa entre las variables en estudio, es decir, el género no se asocia a la frecuencia de cepillado en los alumnos motivo de investigación.

CUADRO N° 3

FRECUENCIA DE CEPILLADO SEGÚN GÉNERO DE LOS ALUMNOS DEL
NIVEL DE SECUNDARIA DEL COLEGIO HORACIO ZEBALLOZ GÁMEZ



CUADRO N° 4

TIEMPO DE CEPILLADO SEGÚN GÉNERO DE LOS ALUMNOS DEL NIVEL DE SECUNDARIA DEL COLEGIO HORACIO ZEBALLOZ GÁMEZ

Tiempo de Cepillado	Género				Total	
	Femenino		Masculino			
	N°	%	N°	%	N°	%
Menos de 3 minutos	32	20.6	45	37.8	77	28.1
3 minutos	84	54.2	57	47.9	141	51.5
Más de 3 minutos	39	25.2	17	14.3	56	20.4
Total	155	100.0	119	100.0	274	100.0

Fuente: Matriz de Sistematización

P = 0.003 (P < 0.05) S.S.

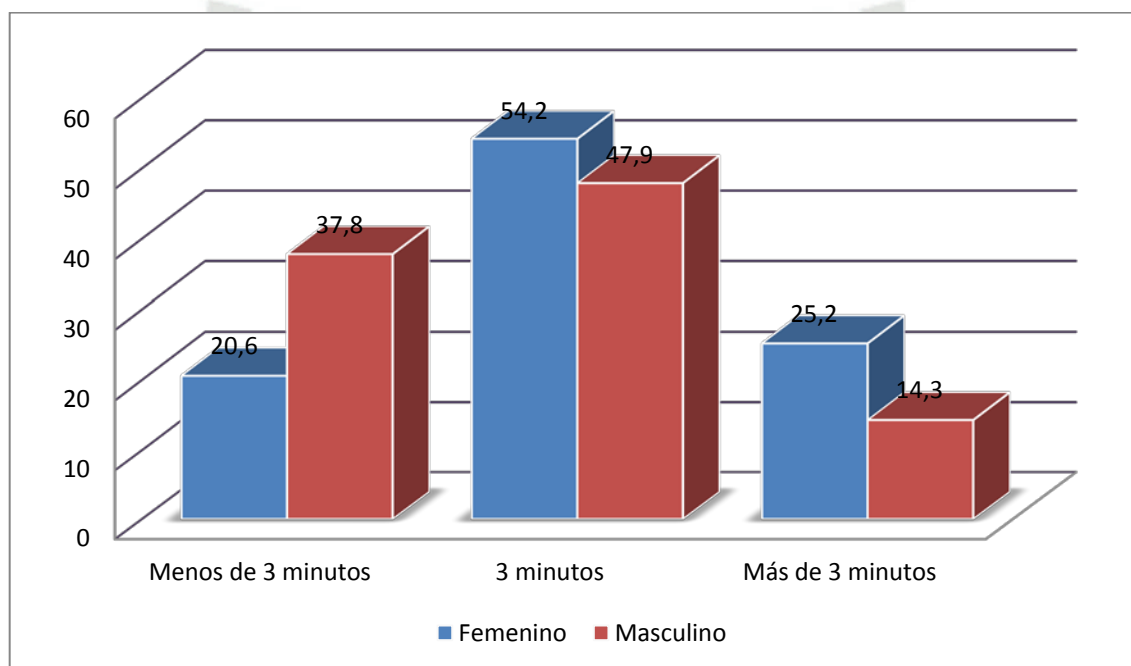
INTERPRETACIÓN:

En el presente cuadro se aprecia el tiempo de cepillado dental de los alumnos, observándose que el mayor porcentaje de ellos lo hace 3 minutos (51.5%), en tanto el menor porcentaje indicó que lo hace más de 3 minutos (20.4%). De acuerdo al género, en las mujeres el mayor porcentaje lo hace 3 minutos (54.2%), mientras que el menor porcentaje de ellas lo hace menos de 3 minutos (20.6%). Respecto a los hombres, el mayor porcentaje lo hace 3 minutos (47.9%), en tanto el menor porcentaje de ellos lo hace más de 3 minutos (14.3%).

Según la prueba estadística, existe relación significativa entre las variables en estudio, es decir, el género se asocia al tiempo de cepillado en los alumnos motivo de investigación, puesto que las mujeres emplean más tiempo en el cepillado que los varones.

GRÁFICO N° 4

TIEMPO DE CEPILLADO SEGÚN GÉNERO DE LOS ALUMNOS DEL NIVEL DE
SECUNDARIA DEL COLEGIO HORACIO ZEBALLOZ GÁMEZ



CUADRO N° 5

MOMENTO DE CEPILLADO SEGÚN GÉNERO DE LOS ALUMNOS DEL NIVEL DE SECUNDARIA DEL COLEGIO HORACIO ZEBALLOZ GÁMEZ

Momento Cepillado	Género				Total	
	Femenino		Masculino			
	N°	%	N°	%	N°	%
Sólo al levantarse	22	14.2	15	12.6	37	13.5
Sólo al acostarse	4	2.6	2	1.7	6	2.2
Después de comidas	129	83.2	102	85.7	231	84.3
Total	155	100.0	119	100.0	274	100.0

Fuente: Matriz de Sistematización

P = 0.809 (P ≥ 0.05) N.S.

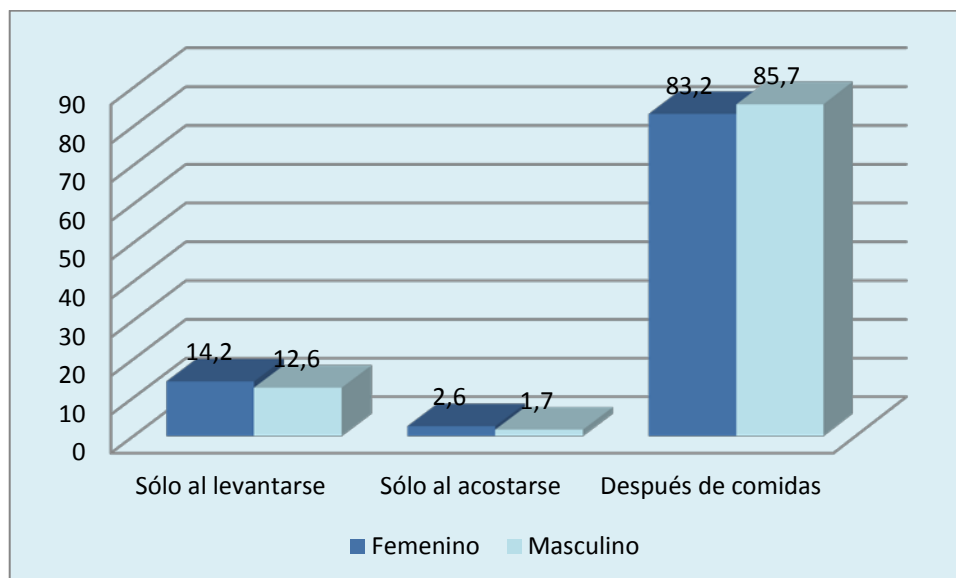
INTERPRETACIÓN:

En el presente cuadro se aprecia el momento de cepillado dental de los alumnos, observándose que el mayor porcentaje de ellos lo hace después de las comidas (84.3%), en tanto el menor porcentaje indicó que lo hace sólo al acostarse (2.2%). De acuerdo al género, en las mujeres el mayor porcentaje lo hace después de las comidas (83.2%), mientras que el menor porcentaje de ellas lo hace sólo al acostarse (2.6%). Respecto a los hombres, el mayor porcentaje lo hace después de las comidas (85.7%), en tanto el menor porcentaje de ellos lo hace sólo al acostarse (1.7%).

Según la prueba estadística, no existe relación significativa entre las variables en estudio, es decir, el género no se asocia al momento de cepillado en los alumnos motivo de investigación.

GRÁFICO N° 5

MOMENTO DE CEPILLADO SEGÚN GÉNERO DE LOS ALUMNOS DEL NIVEL DE SECUNDARIA DEL COLEGIO HORACIO ZEBALLOZ GÁMEZ



CUADRO N° 6

**REEMPLAZO DE CEPILLO SEGÚN GÉNERO DE LOS ALUMNOS DEL NIVEL
DE SECUNDARIA DEL COLEGIO HORACIO ZEBALLOZ GÁMEZ**

Reemplazo Cepillo	Género				Total	
	Femenino		Masculino			
	N°	%	N°	%	N°	%
Al mes	47	30.3	46	38.7	93	33.9
Cada 2 meses	42	27.1	30	25.2	72	26.3
Cada 3 meses	33	21.3	20	16.8	53	19.3
Cada 6 meses	7	4.5	4	3.4	11	4.0
Cuando el cepillo está deteriorado	26	16.8	19	16.0	45	16.4
Total	155	100.0	119	100.0	274	100.0

Fuente: Matriz de Sistematización

$P = 0.659$ ($P \geq 0.05$) N.S.

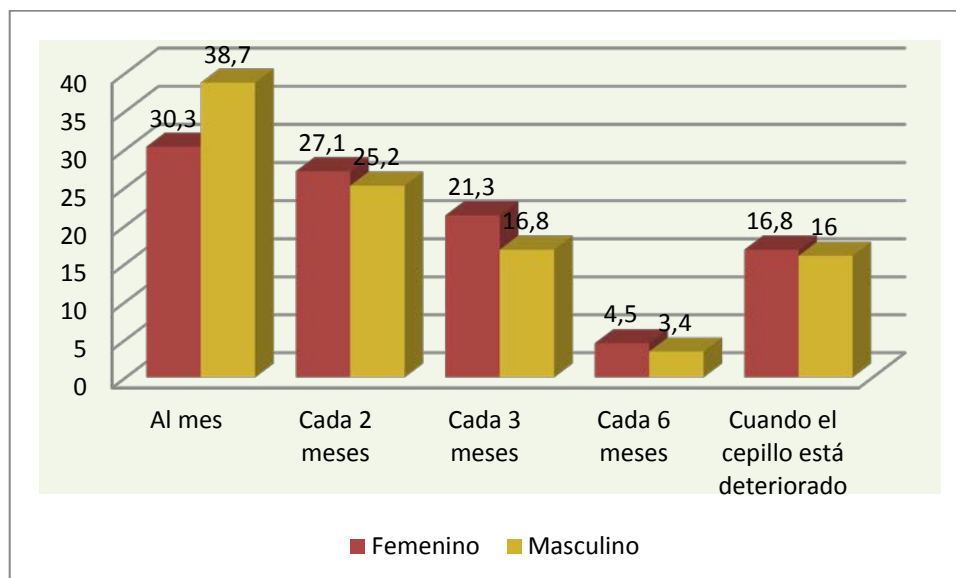
INTERPRETACIÓN:

En el presente cuadro se aprecia el reemplazo de cepillo dental de los alumnos, observándose que el mayor porcentaje de ellos lo hace al mes (33.9%), en tanto el menor porcentaje indicó que lo hace cada 6 meses (4.0%). De acuerdo al género, en las mujeres el mayor porcentaje lo hace al mes (30.3%), mientras que el menor porcentaje de ellas lo hace cada 6 meses (2.6%). Respecto a los hombres, el mayor porcentaje lo hace al mes (38.7%), en tanto el menor porcentaje de ellos lo hace cada 6 meses (1.7%).

Según la prueba estadística, no existe relación significativa entre las variables en estudio, es decir, el género no se asocia al reemplazo de cepillo en los alumnos motivo de investigación.

GRÁFICO N° 6

REEMPLAZO DE CEPILLO SEGÚN GÉNERO DE LOS ALUMNOS DEL NIVEL DE SECUNDARIA DEL COLEGIO HORACIO ZEBALLOZ GÁMEZ



CUADRO N° 7

USO DE HILO DENTAL SEGÚN GÉNERO DE LOS ALUMNOS DEL NIVEL DE SECUNDARIA DEL COLEGIO HORACIO ZEBALLOZ GÁMEZ

Uso Hilo Dental	Género				Total	
	Femenino		Masculino			
	N°	%	N°	%	N°	%
Nunca	64	41.3	44	37.0	108	39.4
Antes cepillado	44	28.4	32	26.9	76	27.7
Después cepillado	47	30.3	43	36.1	90	32.8
Total	155	100.0	119	100.0	274	100.0

Fuente: Matriz de Sistematización

P = 0.587 (P ≥ 0.05) N.S.

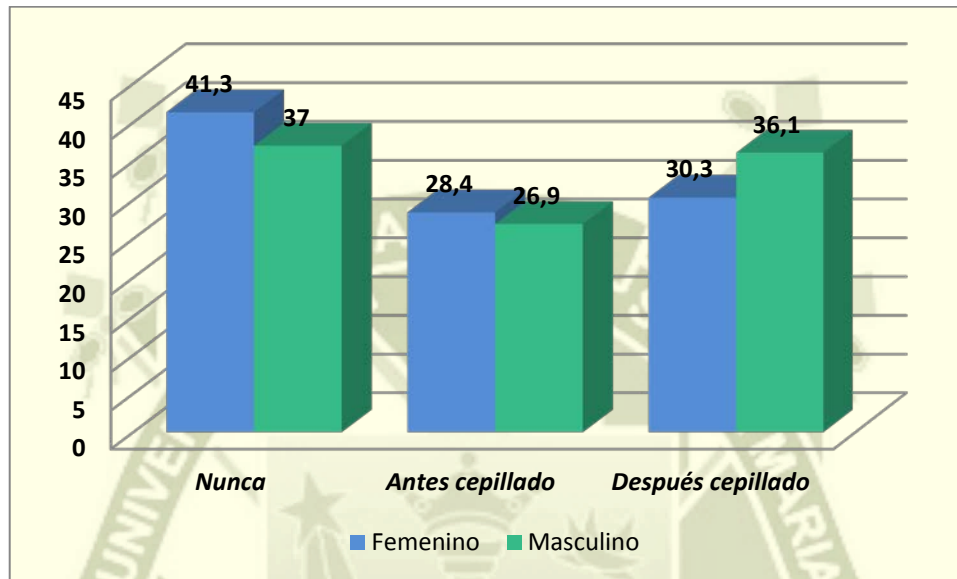
INTERPRETACIÓN:

En el presente cuadro se aprecia el uso de hilo dental de los alumnos, observándose que el mayor porcentaje de ellos lo hace nunca (39.4%), en tanto el menor porcentaje indicó que lo hace antes del cepillado (27.7%). De acuerdo al género, en las mujeres el mayor porcentaje lo hace nunca (41.3%), mientras que el menor porcentaje de ellas lo hace antes del cepillado (28.4%). Respecto a los hombres, el mayor porcentaje lo hace nunca (37.0%), en tanto el menor porcentaje de ellos lo hace antes del cepillado (26.9%).

Según la prueba estadística, no existe relación significativa entre las variables en estudio, es decir, el género no se asocia al uso de hilo dental en los alumnos motivo de investigación.

GRÁFICO N° 7

USO DE HILO DENTAL SEGÚN GÉNERO DE LOS ALUMNOS DEL NIVEL DE SECUNDARIA DEL COLEGIO HORACIO ZEBALLOZ GÁMEZ



CUADRO N° 8

**FRECUENCIA DEL USO DE ENJUAGUE BUCAL SEGÚN GÉNERO DE LOS
ALUMNOS DEL NIVEL DE SECUNDARIA DEL COLEGIO HORACIO
ZEBALLOZ GÁMEZ**

Frecuencia del Uso de Enjuague Bucal	Género				Total	
	Femenino		Masculino			
	N°	%	N°	%	N°	%
Nunca	21	13.5	10	8.4	31	11.3
Ocasionalmente	39	25.2	26	21.8	65	23.7
1 vez al día	32	20.6	30	25.2	62	22.6
2 veces al día	41	26.5	32	26.9	73	26.6
3 veces al día o más	22	14.2	21	17.6	43	15.7
Total	155	100.0	119	100.0	274	100.0

Fuente: Matriz de Sistematización

$P = 0.554$ ($P \geq 0.05$) N.S.

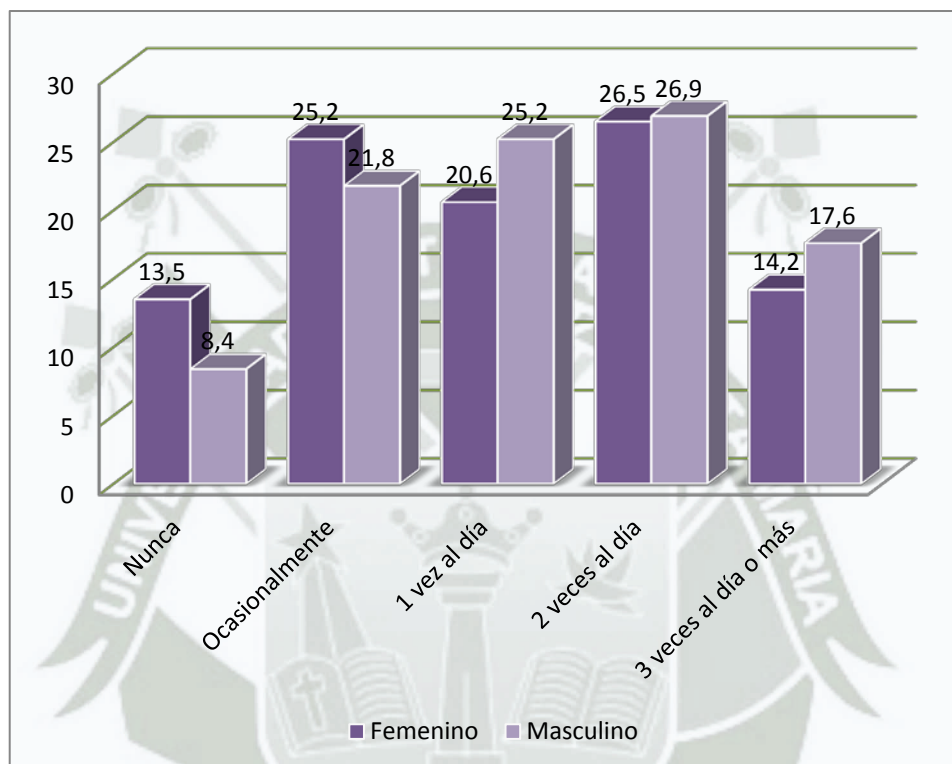
INTERPRETACIÓN:

En el presente cuadro se aprecia la frecuencia de enjuague bucal de los alumnos, observándose que el mayor porcentaje de ellos lo hace 2 veces al día (26.6%), en tanto el menor porcentaje indicó que lo hace nunca (11.3%). De acuerdo al género, en las mujeres el mayor porcentaje lo hace 2 veces al día (26.5%), mientras que el menor porcentaje de ellas lo hace nunca (13.5%). Respecto a los hombres, el mayor porcentaje lo hace 2 veces al día (26.9%), en tanto el menor porcentaje de ellos lo hace nunca (8.4%).

Según la prueba estadística, no existe relación significativa entre las variables en estudio, es decir, el género no se asocia a la frecuencia de enjuague bucal en los alumnos motivo de investigación.

GRÁFICO N° 8

FRECUENCIA DEL USO DE ENJUAGUE BUCAL SEGÚN GÉNERO DE LOS ALUMNOS DEL NIVEL DE SECUNDARIA DEL COLEGIO HORACIO ZEBALLOZ GÁMEZ



CUADRO N° 9

**TIEMPO DEL USO DE ENJUAGUE BUCAL SEGÚN GÉNERO DE LOS
ALUMNOS DEL NIVEL DE SECUNDARIA DEL COLEGIO HORACIO
ZEBALLOZ GÁMEZ**

Tiempo del uso de Enjuague Bucal	Género				Total	
	Femenino		Masculino			
	N°	%	N°	%	N°	%
Menos de 1 minuto	55	41.0	61	56.0	116	47.7
Más de 1 minuto	79	59.0	48	44.0	127	52.3
Total	155	100.0	119	100.0	243	100.0

Fuente: Matriz de Sistematización

P = 0.014 (P < 0.05) S.S.

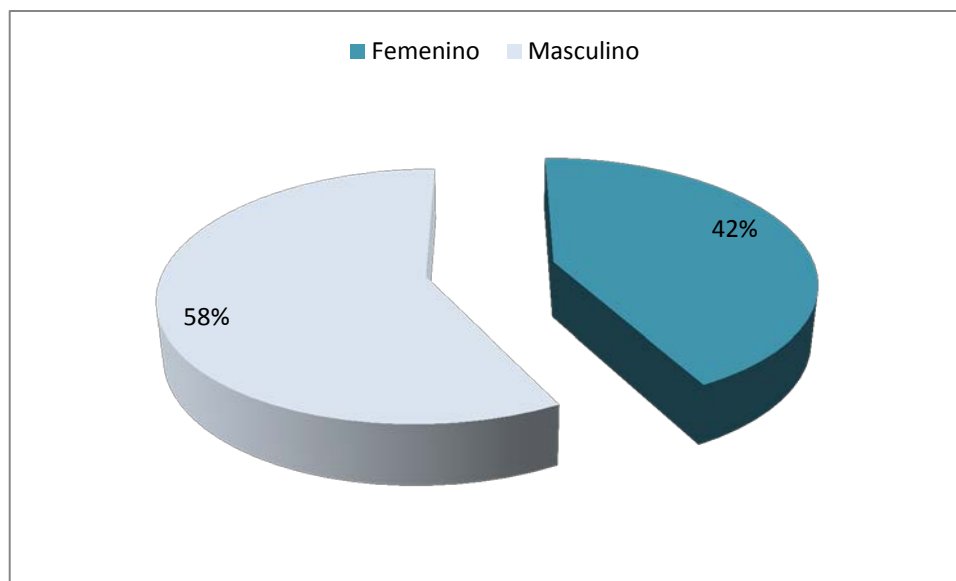
INTERPRETACIÓN:

En el presente cuadro se aprecia el tiempo de enjuague bucal de los alumnos, observándose que el mayor porcentaje de ellos lo hace más de 1 minuto (52.3%), en tanto el menor porcentaje indicó que lo hace menos de 1 minuto (47.7%). De acuerdo al género, en las mujeres el mayor porcentaje lo hace más de 1 minuto (59.0%), mientras que el menor porcentaje de ellas lo hace menos de 1 minuto (41.0%). Respecto a los hombres, el mayor porcentaje lo hace menos de 1 minuto (56.0%), en tanto el menor porcentaje de ellos lo hace más de 1 minuto (44.0%).

Según la prueba estadística, existe relación significativa entre las variables en estudio, es decir, el género se asocia al tiempo de enjuague bucal en los alumnos motivo de investigación, puesto que las mujeres emplean más tiempo en el enjuague bucal que los varones.

GRÁFICO N° 9

TIEMPO DEL USO DE ENJUAGUE BUCAL SEGÚN GÉNERO DE LOS ALUMNOS DEL NIVEL DE SECUNDARIA DEL COLEGIO HORACIO ZEBALLOZ GÁMEZ



CUADRO N° 10

**MOMENTO DEL USO DE ENJUAGUE BUCAL SEGÚN GÉNERO DE LOS
ALUMNOS DEL NIVEL DE SECUNDARIA DEL COLEGIO HORACIO
ZEBALLOZ GÁMEZ**

Momento del uso de Enjuague Bucal	Género				Total	
	Femenino		Masculino			
	N°	%	N°	%	N°	%
Antes del cepillado	23	17.2	11	10.1	34	14.0
Después del cepillado	111	82.8	98	89.9	209	86.0
Total	155	100.0	119	100.0	243	100.0

Fuente: Matriz de Sistematización

P = 0.138 (P ≥ 0.05) N.S.

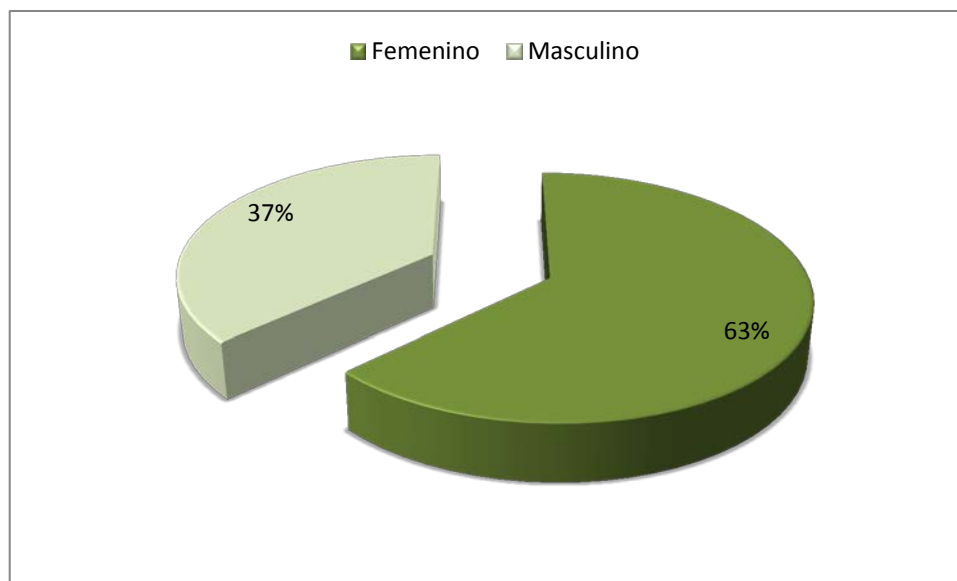
INTERPRETACIÓN:

En el presente cuadro se aprecia el momento de enjuague bucal de los alumnos, observándose que el mayor porcentaje de ellos lo hace después del cepillado (86.0%), en tanto el menor porcentaje indicó que lo hace antes del cepillado (14.0%). De acuerdo al género, en las mujeres el mayor porcentaje lo hace después del cepillado (82.8%), mientras que el menor porcentaje de ellas lo hace antes del cepillado (17.2%). Respecto a los hombres, el mayor porcentaje lo hace después del cepillado (89.9%), en tanto el menor porcentaje de ellos lo hace antes del cepillado (10.1%).

Según la prueba estadística, no existe relación significativa entre las variables en estudio, es decir, el género no se asocia al momento de enjuague bucal en los alumnos motivo de investigación.

GRÁFICO N° 10

MOMENTO DEL USO DE ENJUAGUE BUCAL SEGÚN GÉNERO DE LOS ALUMNOS DEL NIVEL DE SECUNDARIA DEL COLEGIO HORACIO ZEBALLOZ GÁMEZ



CUADRO N° 11

ÚLTIMA VISITA PARA PREVENCIÓN AL ODONTÓLOGO SEGÚN GÉNERO DE LOS ALUMNOS DEL NIVEL DE SECUNDARIA DEL COLEGIO HORACIO ZEBALLOZ GÁMEZ

Última Visita Odontólogo	Género				Total	
	Femenino		Masculino			
	N°	%	N°	%	N°	%
Nunca	21	13.5	10	8.4	31	11.3
Más de 2 años	23	14.8	26	21.8	49	17.9
Entre 1 y 2 años	26	16.8	25	21.0	51	18.6
Entre 6 meses y 1 año	26	16.8	28	23.5	54	19.7
Menos de 6 meses	59	38.1	30	25.2	89	32.5
Total	155	100.0	119	100.0	274	100.0

Fuente: Matriz de Sistematización

P = 0.060 (P ≥ 0.05) N.S.

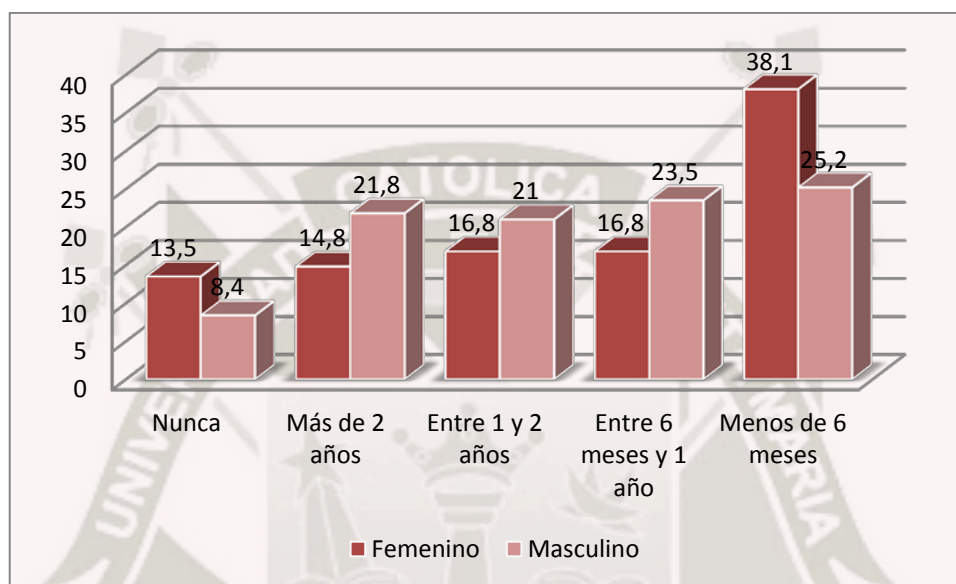
INTERPRETACIÓN:

En el presente cuadro se aprecia la última visita al odontólogo de los alumnos, observándose que el mayor porcentaje de ellos lo hace menos de 6 meses (32.5%), en tanto el menor porcentaje indicó que lo hace nunca (11.3%). De acuerdo al género, en las mujeres el mayor porcentaje lo hace menos de 6 meses (38.1%), mientras que el menor porcentaje de ellas lo hace nunca (13.5%). Respecto a los hombres, el mayor porcentaje lo hace menos de 6 meses (25.2%), en tanto el menor porcentaje de ellos lo hace nunca (8.4%).

Según la prueba estadística, no existe relación significativa entre las variables en estudio, es decir, el género no se asocia a la última visita al odontólogo en los alumnos motivo de investigación.

GRÁFICO N° 11

ÚLTIMA VISITA AL ODONTÓLOGO PARA PREVENCIÓN SEGÚN GÉNERO
DE LOS ALUMNOS DEL NIVEL DE SECUNDARIA DEL COLEGIO HORACIO
ZEBALLOZ GÁMEZ



CUADRO N° 12

HÁBITOS DE HIGIENE BUCODENTAL SEGÚN GÉNERO DE LOS ALUMNOS DEL NIVEL DE SECUNDARIA DEL COLEGIO HORACIO ZEBALLOZ GÁMEZ

Hábitos de Higiene Bucodental	Género				Total	
	Femenino		Masculino			
	N°	%	N°	%	N°	%
Inadecuados (0 a 10)	29	18,7	21	17,6	50	18,2
Regulares (11 a 17)	103	66,5	79	66,4	182	66,4
Adecuados (18 a 23)	23	14,8	19	16,0	42	15,3
Total	155	100.0	119	100.0	274	100.0

Fuente: Matriz de datos codificada

$P = 0.952$ ($P \geq 0.05$) N.S.

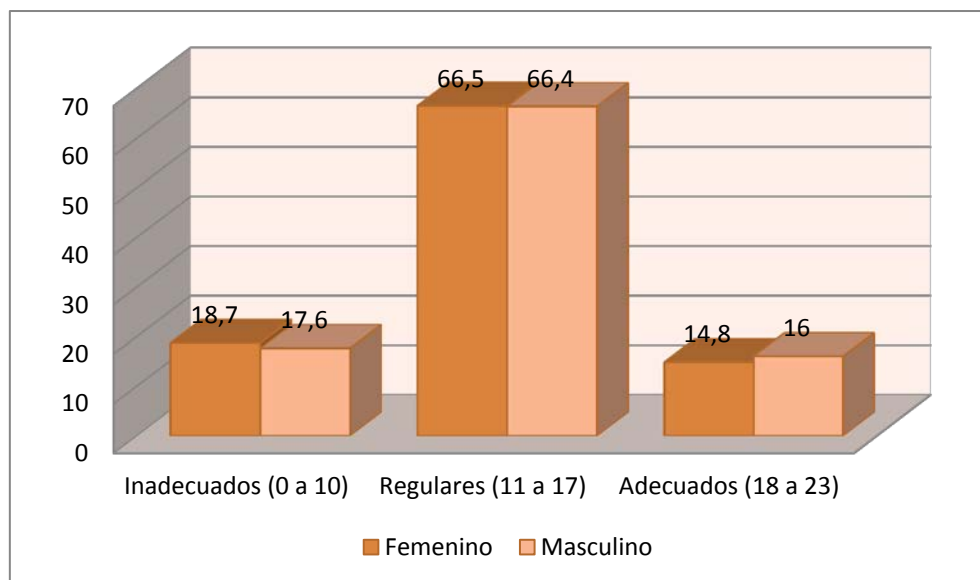
INTERPRETACIÓN

En el presente cuadro se aprecia los Hábitos de Higiene Bucodental de los alumnos, observándose que el mayor porcentaje de ellos tienen hábitos regulares (66.4%), en tanto el menor porcentaje indicó que tienen hábitos adecuados (15.3%). De acuerdo al género, en las mujeres el mayor porcentaje tienen hábitos regulares (66.5%), mientras que el menor porcentaje de ellas tienen hábitos adecuados (14.8%). Respecto a los hombres, el mayor porcentaje tienen hábitos regulares (66.4%), en tanto el menor porcentaje de ellos tienen hábitos adecuados (16.0%).

Según la prueba estadística, no existe relación significativa entre las variables en estudio, es decir, el género no se asocia a hábitos de higiene bucodental en los alumnos motivo de investigación.

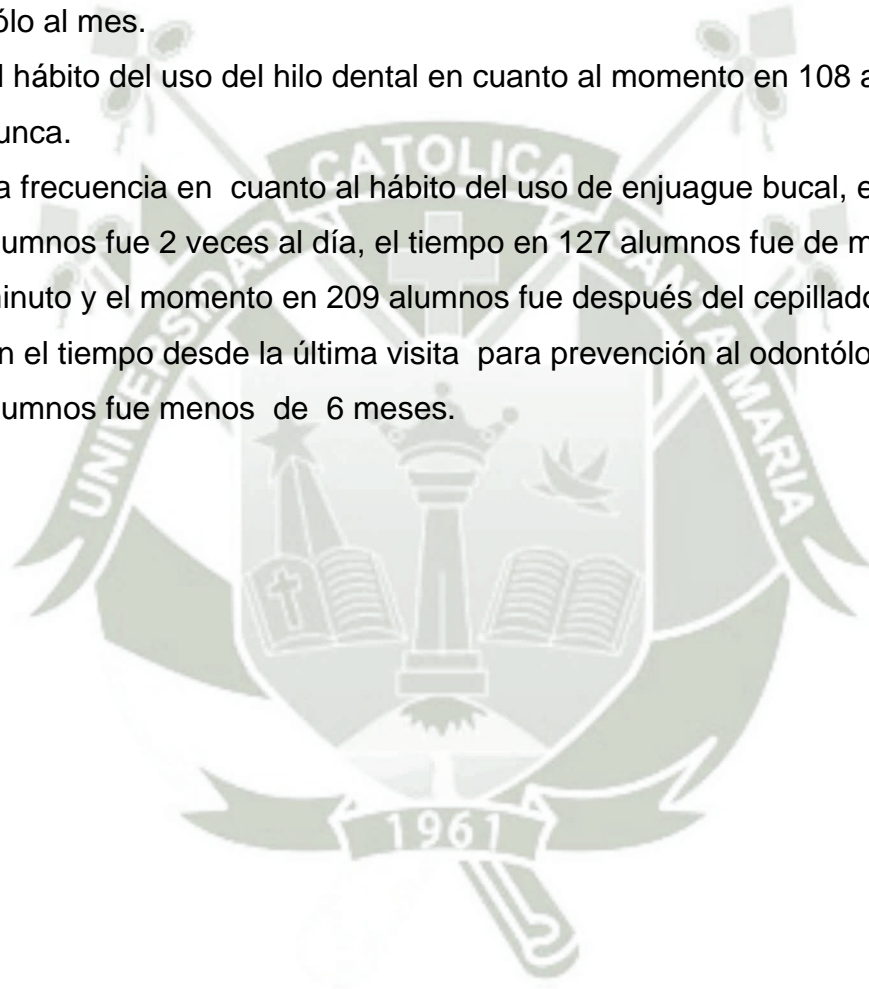
GRAFICO Nº 12

HÁBITOS DE HIGIENE BUCODENTAL SEGÚN GÉNERO DE LOS ALUMNOS
DEL NIVEL DE SECUNDARIA DEL COLEGIO HORACIO ZEBALLOZ GÁMEZ



CONCLUSIONES

1. La frecuencia de cepillado dental en 115 alumnos fue 2 veces al día, el tiempo en 141 alumnos fue de 3 minutos, el momento en 241 alumnos fue después de las comidas y el cambio del cepillo dental en 93 alumnos fue sólo al mes.
2. El hábito del uso del hilo dental en cuanto al momento en 108 alumnos fue nunca.
3. La frecuencia en cuanto al hábito del uso de enjuague bucal, en 73 alumnos fue 2 veces al día, el tiempo en 127 alumnos fue de más de 1 minuto y el momento en 209 alumnos fue después del cepillado,.
4. En el tiempo desde la última visita para prevención al odontólogo en 89 alumnos fue menos de 6 meses.



RECOMENDACIONES

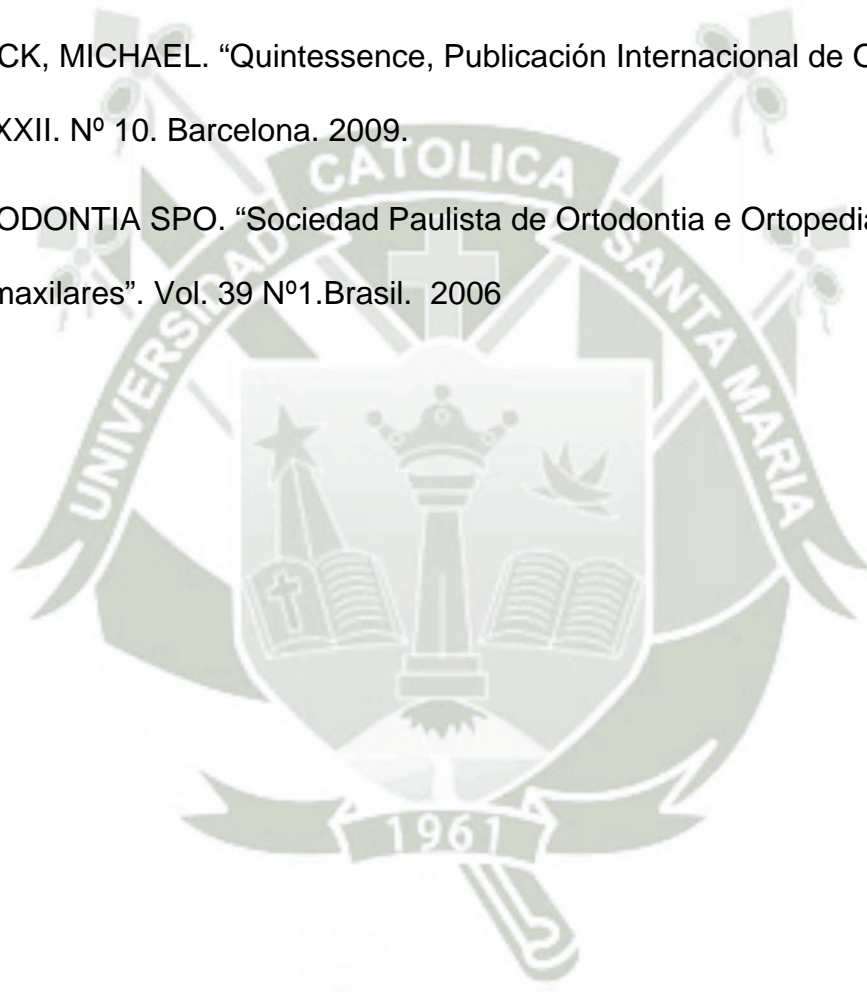
1. Se recomienda al personal docente del colegio Horacio Zebaloz Gamez motivar y enseñar a los alumnos que deben realizar el cepillado dental de preferencia 3 veces al día después de cada comida y sobre todo antes de acostarse. Debe tener una duración aproximada de 3 minutos para poder limpiar correctamente todas las zonas. Deben cambiar el cepillo de dientes aproximadamente cada 3 meses, cuando las cerdas estén dobladas, rotas y maltratadas.
2. Se recomienda al personal docente del colegio Horacio Zebaloz Gamez motivar y enseñar a los alumnos que deben usar complementos de higiene bucal ya que contribuyen a mejorar el grado de salud bucodental, previene y controlan la halitosis. Entre ellos tenemos:
 - a. El uso de hilo dental debe realizarse después del cepillado.
 - b. El uso de enjuagues bucales debe realizarse después del uso del hilo dental y del cepillo durante 30 a 60 segundos.
3. Se recomienda al colegio Horacio Zebaloz Gamez acerca de la importancia de Odontología Preventiva mediante material educativo como pueden ser trifoliados, bifoliados, videos, etc. o a través de charlas dirigidas por profesionales capacitados en esta área.
4. Se sugiere a los egresados de la Facultad de Odontología que realicen trabajos de investigación sobre hábitos de higiene bucodental en colegios nacionales y particulares para realizar comparaciones con los resultados obtenidos.

BIBLIOGRAFIA

1. CUENCA, Emili. “Odontología preventiva y Comunitaria Principios, Métodos y Aplicaciones”. Edit. Masson. Barcelona. 2005
2. DELGADO, Honorio. “Psicología “. 2007.
3. ENRILE DE ROJAS, Francisco. “Manual de Higiene Bucal” .Edit. Medica Panamericana. Madrid. 2009.
4. GUEDES PINTO, Antonio Carlos.” Rehabilitación Bucal en Odontopediatría”. Edit. Actualidades Medico Odontológica Latinoamericanas. Colombia. 2003.
5. HARRIS, Norman. “Odontología preventiva primaria”. Edit. Manuel Moderno. México. 2005.
6. HIGASHIDA, Bertha Yoshiko. “Odontología Preventiva”. Edit. Mc Graw – Hill interamericana. México. 2009.
7. IRELAND, Robert. “Higiene Dental y Tratamiento”. Edit. Manual Moderno. Colombia. 2008.
8. RIOBOO GARCIA. Rafael. “Odontología Preventiva y Odontología Comunitaria”. Edit. Ediciones Avances Medico – Dentales. 2002.
9. VALDIVIA PINTO, Patricia. “Historia Clínica Periodontal”. Edit. Universidad Católica Santa María. Arequipa. 2008.
10. WOLF, Herbert. “Atlas a Color de Periodontologia”. Edit. Amolca. Colombia. 2009.

HEMEROGRAFIA

1. ADUCA.” Revista ADUCA XXXV”. Junio. 2008.
2. CICA, UCSM. “Centro Interdisciplinario de Investigación e Innovación”. Vol. 10. N° 1. 2006
3. CORRALES CALISAYA, Maximo. “Odontoestomatología” Edit. UCSM. 1999
4. NOACK, MICHAEL. “Quintessence, Publicación Internacional de Odontología”. Vol. XXII. N° 10. Barcelona. 2009.
5. ORTODONTIA SPO. “Sociedad Paulista de Ortodontia e Ortopedia Funcional dos maxilares”. Vol. 39 N°1. Brasil. 2006



INFORMATOGRAFIA

1. [http://es.wikipedia.org/wiki/H%C3%A1bito_\(psicolog%C3%ADa\)](http://es.wikipedia.org/wiki/H%C3%A1bito_(psicolog%C3%ADa))
2. http://es.wikipedia.org/wiki/Higiene_bucodental
3. <http://es.wikipedia.org/wiki/Costumbre>
4. <http://www.apsicat.com/sitio/articulos/44-salud-emocional/74-ique-son-los-habitos.html>.
5. <http://higeneoralcatherinerodriguez.blogspot.com/2011/05/definicion-y-objetivos.html>
6. <http://www.misonrisa.com.mx/cepillo-y-pasta-no-bastan/>
7. <http://www.scientificpsychic.com/health/higiene-dental.html>
8. http://www.kin.es/es/health_care/consejos.aspx







ANEXO 1

MODELO DE INSTRUMENTO

UNIVERSIDAD CATOLICA SANTA MARIA ENCUESTA SOBRE HÁBITOS DE HIGIENE BUCAL

Este cuestionario es confidencial y no se trata de un examen, sino para conocer tus hábitos en salud bucal. Te ruego contestar con total sinceridad.

Lee detenidamente las preguntas y contesta marcando con una "X" en la letra de la respuesta escogida.

1. ¿Cuántas veces al día te cepillas tus dientes?
 - a. Ocasionalmente
 - b. 1 vez al día
 - c. 2 veces al día
 - d. 3 veces al día o más
2. ¿Cuánto tiempo tardas cepillando tus dientes?
 - a. Menos de 3 minutos
 - b. 3 minutos
 - c. Más de 3 minutos
3. ¿En qué momento del día realizas el cepillado de tus dientes?
 - a. Solo al levantarse
 - b. Solo al acostarse
 - c. Después de las comidas
4. ¿Cada cuánto tiempo cambias el cepillo dental?
 - a. Al mes
 - b. Cada 2 meses
 - c. Cada 3 meses
 - d. Cada 6 meses
 - e. Cuando el cepillo está deteriorado
5. ¿En qué momento realizas la limpieza de tus dientes con hilo dental?
 - a. Nunca
 - b. Antes del cepillado
 - c. Después del cepillado
6. ¿Cuántas veces al día utilizas el enjuague dental?
 - a. Nunca
 - b. Ocasionalmente
 - c. 1 vez al día
 - d. 2 veces al día
 - e. 3 veces al día o más
7. ¿Cuánto tiempo tardas en usar el enjuague bucal en tu boca?
 - a. Menos de 1 minuto
 - b. Más de 1 minuto
8. ¿En qué momento realizas el enjuague bucal?
 - a. Antes del cepillado
 - b. Después del cepillado
9. ¿Hace cuánto tiempo fue tu última visita al dentista?
 - a. No he ido nunca al dentista
 - b. Más de 2 años
 - c. Entre 1 y 2 años
 - d. Entre 6 meses y 1 año
 - e. nos de 6 meses



**SOLICITO: PERMISO PARA REALIZAR
TRABAJO DE INVESTIGACIÓN**

**SEÑOR DIRECTOR DE LA I.E. "HORACIO ZEBALLOZ GAMEZ"
S.D.**

Yo Juan Rolando Alarcón Guzmán,
identificado con DNI. 45504410
domiciliado en la Urb. la Merced A-23
Cerro Colorado. Egresado de la
Facultad de Odontología de la
Universidad Católica Santa María,
ante Usted me presento y expongo:

Que habiendo culminado la carrera de
ODONTOLOGIA en la Universidad Católica de Santa María, solicito a Ud. permiso
para realizar trabajo de investigación en su institución sobre "HABITOS DE
HIGIENE BUCODENTAL EN ALUMNOS DE SECUNDARIA DEL COLEGIO
HORACIO ZEBALLOZ GAMEZ AREQUIPA 2012" para optar el grado de cirujano
dentista.

POR LO EXPUESTO:

Ruego a usted acceder a mi
solicitud

Arequipa, 14 de Mayo del 2013

Juan Rolando Alarcón Guzmán
DNI. N° 45504410

ANEXO 3 AUTORIZACIÓN

AUTORIZACIÓN

Yo _____ que me identifico
con D.N.I. n° _____ otorgo mi expreso consentimiento para que a mi
menor hijo, _____.

Se le pueda realizar la encuesta de hábitos de higiene bucal.

Y para que conste y surta los efectos oportunos, firmo la presente autorización el
___ de _____ del 20__



Firma

ANEXO 4 MATRIZ DE SISTEMATIZACIÓN

N	GRADO	GÉNERO	PREGUNTA 1	PREGUNTA 2	PREGUNTA 3	PREGUNTA 4	PREGUNTA 5	PREGUNTA 6	PREGUNTA 7	PREGUNTA 8	PREGUNTA 9
1	Primero	Femenino	3 veces al día o más	3 minutos	Después de comidas	Al mes	Después cepillado	1 vez al día	Más de 1 minuto	Antes del cepillado	Más de 2 años
2	Primero	Femenino	3 veces al día o más	3 minutos	Después de comidas	Al mes	Después cepillado	1 vez al día	Más de 1 minuto	Antes del cepillado	Más de 2 años
3	Primero	Femenino	2 veces al día	Menos de 3 minutos	Después de comidas	Cuando el cepillo está deteriorado	Nunca	Nunca	.	.	Entre 1 y 2 años
4	Primero	Femenino	2 veces al día	Menos de 3 minutos	Después de comidas	Cada 3 meses	Después cepillado	2 veces al día	Menos de 1 minuto	Después del cepillado	Entre 6 meses y 1 año
5	Primero	Masculino	2 veces al día	3 minutos	Después de comidas	Al mes	Después cepillado	2 veces al día	Menos de 1 minuto	Después del cepillado	Más de 2 años
6	Primero	Femenino	2 veces al día	3 minutos	Después de comidas	Cuando el cepillo está deteriorado	Después cepillado	2 veces al día	Menos de 1 minuto	Después del cepillado	Menos de 6 meses
7	Primero	Masculino	1 vez al día	Más de 3 minutos	Después de comidas	Al mes	Después cepillado	1 vez al día	Menos de 1 minuto	Después del cepillado	Menos de 6 meses
8	Primero	Masculino	1 vez al día	Menos de 3 minutos	Después de comidas	Cada 2 meses	Después cepillado	1 vez al día	Menos de 1 minuto	Después del cepillado	Entre 1 y 2 años
9	Primero	Femenino	2 veces al día	Más de 3 minutos	Después de comidas	Cada 2 meses	Nunca	Ocasionalmente	Más de 1 minuto	Después del cepillado	Menos de 6 meses
10	Primero	Femenino	2 veces al día	Más de 3 minutos	Después de comidas	Cada 2 meses	Nunca	Ocasionalmente	Más de 1 minuto	Después del cepillado	Menos de 6 meses
11	Primero	Masculino	3 veces al día o más	Más de 3 minutos	Después de comidas	Cada 2 meses	Después cepillado	3 veces al día o más	Más de 1 minuto	Después del cepillado	Menos de 6 meses
12	Primero	Masculino	3 veces al día o más	3 minutos	Después de comidas	Al mes	Después cepillado	3 veces al día o más	Menos de 1 minuto	Antes del cepillado	Entre 6 meses y 1 año
13	Primero	Masculino	2 veces al día	3 minutos	Después de comidas	Cada 3 meses	Nunca	2 veces al día	Menos de 1 minuto	Después del cepillado	Entre 6 meses y 1 año
14	Primero	Masculino	2 veces al día	3 minutos	Después de comidas	Cada 3 meses	Nunca	3 veces al día o más	Más de 1 minuto	Después del cepillado	Más de 2 años
15	Primero	Femenino	3 veces al día o más	3 minutos	Después de comidas	Cuando el cepillo está deteriorado	Después cepillado	Nunca	.	.	Menos de 6 meses
16	Primero	Femenino	3 veces al día o más	Más de 3 minutos	Después de comidas	Al mes	Después cepillado	2 veces al día	Menos de 1 minuto	Después del cepillado	Más de 2 años
17	Primero	Femenino	3 veces al día o más	3 minutos	Después de comidas	Cada 3 meses	Nunca	3 veces al día o más	Menos de 1 minuto	Antes del cepillado	Menos de 6 meses
18	Primero	Femenino	3 veces al día o más	3 minutos	Después de comidas	Cada 3 meses	Antes cepillado	2 veces al día	Más de 1 minuto	Antes del cepillado	Más de 2 años
19	Segundo	Femenino	3 veces al día o más	Más de 3 minutos	Después de comidas	Cada 2 meses	Después cepillado	3 veces al día o más	Más de 1 minuto	Después del cepillado	Entre 6 meses y 1 año
20	Segundo	Femenino	3 veces al día o más	Más de 3 minutos	Después de comidas	Al mes	Antes cepillado	1 vez al día	Más de 1 minuto	Después del cepillado	Más de 2 años
21	Segundo	Masculino	3 veces al día o más	Menos de 3 minutos	Después de comidas	Cada 3 meses	Después cepillado	3 veces al día o más	Menos de 1 minuto	Después del cepillado	Entre 1 y 2 años
22	Segundo	Masculino	3 veces al día o más	Menos de 3 minutos	Después de comidas	Cada 2 meses	Después cepillado	3 veces al día o más	Menos de 1 minuto	Antes del cepillado	Entre 1 y 2 años

23	Segundo	Femenino	2 veces al día	Más de 3 minutos	Después de comidas	Al mes	Nunca	2 veces al día	Más de 1 minuto	Después del cepillado	Menos de 6 meses
24	Segundo	Femenino	1 vez al día	3 minutos	Después de comidas	Al mes	Nunca	3 veces al día o más	Más de 1 minuto	Después del cepillado	Entre 1 y 2 años
25	Segundo	Femenino	3 veces al día o más	3 minutos	Después de comidas	Al mes	Después cepillado	3 veces al día o más	Menos de 1 minuto	Después del cepillado	Más de 2 años
26	Segundo	Masculino	2 veces al día	3 minutos	Después de comidas	Cada 2 meses	Después cepillado	2 veces al día	Menos de 1 minuto	Después del cepillado	Más de 2 años
27	Segundo	Femenino	2 veces al día	3 minutos	Después de comidas	Cada 2 meses	Después cepillado	1 vez al día	Más de 1 minuto	Después del cepillado	Menos de 6 meses
28	Segundo	Masculino	3 veces al día o más	3 minutos	Sólo al levantarse	Cada 3 meses	Después cepillado	3 veces al día o más	Más de 1 minuto	Después del cepillado	Menos de 6 meses
29	Segundo	Masculino	3 veces al día o más	3 minutos	Después de comidas	Cuando el cepillo está deteriorado	Después cepillado	2 veces al día	Menos de 1 minuto	Después del cepillado	Más de 2 años
30	Segundo	Masculino	2 veces al día	Más de 3 minutos	Después de comidas	Cuando el cepillo está deteriorado	Antes cepillado	1 vez al día	Menos de 1 minuto	Después del cepillado	Menos de 6 meses
31	Segundo	Masculino	1 vez al día	3 minutos	Sólo al levantarse	Al mes	Antes cepillado	Ocasionalmente	Menos de 1 minuto	Después del cepillado	Menos de 6 meses
32	Segundo	Masculino	3 veces al día o más	Más de 3 minutos	Después de comidas	Cada 2 meses	Después cepillado	1 vez al día	Más de 1 minuto	Después del cepillado	Más de 2 años
33	Segundo	Masculino	2 veces al día	3 minutos	Sólo al levantarse	Al mes	Después cepillado	2 veces al día	Más de 1 minuto	Después del cepillado	Entre 6 meses y 1 año
34	Segundo	Masculino	3 veces al día o más	Más de 3 minutos	Después de comidas	Al mes	Después cepillado	3 veces al día o más	Más de 1 minuto	Después del cepillado	Menos de 6 meses
35	Segundo	Masculino	2 veces al día	Menos de 3 minutos	Después de comidas	Cada 2 meses	Antes cepillado	Ocasionalmente	Menos de 1 minuto	Después del cepillado	Entre 1 y 2 años
36	Segundo	Masculino	3 veces al día o más	3 minutos	Después de comidas	Al mes	Antes cepillado	3 veces al día o más	Menos de 1 minuto	Después del cepillado	Entre 1 y 2 años
37	Segundo	Femenino	2 veces al día	3 minutos	Después de comidas	Al mes	Nunca	Ocasionalmente	Menos de 1 minuto	Después del cepillado	Entre 6 meses y 1 año
38	Segundo	Femenino	2 veces al día	3 minutos	Después de comidas	Cuando el cepillo está deteriorado	Después cepillado	Ocasionalmente	Menos de 1 minuto	Después del cepillado	Menos de 6 meses
39	Segundo	Masculino	1 vez al día	3 minutos	Después de comidas	Al mes	Nunca	3 veces al día o más	Menos de 1 minuto	Después del cepillado	Menos de 6 meses
40	Segundo	Masculino	2 veces al día	3 minutos	Después de comidas	Cada 2 meses	Antes cepillado	Nunca	.	.	Nunca
41	Segundo	Masculino	2 veces al día	Más de 3 minutos	Después de comidas	Al mes	Después cepillado	2 veces al día	Más de 1 minuto	Después del cepillado	Más de 2 años
42	Segundo	Femenino	2 veces al día	Más de 3 minutos	Después de comidas	Cada 3 meses	Nunca	3 veces al día o más	Menos de 1 minuto	Antes del cepillado	Menos de 6 meses
43	Segundo	Femenino	Ocasionalmente	3 minutos	Sólo al levantarse	Cuando el cepillo está deteriorado	Antes cepillado	Ocasionalmente	Menos de 1 minuto	Después del cepillado	Nunca
44	Segundo	Masculino	3 veces al día o más	3 minutos	Sólo al levantarse	Al mes	Antes cepillado	3 veces al día o más	Más de 1 minuto	Después del cepillado	Más de 2 años
45	Segundo	Masculino	3 veces al día o más	3 minutos	Después de comidas	Al mes	Antes cepillado	3 veces al día o más	Más de 1 minuto	Después del cepillado	Más de 2 años
46	Segundo	Femenino	3 veces al día o más	3 minutos	Sólo al levantarse	Cada 6 meses	Antes cepillado	2 veces al día	Más de 1 minuto	Antes del cepillado	Nunca
47	Segundo	Femenino	2 veces al día	3 minutos	Después de	Al mes	Después cepillado	2 veces al día	Menos de 1 minuto	Después del	Menos de 6 meses

48	Segundo	Masculino	2 veces al día	3 minutos	Después de comidas	Cada 2 meses	Nunca	Ocasionalmente	Menos de 1 minuto	Después del cepillado	Entre 6 meses y 1 año
49	Segundo	Masculino	3 veces al día o más	Menos de 3 minutos	Después de comidas	Cada 2 meses	Nunca	Ocasionalmente	Menos de 1 minuto	Antes del cepillado	Entre 6 meses y 1 año
50	Segundo	Femenino	3 veces al día o más	3 minutos	Después de comidas	Al mes	Después cepillado	Ocasionalmente	Menos de 1 minuto	Después del cepillado	Menos de 6 meses
51	Segundo	Masculino	3 veces al día o más	Menos de 3 minutos	Después de comidas	Cada 2 meses	Antes cepillado	Ocasionalmente	Más de 1 minuto	Después del cepillado	Más de 2 años
52	Segundo	Masculino	2 veces al día	3 minutos	Después de comidas	Cuando el cepillo está deteriorado	Después cepillado	1 vez al día	Más de 1 minuto	Después del cepillado	Entre 6 meses y 1 año
53	Segundo	Masculino	2 veces al día	3 minutos	Después de comidas	Cada 2 meses	Después cepillado	Ocasionalmente	Más de 1 minuto	Después del cepillado	Entre 6 meses y 1 año
54	Segundo	Femenino	2 veces al día	Menos de 3 minutos	Después de comidas	Al mes	Nunca	1 vez al día	Menos de 1 minuto	Después del cepillado	Entre 6 meses y 1 año
55	Segundo	Femenino	3 veces al día o más	Más de 3 minutos	Después de comidas	Cuando el cepillo está deteriorado	Después cepillado	1 vez al día	Más de 1 minuto	Después del cepillado	Más de 2 años
56	Segundo	Femenino	3 veces al día o más	Más de 3 minutos	Después de comidas	Al mes	Antes cepillado	1 vez al día	Más de 1 minuto	Después del cepillado	Más de 2 años
57	Segundo	Masculino	2 veces al día	Menos de 3 minutos	Después de comidas	Al mes	Nunca	2 veces al día	Menos de 1 minuto	Después del cepillado	Entre 6 meses y 1 año
58	Segundo	Femenino	3 veces al día o más	Más de 3 minutos	Después de comidas	Al mes	Antes cepillado	3 veces al día o más	Más de 1 minuto	Después del cepillado	Menos de 6 meses
59	Segundo	Masculino	2 veces al día	Más de 3 minutos	Después de comidas	Al mes	Antes cepillado	2 veces al día	Más de 1 minuto	Después del cepillado	Más de 2 años
60	Segundo	Femenino	2 veces al día	3 minutos	Después de comidas	Cada 2 meses	Nunca	Ocasionalmente	Más de 1 minuto	Después del cepillado	Entre 1 y 2 años
61	Cuarto	Masculino	3 veces al día o más	Menos de 3 minutos	Después de comidas	Al mes	Después cepillado	3 veces al día o más	Más de 1 minuto	Después del cepillado	Más de 2 años
62	Cuarto	Femenino	2 veces al día	3 minutos	Después de comidas	Al mes	Después cepillado	1 vez al día	Más de 1 minuto	Después del cepillado	Entre 6 meses y 1 año
63	Cuarto	Femenino	3 veces al día o más	3 minutos	Después de comidas	Al mes	Antes cepillado	1 vez al día	Más de 1 minuto	Antes del cepillado	Entre 6 meses y 1 año
64	Cuarto	Femenino	3 veces al día o más	Más de 3 minutos	Después de comidas	Cada 2 meses	Después cepillado	2 veces al día	Menos de 1 minuto	Después del cepillado	Menos de 6 meses
65	Cuarto	Femenino	1 vez al día	3 minutos	Sólo al levantarse	Al mes	Nunca	3 veces al día o más	Menos de 1 minuto	Después del cepillado	Entre 1 y 2 años
66	Cuarto	Femenino	2 veces al día	3 minutos	Después de comidas	Cada 3 meses	Después cepillado	Ocasionalmente	Más de 1 minuto	Después del cepillado	Menos de 6 meses
67	Cuarto	Femenino	1 vez al día	3 minutos	Sólo al levantarse	Cuando el cepillo está deteriorado	Nunca	Nunca	.	.	Más de 2 años
68	Cuarto	Femenino	1 vez al día	Más de 3 minutos	Sólo al levantarse	Cada 6 meses	Nunca	Nunca	.	.	Menos de 6 meses
69	Cuarto	Femenino	2 veces al día	Más de 3 minutos	Después de comidas	Al mes	Antes cepillado	1 vez al día	Más de 1 minuto	Antes del cepillado	Menos de 6 meses
70	Cuarto	Masculino	2 veces al día	3 minutos	Después de comidas	Cada 2 meses	Nunca	Nunca	.	.	Entre 1 y 2 años
71	Cuarto	Femenino	2 veces al día	Menos de 3 minutos	Después de comidas	Cada 2 meses	Nunca	2 veces al día	Más de 1 minuto	Después del cepillado	Entre 6 meses y 1 año
72	Cuarto	Masculino	2 veces al día	Menos de 3 minutos	Después de comidas	Cada 3 meses	Nunca	Nunca	.	.	Entre 1 y 2 años

	o	lino	día	3 minutos	de comidas	meses					2 años
73	Cuarto	Femenino	2 veces al día	Más de 3 minutos	Después de comidas	Cada 3 meses	Nunca	Ocasionalmente	Más de 1 minuto	Después del cepillado	Entre 1 y 2 años
74	Cuarto	Femenino	3 veces al día o más	3 minutos	Después de comidas	Al mes	Después cepillado	Ocasionalmente	Más de 1 minuto	Después del cepillado	Menos de 6 meses
75	Cuarto	Masculino	3 veces al día o más	Más de 3 minutos	Después de comidas	Al mes	Después cepillado	3 veces al día o más	Menos de 1 minuto	Después del cepillado	Entre 1 y 2 años
76	Cuarto	Femenino	2 veces al día	3 minutos	Después de comidas	Cada 3 meses	Nunca	Nunca	.	.	Entre 6 meses y 1 año
77	Cuarto	Masculino	3 veces al día o más	3 minutos	Después de comidas	Al mes	Antes cepillado	2 veces al día	Menos de 1 minuto	Después del cepillado	Más de 2 años
78	Cuarto	Femenino	3 veces al día o más	Más de 3 minutos	Después de comidas	Cada 3 meses	Nunca	1 vez al día	Más de 1 minuto	Después del cepillado	Entre 6 meses y 1 año
79	Cuarto	Femenino	2 veces al día	3 minutos	Después de comidas	Cada 2 meses	Nunca	2 veces al día	Menos de 1 minuto	Después del cepillado	Más de 2 años
80	Cuarto	Masculino	1 vez al día	Menos de 3 minutos	Después de comidas	Cada 6 meses	Nunca	Ocasionalmente	Más de 1 minuto	Después del cepillado	Menos de 6 meses
81	Cuarto	Masculino	3 veces al día o más	3 minutos	Después de comidas	Cada 2 meses	Nunca	3 veces al día o más	Más de 1 minuto	Después del cepillado	Entre 6 meses y 1 año
82	Cuarto	Masculino	3 veces al día o más	Menos de 3 minutos	Sólo al levantarse	Cada 3 meses	Antes cepillado	1 vez al día	Menos de 1 minuto	Después del cepillado	Entre 6 meses y 1 año
83	Cuarto	Femenino	2 veces al día	Más de 3 minutos	Sólo al levantarse	Cada 3 meses	Después cepillado	2 veces al día	Más de 1 minuto	Después del cepillado	Menos de 6 meses
84	Cuarto	Femenino	3 veces al día o más	3 minutos	Después de comidas	Cada 3 meses	Después cepillado	Ocasionalmente	Más de 1 minuto	Después del cepillado	Entre 1 y 2 años
85	Cuarto	Femenino	3 veces al día o más	3 minutos	Después de comidas	Cada 2 meses	Antes cepillado	Nunca	.	.	Menos de 6 meses
86	Cuarto	Femenino	2 veces al día	Menos de 3 minutos	Después de comidas	Cuando el cepillo está deteriorado	Nunca	Nunca	.	.	Nunca
87	Cuarto	Femenino	3 veces al día o más	Menos de 3 minutos	Después de comidas	Cada 6 meses	Nunca	1 vez al día	Más de 1 minuto	Después del cepillado	Entre 1 y 2 años
88	Cuarto	Femenino	2 veces al día	Más de 3 minutos	Después de comidas	Al mes	Después cepillado	1 vez al día	Menos de 1 minuto	Después del cepillado	Menos de 6 meses
89	Cuarto	Femenino	3 veces al día o más	3 minutos	Después de comidas	Cuando el cepillo está deteriorado	Después cepillado	3 veces al día o más	Más de 1 minuto	Después del cepillado	Nunca
90	Quinto	Masculino	3 veces al día o más	3 minutos	Después de comidas	Cada 2 meses	Antes cepillado	Ocasionalmente	Más de 1 minuto	Después del cepillado	Entre 1 y 2 años
91	Quinto	Masculino	2 veces al día	3 minutos	Después de comidas	Cada 3 meses	Después cepillado	2 veces al día	Más de 1 minuto	Después del cepillado	Entre 6 meses y 1 año
92	Quinto	Masculino	2 veces al día	3 minutos	Después de comidas	Cada 2 meses	Después cepillado	1 vez al día	Menos de 1 minuto	Después del cepillado	Nunca
93	Quinto	Femenino	3 veces al día o más	Menos de 3 minutos	Después de comidas	Cada 2 meses	Después cepillado	2 veces al día	Más de 1 minuto	Después del cepillado	Nunca
94	Quinto	Femenino	3 veces al día o más	Más de 3 minutos	Después de comidas	Cada 2 meses	Después cepillado	3 veces al día o más	Más de 1 minuto	Después del cepillado	Menos de 6 meses
95	Quinto	Femenino	3 veces al día o más	Menos de 3 minutos	Después de comidas	Cada 3 meses	Nunca	Ocasionalmente	Más de 1 minuto	Después del cepillado	Nunca
96	Quinto	Masculino	2 veces al día	3 minutos	Después de	Cuando el cepillo está	Nunca	Nunca	.	.	Nunca

97	Quinto	Masculino	2 veces al día	3 minutos	Después de comidas	deteriorado	Cada 2 meses	Nunca	1 vez al día	Más de 1 minuto	Antes del cepillado	Entre 6 meses y 1 año
98	Quinto	Masculino	3 veces al día o más	Menos de 3 minutos	Después de comidas		Al mes	Nunca	Nunca	.	.	Menos de 6 meses
99	Quinto	Masculino	3 veces al día o más	Menos de 3 minutos	Después de comidas		Al mes	Nunca	Nunca	.	.	Menos de 6 meses
100	Quinto	Femenino	2 veces al día	Más de 3 minutos	Después de comidas		Cuando el cepillo está deteriorado	Nunca	Nunca	.	.	Entre 6 meses y 1 año
101	Quinto	Femenino	3 veces al día o más	3 minutos	Después de comidas		Cada 6 meses	Nunca	Ocasionalmente	Más de 1 minuto	Después del cepillado	Menos de 6 meses
102	Quinto	Femenino	1 vez al día	3 minutos	Después de comidas		Cada 2 meses	Nunca	Nunca	.	.	Entre 6 meses y 1 año
103	Quinto	Masculino	3 veces al día o más	Menos de 3 minutos	Después de comidas		Cada 2 meses	Nunca	1 vez al día	Menos de 1 minuto	Después del cepillado	Menos de 6 meses
104	Quinto	Femenino	2 veces al día	Menos de 3 minutos	Sólo al acostarse		Cada 2 meses	Después cepillado	Ocasionalmente	Más de 1 minuto	Después del cepillado	Menos de 6 meses
105	Quinto	Femenino	2 veces al día	3 minutos	Después de comidas		Al mes	Después cepillado	2 veces al día	Menos de 1 minuto	Después del cepillado	Entre 6 meses y 1 año
106	Quinto	Femenino	3 veces al día o más	3 minutos	Después de comidas		Al mes	Nunca	1 vez al día	Más de 1 minuto	Después del cepillado	Menos de 6 meses
107	Quinto	Femenino	3 veces al día o más	3 minutos	Después de comidas		Cada 3 meses	Antes cepillado	Nunca	.	.	Más de 2 años
108	Quinto	Femenino	2 veces al día	3 minutos	Después de comidas		Cuando el cepillo está deteriorado	Antes cepillado	2 veces al día	Menos de 1 minuto	Después del cepillado	Nunca
109	Quinto	Femenino	2 veces al día	3 minutos	Después de comidas		Cuando el cepillo está deteriorado	Antes cepillado	2 veces al día	Más de 1 minuto	Después del cepillado	Menos de 6 meses
110	Quinto	Femenino	2 veces al día	3 minutos	Después de comidas		Al mes	Nunca	2 veces al día	Más de 1 minuto	Después del cepillado	Menos de 6 meses
111	Quinto	Femenino	2 veces al día	Más de 3 minutos	Después de comidas		Cada 2 meses	Nunca	Ocasionalmente	Más de 1 minuto	Después del cepillado	Menos de 6 meses
112	Quinto	Masculino	2 veces al día	Menos de 3 minutos	Después de comidas		Cada 2 meses	Nunca	Ocasionalmente	Menos de 1 minuto	Antes del cepillado	Nunca
113	Primero	Masculino	3 veces al día o más	Más de 3 minutos	Después de comidas		Cada 3 meses	Antes cepillado	Ocasionalmente	Menos de 1 minuto	Antes del cepillado	Más de 2 años
114	Primero	Masculino	3 veces al día o más	Más de 3 minutos	Después de comidas		Cada 2 meses	Antes cepillado	1 vez al día	Más de 1 minuto	Después del cepillado	Entre 6 meses y 1 año
115	Primero	Femenino	Ocasionalmente	Menos de 3 minutos	Después de comidas		Cuando el cepillo está deteriorado	Antes cepillado	3 veces al día o más	Más de 1 minuto	Después del cepillado	Nunca
116	Primero	Masculino	3 veces al día o más	Más de 3 minutos	Sólo al levantarse		Cada 3 meses	Después cepillado	1 vez al día	Menos de 1 minuto	Después del cepillado	Entre 6 meses y 1 año
117	Primero	Masculino	3 veces al día o más	Menos de 3 minutos	Sólo al levantarse		Cada 6 meses	Antes cepillado	3 veces al día o más	Más de 1 minuto	Después del cepillado	Menos de 6 meses
118	Primero	Masculino	3 veces al día o más	Menos de 3 minutos	Sólo al levantarse		Al mes	Después cepillado	Nunca	.	.	Entre 6 meses y 1 año
119	Primero	Femenino	1 vez al día	Menos de 3 minutos	Sólo al levantarse		Cuando el cepillo está deteriorado	Después cepillado	1 vez al día	Menos de 1 minuto	Después del cepillado	Entre 1 y 2 años
120	Primero	Femenino	1 vez al día	3 minutos	Sólo al levantarse		Cuando el cepillo está deteriorado	Después cepillado	1 vez al día	Menos de 1 minuto	Después del cepillado	Entre 1 y 2 años

121	Prime ro	Mascu lino	2 veces al día	Menos de 3 minutos	Después de comidas	Cuando el cepillo está deteriorado	Después cepillado	1 vez al día	Más de 1 minuto	Antes del cepillado	Menos de 6 meses
122	Prime ro	Mascu lino	2 veces al día	Menos de 3 minutos	Después de comidas	Al mes	Después cepillado	3 veces al día o más	Menos de 1 minuto	Después del cepillado	Menos de 6 meses
123	Prime ro	Mascu lino	2 veces al día	Menos de 3 minutos	Sólo al acostarse	Cada 3 meses	Después cepillado	Ocasionalm ente	Más de 1 minuto	Después del cepillado	Menos de 6 meses
124	Prime ro	Mascu lino	3 veces al día o más	Más de 3 minutos	Después de comidas	Al mes	Después cepillado	2 veces al día	Menos de 1 minuto	Después del cepillado	Entre 1 y 2 años
125	Prime ro	Mascu lino	Ocasionalm ente	Menos de 3 minutos	Sólo al levantarse	Al mes	Antes cepillado	Ocasionalm ente	Más de 1 minuto	Después del cepillado	Entre 6 meses y 1 año
126	Prime ro	Feme nino	2 veces al día	3 minutos	Después de comidas	Cada 3 meses	Antes cepillado	1 vez al día	Más de 1 minuto	Antes del cepillado	Menos de 6 meses
127	Prime ro	Feme nino	3 veces al día o más	Menos de 3 minutos	Después de comidas	Cada 2 meses	Antes cepillado	2 veces al día	Más de 1 minuto	Antes del cepillado	Menos de 6 meses
128	Prime ro	Feme nino	3 veces al día o más	Más de 3 minutos	Después de comidas	Cuando el cepillo está deteriorado	Nunca	1 vez al día	Menos de 1 minuto	Después del cepillado	Menos de 6 meses
129	Prime ro	Feme nino	1 vez al día	Menos de 3 minutos	Sólo al levantarse	Al mes	Nunca	Nunca	.	.	Nunca
130	Prime ro	Feme nino	1 vez al día	Menos de 3 minutos	Sólo al levantarse	Al mes	Nunca	Nunca	.	.	Nunca
131	Prime ro	Feme nino	3 veces al día o más	Más de 3 minutos	Después de comidas	Cuando el cepillo está deteriorado	Nunca	3 veces al día o más	Más de 1 minuto	Después del cepillado	Entre 1 y 2 años
132	Prime ro	Mascu lino	2 veces al día	Menos de 3 minutos	Después de comidas	Al mes	Antes cepillado	1 vez al día	Más de 1 minuto	Después del cepillado	Menos de 6 meses
133	Prime ro	Mascu lino	1 vez al día	Menos de 3 minutos	Sólo al levantarse	Cada 3 meses	Después cepillado	1 vez al día	Menos de 1 minuto	Después del cepillado	Menos de 6 meses
134	Prime ro	Feme nino	1 vez al día	Menos de 3 minutos	Sólo al levantarse	Al mes	Antes cepillado	Ocasionalm ente	Menos de 1 minuto	Después del cepillado	Menos de 6 meses
135	Prime ro	Feme nino	1 vez al día	Menos de 3 minutos	Sólo al levantarse	Cada 2 meses	Antes cepillado	Ocasionalm ente	Menos de 1 minuto	Después del cepillado	Menos de 6 meses
136	Prime ro	Mascu lino	3 veces al día o más	3 minutos	Después de comidas	Cada 3 meses	Antes cepillado	2 veces al día	Menos de 1 minuto	Después del cepillado	Entre 1 y 2 años
137	Prime ro	Feme nino	3 veces al día o más	Menos de 3 minutos	Después de comidas	Cada 3 meses	Nunca	1 vez al día	Más de 1 minuto	Después del cepillado	Entre 6 meses y 1 año
138	Prime ro	Feme nino	3 veces al día o más	3 minutos	Después de comidas	Al mes	Nunca	2 veces al día	Más de 1 minuto	Después del cepillado	Menos de 6 meses
139	Prime ro	Mascu lino	3 veces al día o más	3 minutos	Después de comidas	Al mes	Antes cepillado	1 vez al día	Menos de 1 minuto	Antes del cepillado	Menos de 6 meses
140	Prime ro	Mascu lino	1 vez al día	Menos de 3 minutos	Sólo al levantarse	Cada 2 meses	Nunca	Ocasionalm ente	Más de 1 minuto	Después del cepillado	Más de 2 años
141	Prime ro	Feme nino	1 vez al día	3 minutos	Sólo al levantarse	Al mes	Antes cepillado	1 vez al día	Menos de 1 minuto	Antes del cepillado	Entre 1 y 2 años
142	Prime ro	Feme nino	1 vez al día	Menos de 3 minutos	Sólo al levantarse	Cada 6 meses	Nunca	Ocasionalm ente	Menos de 1 minuto	Antes del cepillado	Menos de 6 meses
143	Prime ro	Mascu lino	Ocasionalm ente	Menos de 3 minutos	Sólo al levantarse	Cuando el cepillo está deteriorado	Nunca	1 vez al día	Menos de 1 minuto	Después del cepillado	Nunca
144	Prime ro	Mascu lino	Ocasionalm ente	Menos de 3 minutos	Después de comidas	Cada 3 meses	Nunca	3 veces al día o más	Más de 1 minuto	Después del cepillado	Entre 1 y 2 años
145	Prime ro	Mascu lino	3 veces al día o más	3 minutos	Después de comidas	Al mes	Antes cepillado	3 veces al día o más	Menos de 1 minuto	Después del cepillado	Nunca
146	Prime ro	Mascu lino	3 veces al día o más	3 minutos	Después de	Cuando el cepillo está	Nunca	2 veces al día	Menos de 1 minuto	Antes del cepillado	Menos de 6 meses

147	Prime ro	Feme nino	3 veces al día o más	3 minutos	Después de comidas	Al mes	Después cepillado	3 veces al día o más	Menos de 1 minuto	Después del cepillado	Más de 2 años
148	Prime ro	Mascu lino	Ocasionalm ente	3 minutos	Después de comidas	Cuando el cepillo está deteriorado	Nunca	Ocasionalm ente	Menos de 1 minuto	Después del cepillado	Más de 2 años
149	Prime ro	Mascu lino	1 vez al día	Menos de 3 minutos	Después de comidas	Cuando el cepillo está deteriorado	Nunca	1 vez al día	Menos de 1 minuto	Después del cepillado	Entre 6 meses y 1 año
150	Segu ndo	Mascu lino	2 veces al día	Más de 3 minutos	Después de comidas	Al mes	Después cepillado	2 veces al día	Más de 1 minuto	Después del cepillado	Entre 6 meses y 1 año
151	Segu ndo	Mascu lino	2 veces al día	3 minutos	Después de comidas	Cada 3 meses	Después cepillado	1 vez al día	Menos de 1 minuto	Después del cepillado	Menos de 6 meses
152	Segu ndo	Mascu lino	2 veces al día	3 minutos	Después de comidas	Cuando el cepillo está deteriorado	Después cepillado	1 vez al día	Menos de 1 minuto	Después del cepillado	Menos de 6 meses
153	Segu ndo	Mascu lino	2 veces al día	3 minutos	Después de comidas	Cuando el cepillo está deteriorado	Después cepillado	3 veces al día o más	Menos de 1 minuto	Después del cepillado	Menos de 6 meses
154	Segu ndo	Feme nino	3 veces al día o más	Más de 3 minutos	Después de comidas	Cada 3 meses	Nunca	Nunca	.	.	Menos de 6 meses
155	Segu ndo	Mascu lino	1 vez al día	3 minutos	Sólo al levantarse	Al mes	Después cepillado	2 veces al día	Menos de 1 minuto	Después del cepillado	Más de 2 años
156	Segu ndo	Feme nino	1 vez al día	Menos de 3 minutos	Después de comidas	Cada 2 meses	Nunca	Ocasionalm ente	Menos de 1 minuto	Después del cepillado	Entre 6 meses y 1 año
157	Segu ndo	Mascu lino	2 veces al día	3 minutos	Después de comidas	Cada 2 meses	Nunca	1 vez al día	Menos de 1 minuto	Después del cepillado	Entre 1 y 2 años
158	Segu ndo	Mascu lino	3 veces al día o más	3 minutos	Sólo al acostarse	Al mes	Después cepillado	1 vez al día	Menos de 1 minuto	Después del cepillado	Menos de 6 meses
159	Segu ndo	Feme nino	3 veces al día o más	3 minutos	Después de comidas	Cada 2 meses	Nunca	Ocasionalm ente	Más de 1 minuto	Después del cepillado	Entre 1 y 2 años
160	Segu ndo	Mascu lino	Ocasionalm ente	Más de 3 minutos	Después de comidas	Al mes	Antes cepillado	1 vez al día	Más de 1 minuto	Después del cepillado	Entre 1 y 2 años
161	Segu ndo	Mascu lino	1 vez al día	Menos de 3 minutos	Después de comidas	Cada 3 meses	Después cepillado	1 vez al día	Menos de 1 minuto	Después del cepillado	Entre 1 y 2 años
162	Segu ndo	Mascu lino	2 veces al día	3 minutos	Después de comidas	Al mes	Nunca	2 veces al día	Menos de 1 minuto	Después del cepillado	Menos de 6 meses
163	Segu ndo	Feme nino	2 veces al día	3 minutos	Después de comidas	Cada 2 meses	Antes cepillado	Ocasionalm ente	Menos de 1 minuto	Después del cepillado	Más de 2 años
164	Segu ndo	Mascu lino	2 veces al día	3 minutos	Después de comidas	Al mes	Nunca	Ocasionalm ente	Más de 1 minuto	Después del cepillado	Entre 1 y 2 años
165	Segu ndo	Mascu lino	3 veces al día o más	3 minutos	Después de comidas	Al mes	Antes cepillado	2 veces al día	Más de 1 minuto	Después del cepillado	Más de 2 años
166	Segu ndo	Feme nino	2 veces al día	3 minutos	Después de comidas	Al mes	Después cepillado	1 vez al día	Menos de 1 minuto	Después del cepillado	Menos de 6 meses
167	Segu ndo	Feme nino	2 veces al día	3 minutos	Después de comidas	Cada 2 meses	Antes cepillado	2 veces al día	Más de 1 minuto	Después del cepillado	Más de 2 años
168	Segu ndo	Feme nino	3 veces al día o más	3 minutos	Después de comidas	Cada 6 meses	Después cepillado	Ocasionalm ente	Menos de 1 minuto	Después del cepillado	Entre 1 y 2 años
169	Segu ndo	Feme nino	1 vez al día	3 minutos	Sólo al levantarse	Al mes	Antes cepillado	Nunca	.	.	Nunca
170	Terce ro	Feme nino	2 veces al día	3 minutos	Sólo al acostarse	Cuando el cepillo está deteriorado	Nunca	Ocasionalm ente	Más de 1 minuto	Antes del cepillado	Nunca
171	Terce ro	Feme nino	1 vez al día	3 minutos	Sólo al	Cuando el	Nunca	1 vez al día	Menos de	Antes del	Menos de

	ro	nino			acostarse	cepillo está deteriorado			1 minuto	cepillado	6 meses
172	Terce ro	Mascu lino	2 veces al día	3 minutos	Después de comidas	Cada 3 meses	Después cepillado	2 veces al día	Más de 1 minuto	Después del cepillado	Más de 2 años
173	Terce ro	Mascu lino	3 veces al día o más	3 minutos	Después de comidas	Al mes	Nunca	Ocasionalm ente	Menos de 1 minuto	Después del cepillado	Entre 1 y 2 años
174	Terce ro	Feme nino	3 veces al día o más	3 minutos	Después de comidas	Cuando el cepillo está deteriorado	Nunca	3 veces al día o más	Menos de 1 minuto	Después del cepillado	Menos de 6 meses
175	Terce ro	Feme nino	3 veces al día o más	Más de 3 minutos	Después de comidas	Al mes	Nunca	2 veces al día	Más de 1 minuto	Después del cepillado	Entre 6 meses y 1 año
176	Terce ro	Mascu lino	2 veces al día	3 minutos	Después de comidas	Cada 3 meses	Después cepillado	1 vez al día	Menos de 1 minuto	Después del cepillado	Entre 6 meses y 1 año
177	Terce ro	Feme nino	3 veces al día o más	3 minutos	Después de comidas	Cada 3 meses	Después cepillado	3 veces al día o más	Menos de 1 minuto	Después del cepillado	Menos de 6 meses
178	Terce ro	Feme nino	2 veces al día	3 minutos	Después de comidas	Al mes	Después cepillado	2 veces al día	Menos de 1 minuto	Después del cepillado	Entre 1 y 2 años
179	Terce ro	Mascu lino	3 veces al día o más	3 minutos	Después de comidas	Cada 2 meses	Después cepillado	2 veces al día	Menos de 1 minuto	Después del cepillado	Entre 1 y 2 años
180	Terce ro	Feme nino	3 veces al día o más	3 minutos	Después de comidas	Cada 3 meses	Después cepillado	2 veces al día	Menos de 1 minuto	Después del cepillado	Entre 1 y 2 años
181	Terce ro	Feme nino	3 veces al día o más	3 minutos	Después de comidas	Al mes	Antes cepillado	3 veces al día o más	Más de 1 minuto	Después del cepillado	Menos de 6 meses
182	Terce ro	Feme nino	3 veces al día o más	3 minutos	Después de comidas	Cada 2 meses	Después cepillado	2 veces al día	Más de 1 minuto	Antes del cepillado	Menos de 6 meses
183	Terce ro	Feme nino	2 veces al día	3 minutos	Después de comidas	Al mes	Antes cepillado	2 veces al día	Más de 1 minuto	Antes del cepillado	Entre 1 y 2 años
184	Terce ro	Mascu lino	2 veces al día	Menos de 3 minutos	Después de comidas	Cada 2 meses	Antes cepillado	Ocasionalm ente	Menos de 1 minuto	Después del cepillado	Nunca
185	Terce ro	Feme nino	3 veces al día o más	Menos de 3 minutos	Después de comidas	Cada 3 meses	Después cepillado	2 veces al día	Más de 1 minuto	Después del cepillado	Menos de 6 meses
186	Terce ro	Feme nino	3 veces al día o más	3 minutos	Después de comidas	Cada 3 meses	Nunca	1 vez al día	Menos de 1 minuto	Antes del cepillado	Menos de 6 meses
187	Terce ro	Mascu lino	3 veces al día o más	3 minutos	Después de comidas	Al mes	Antes cepillado	Ocasionalm ente	Más de 1 minuto	Después del cepillado	Entre 6 meses y 1 año
188	Terce ro	Feme nino	3 veces al día o más	3 minutos	Después de comidas	Cada 2 meses	Antes cepillado	1 vez al día	Más de 1 minuto	Después del cepillado	Entre 6 meses y 1 año
189	Terce ro	Feme nino	2 veces al día	3 minutos	Después de comidas	Al mes	Antes cepillado	2 veces al día	Más de 1 minuto	Después del cepillado	Menos de 6 meses
190	Terce ro	Feme nino	2 veces al día	3 minutos	Después de comidas	Al mes	Antes cepillado	2 veces al día	Más de 1 minuto	Después del cepillado	Menos de 6 meses
191	Terce ro	Mascu lino	3 veces al día o más	Menos de 3 minutos	Después de comidas	Al mes	Nunca	Nunca	.	.	Entre 6 meses y 1 año
192	Terce ro	Mascu lino	3 veces al día o más	3 minutos	Después de comidas	Cuando el cepillo está deteriorado	Antes cepillado	3 veces al día o más	Más de 1 minuto	Después del cepillado	Más de 2 años
193	Terce ro	Mascu lino	2 veces al día	3 minutos	Después de comidas	Cada 2 meses	Nunca	Nunca	.	.	Entre 1 y 2 años
194	Quint o	Feme nino	2 veces al día	3 minutos	Después de comidas	Cuando el cepillo está deteriorado	Antes cepillado	Ocasionalm ente	Más de 1 minuto	Después del cepillado	Nunca
195	Quint o	Mascu lino	2 veces al día	Menos de 3 minutos	Después de	Cuando el cepillo está	Antes cepillado	2 veces al día	Menos de 1 minuto	Después del	Menos de 6 meses

196	Quinto	Femenino	3 veces al día o más	3 minutos	Después de comidas	Cada 3 meses	Después cepillado	2 veces al día	Menos de 1 minuto	Antes del cepillado	Más de 2 años
197	Quinto	Femenino	2 veces al día	3 minutos	Después de comidas	Cuando el cepillo está deteriorado	Nunca	Ocasionalmente	Menos de 1 minuto	Después del cepillado	Menos de 6 meses
198	Quinto	Femenino	3 veces al día o más	3 minutos	Después de comidas	Cada 3 meses	Nunca	3 veces al día o más	Más de 1 minuto	Después del cepillado	Más de 2 años
199	Quinto	Femenino	3 veces al día o más	Menos de 3 minutos	Después de comidas	Cuando el cepillo está deteriorado	Antes cepillado	Ocasionalmente	Menos de 1 minuto	Después del cepillado	Más de 2 años
200	Quinto	Femenino	2 veces al día	Más de 3 minutos	Después de comidas	Cada 3 meses	Después cepillado	1 vez al día	Más de 1 minuto	Después del cepillado	Menos de 6 meses
201	Quinto	Femenino	2 veces al día	Menos de 3 minutos	Después de comidas	Cada 3 meses	Nunca	Nunca	.	.	Entre 1 y 2 años
202	Quinto	Masculino	2 veces al día	Menos de 3 minutos	Después de comidas	Cada 2 meses	Nunca	Ocasionalmente	Más de 1 minuto	Después del cepillado	Más de 2 años
203	Quinto	Masculino	3 veces al día o más	Menos de 3 minutos	Después de comidas	Al mes	Antes cepillado	2 veces al día	Más de 1 minuto	Después del cepillado	Más de 2 años
204	Quinto	Masculino	2 veces al día	Menos de 3 minutos	Después de comidas	Cuando el cepillo está deteriorado	Nunca	Ocasionalmente	Más de 1 minuto	Después del cepillado	Más de 2 años
205	Quinto	Masculino	2 veces al día	3 minutos	Después de comidas	Cada 3 meses	Nunca	Ocasionalmente	Menos de 1 minuto	Después del cepillado	Entre 6 meses y 1 año
206	Quinto	Femenino	3 veces al día o más	3 minutos	Después de comidas	Cada 2 meses	Nunca	Nunca	.	.	Más de 2 años
207	Quinto	Femenino	3 veces al día o más	3 minutos	Después de comidas	Cada 2 meses	Nunca	Nunca	.	.	Más de 2 años
208	Quinto	Masculino	3 veces al día o más	3 minutos	Después de comidas	Al mes	Antes cepillado	Ocasionalmente	Más de 1 minuto	Después del cepillado	Más de 2 años
209	Quinto	Femenino	3 veces al día o más	3 minutos	Después de comidas	Al mes	Antes cepillado	3 veces al día o más	Más de 1 minuto	Después del cepillado	Menos de 6 meses
210	Quinto	Femenino	2 veces al día	3 minutos	Sólo al levantarse	Al mes	Antes cepillado	2 veces al día	Más de 1 minuto	Antes del cepillado	Nunca
211	Quinto	Masculino	2 veces al día	3 minutos	Después de comidas	Al mes	Antes cepillado	2 veces al día	Más de 1 minuto	Después del cepillado	Entre 6 meses y 1 año
212	Quinto	Femenino	1 vez al día	3 minutos	Después de comidas	Cuando el cepillo está deteriorado	Antes cepillado	3 veces al día o más	Más de 1 minuto	Después del cepillado	Más de 2 años
213	Quinto	Masculino	3 veces al día o más	3 minutos	Después de comidas	Al mes	Antes cepillado	Ocasionalmente	Más de 1 minuto	Después del cepillado	Menos de 6 meses
214	Quinto	Femenino	2 veces al día	Menos de 3 minutos	Después de comidas	Al mes	Después cepillado	2 veces al día	Más de 1 minuto	Después del cepillado	Menos de 6 meses
215	Quinto	Masculino	2 veces al día	Más de 3 minutos	Después de comidas	Cada 2 meses	Después cepillado	2 veces al día	Menos de 1 minuto	Después del cepillado	Entre 6 meses y 1 año
216	Quinto	Masculino	2 veces al día	Más de 3 minutos	Después de comidas	Al mes	Nunca	2 veces al día	Más de 1 minuto	Después del cepillado	Entre 6 meses y 1 año
217	Quinto	Masculino	2 veces al día	3 minutos	Después de comidas	Cuando el cepillo está deteriorado	Nunca	2 veces al día	Menos de 1 minuto	Después del cepillado	Entre 1 y 2 años
218	Quinto	Masculino	2 veces al día	Menos de 3 minutos	Después de comidas	Al mes	Nunca	Ocasionalmente	Menos de 1 minuto	Después del cepillado	Entre 6 meses y 1 año
219	Quinto	Masculino	1 vez al día	Menos de 3 minutos	Después de comidas	Cuando el cepillo está deteriorado	Nunca	2 veces al día	Menos de 1 minuto	Después del cepillado	Nunca
220	Cuarto	Femenino	3 veces al día	3 minutos	Después	Cada 2	Antes	1 vez al día	Más de 1	Después	Entre 1 y

	o	nino	día o más		de comidas	meses	cepillado		minuto	del cepillado	2 años
221	Cuarto	Masculino	2 veces al día	Menos de 3 minutos	Después de comidas	Cuando el cepillo está deteriorado	Nunca	Nunca	.	.	Entre 1 y 2 años
222	Cuarto	Femenino	3 veces al día o más	Más de 3 minutos	Después de comidas	Cada 3 meses	Después cepillado	3 veces al día o más	Más de 1 minuto	Después del cepillado	Entre 1 y 2 años
223	Cuarto	Femenino	2 veces al día	Más de 3 minutos	Después de comidas	Cada 2 meses	Nunca	Ocasionalmente	Menos de 1 minuto	Después del cepillado	Más de 2 años
224	Cuarto	Masculino	2 veces al día	Menos de 3 minutos	Después de comidas	Al mes	Después cepillado	2 veces al día	Más de 1 minuto	Después del cepillado	Nunca
225	Cuarto	Femenino	1 vez al día	Más de 3 minutos	Sólo al levantarse	Cada 3 meses	Después cepillado	Nunca	.	.	Menos de 6 meses
226	Cuarto	Femenino	1 vez al día	3 minutos	Después de comidas	Al mes	Nunca	1 vez al día	Más de 1 minuto	Después del cepillado	Nunca
227	Cuarto	Femenino	3 veces al día o más	Más de 3 minutos	Después de comidas	Al mes	Después cepillado	3 veces al día o más	Más de 1 minuto	Antes del cepillado	Menos de 6 meses
228	Cuarto	Femenino	1 vez al día	3 minutos	Después de comidas	Cada 2 meses	Antes cepillado	Ocasionalmente	Menos de 1 minuto	Después del cepillado	Entre 1 y 2 años
229	Cuarto	Femenino	2 veces al día	3 minutos	Después de comidas	Cada 3 meses	Nunca	2 veces al día	Más de 1 minuto	Después del cepillado	Entre 1 y 2 años
230	Cuarto	Masculino	1 vez al día	Menos de 3 minutos	Después de comidas	Cada 2 meses	Después cepillado	1 vez al día	Más de 1 minuto	Después del cepillado	Entre 6 meses y 1 año
231	Cuarto	Femenino	3 veces al día o más	3 minutos	Después de comidas	Cada 3 meses	Antes cepillado	Ocasionalmente	Más de 1 minuto	Después del cepillado	Entre 6 meses y 1 año
232	Cuarto	Femenino	2 veces al día	Menos de 3 minutos	Después de comidas	Cada 2 meses	Nunca	1 vez al día	Menos de 1 minuto	Después del cepillado	Entre 6 meses y 1 año
233	Cuarto	Femenino	1 vez al día	Menos de 3 minutos	Sólo al levantarse	Al mes	Nunca	Nunca	.	.	Nunca
234	Cuarto	Femenino	2 veces al día	Más de 3 minutos	Después de comidas	Cada 2 meses	Después cepillado	2 veces al día	Más de 1 minuto	Después del cepillado	Menos de 6 meses
235	Cuarto	Femenino	2 veces al día	Menos de 3 minutos	Después de comidas	Cada 3 meses	Antes cepillado	1 vez al día	Menos de 1 minuto	Antes del cepillado	Menos de 6 meses
236	Cuarto	Masculino	1 vez al día	3 minutos	Después de comidas	Cada 3 meses	Nunca	1 vez al día	Más de 1 minuto	Después del cepillado	Menos de 6 meses
237	Cuarto	Femenino	3 veces al día o más	Más de 3 minutos	Después de comidas	Cada 2 meses	Antes cepillado	2 veces al día	Menos de 1 minuto	Después del cepillado	Entre 6 meses y 1 año
238	Cuarto	Femenino	2 veces al día	3 minutos	Después de comidas	Cada 2 meses	Nunca	1 vez al día	Menos de 1 minuto	Después del cepillado	Entre 1 y 2 años
239	Cuarto	Femenino	2 veces al día	3 minutos	Después de comidas	Al mes	Nunca	2 veces al día	Menos de 1 minuto	Después del cepillado	Nunca
240	Cuarto	Masculino	1 vez al día	Menos de 3 minutos	Después de comidas	Al mes	Nunca	1 vez al día	Más de 1 minuto	Después del cepillado	Entre 1 y 2 años
241	Cuarto	Masculino	1 vez al día	Menos de 3 minutos	Sólo al levantarse	Cuando el cepillo está deteriorado	Antes cepillado	1 vez al día	Menos de 1 minuto	Antes del cepillado	Entre 6 meses y 1 año
242	Cuarto	Femenino	1 vez al día	Menos de 3 minutos	Sólo al levantarse	Cada 3 meses	Antes cepillado	Ocasionalmente	Más de 1 minuto	Después del cepillado	Nunca
243	Cuarto	Femenino	2 veces al día	Menos de 3 minutos	Después de comidas	Cada 2 meses	Nunca	Ocasionalmente	Más de 1 minuto	Después del cepillado	Nunca
244	Cuarto	Femenino	3 veces al día o más	3 minutos	Después de comidas	Cada 2 meses	Después cepillado	2 veces al día	Menos de 1 minuto	Después del cepillado	Entre 6 meses y 1 año

245	Cuarto	Femenino	3 veces al día o más	Más de 3 minutos	Después de comidas	Cada 2 meses	Antes cepillado	2 veces al día	Menos de 1 minuto	Después del cepillado	Entre 6 meses y 1 año
246	Cuarto	Femenino	2 veces al día	3 minutos	Después de comidas	Al mes	Antes cepillado	2 veces al día	Más de 1 minuto	Después del cepillado	Más de 2 años
247	Cuarto	Masculino	2 veces al día	3 minutos	Después de comidas	Al mes	Nunca	2 veces al día	Menos de 1 minuto	Después del cepillado	Menos de 6 meses
248	Cuarto	Masculino	2 veces al día	3 minutos	Después de comidas	Cada 2 meses	Después cepillado	2 veces al día	Menos de 1 minuto	Después del cepillado	Nunca
249	Tercero	Femenino	2 veces al día	3 minutos	Sólo al levantarse	Al mes	Antes cepillado	1 vez al día	Más de 1 minuto	Después del cepillado	Nunca
250	Tercero	Femenino	2 veces al día	Más de 3 minutos	Sólo al levantarse	Al mes	Antes cepillado	1 vez al día	Más de 1 minuto	Antes del cepillado	Más de 2 años
251	Tercero	Masculino	3 veces al día o más	Menos de 3 minutos	Después de comidas	Al mes	Nunca	Ocasionalmente	Más de 1 minuto	Después del cepillado	Más de 2 años
252	Tercero	Masculino	3 veces al día o más	Menos de 3 minutos	Después de comidas	Cada 6 meses	Nunca	1 vez al día	Más de 1 minuto	Después del cepillado	Más de 2 años
253	Tercero	Femenino	2 veces al día	Más de 3 minutos	Después de comidas	Cuando el cepillo está deteriorado	Después cepillado	Ocasionalmente	Menos de 1 minuto	Después del cepillado	Entre 1 y 2 años
254	Tercero	Femenino	3 veces al día o más	3 minutos	Después de comidas	Cada 2 meses	Después cepillado	2 veces al día	Más de 1 minuto	Después del cepillado	Nunca
255	Tercero	Femenino	2 veces al día	3 minutos	Después de comidas	Cada 2 meses	Antes cepillado	Ocasionalmente	Más de 1 minuto	Antes del cepillado	Entre 6 meses y 1 año
256	Tercero	Femenino	3 veces al día o más	Más de 3 minutos	Después de comidas	Cada 2 meses	Después cepillado	2 veces al día	Más de 1 minuto	Después del cepillado	Entre 1 y 2 años
257	Tercero	Femenino	3 veces al día o más	3 minutos	Después de comidas	Cada 3 meses	Antes cepillado	Ocasionalmente	Menos de 1 minuto	Después del cepillado	Menos de 6 meses
258	Tercero	Femenino	2 veces al día	Menos de 3 minutos	Después de comidas	Cada 3 meses	Nunca	Nunca	.	.	Entre 1 y 2 años
259	Tercero	Femenino	2 veces al día	3 minutos	Después de comidas	Al mes	Nunca	Ocasionalmente	Menos de 1 minuto	Después del cepillado	Entre 1 y 2 años
260	Tercero	Femenino	2 veces al día	Menos de 3 minutos	Después de comidas	Cada 2 meses	Nunca	Nunca	.	.	Entre 6 meses y 1 año
261	Tercero	Femenino	3 veces al día o más	Más de 3 minutos	Después de comidas	Cada 2 meses	Después cepillado	3 veces al día o más	Más de 1 minuto	Después del cepillado	Menos de 6 meses
262	Tercero	Femenino	2 veces al día	3 minutos	Después de comidas	Cada 2 meses	Nunca	2 veces al día	Más de 1 minuto	Después del cepillado	Entre 6 meses y 1 año
263	Tercero	Femenino	2 veces al día	Más de 3 minutos	Después de comidas	Cada 2 meses	Nunca	2 veces al día	Más de 1 minuto	Después del cepillado	Menos de 6 meses
264	Tercero	Femenino	1 vez al día	Menos de 3 minutos	Sólo al acostarse	Cada 6 meses	Nunca	Ocasionalmente	Menos de 1 minuto	Después del cepillado	Entre 6 meses y 1 año
265	Tercero	Femenino	2 veces al día	3 minutos	Después de comidas	Cada 2 meses	Nunca	3 veces al día o más	Menos de 1 minuto	Después del cepillado	Menos de 6 meses
266	Tercero	Femenino	3 veces al día o más	Más de 3 minutos	Después de comidas	Cuando el cepillo está deteriorado	Antes cepillado	Ocasionalmente	Menos de 1 minuto	Después del cepillado	Menos de 6 meses
267	Tercero	Femenino	2 veces al día	Menos de 3 minutos	Sólo al levantarse	Cada 3 meses	Nunca	Ocasionalmente	Menos de 1 minuto	Después del cepillado	Entre 6 meses y 1 año
268	Tercero	Masculino	3 veces al día o más	3 minutos	Después de comidas	Cada 3 meses	Nunca	2 veces al día	Más de 1 minuto	Después del cepillado	Entre 1 y 2 años
269	Tercero	Masculino	3 veces al día o más	3 minutos	Después de	Cada 2 meses	Nunca	2 veces al día	Menos de 1 minuto	Después del	Entre 1 y 2 años

270	Terce ro	Feme nino	3 veces al día o más	Más de 3 minutos	comidas Después de comidas	Cada 3 meses	Nunca	Ocasionalm ente	Más de 1 minuto	cepillado Después del cepillado	Menos de 6 meses
271	Terce ro	Mascu lino	3 veces al día o más	Más de 3 minutos	Después de comidas	Cada 2 meses	Después cepillado	2 veces al día	Menos de 1 minuto	Después del cepillado	Menos de 6 meses
272	Terce ro	Mascu lino	2 veces al día	3 minutos	Sólo al levantarse	Al mes	Nunca	3 veces al día o más	Menos de 1 minuto	Antes del cepillado	Más de 2 años
273	Terce ro	Mascu lino	3 veces al día o más	Menos de 3 minutos	Después de comidas	Cada 6 meses	Antes cepillado	1 vez al día	Menos de 1 minuto	Después del cepillado	Menos de 6 meses
274	Terce ro	Mascu lino	1 vez al día	Menos de 3 minutos	Después de comidas	Cuando el cepillo está deteriorado	Después cepillado	Ocasionalm ente	Menos de 1 minuto	Después de cepillado	Entre 1 y 2 años



ANEXO 5
MODELO DE INSTRUMENTO CODIFICADO
UNIVERSIDAD CATOLICA SANTA MARIA
ENCUESTA SOBRE HÁBITOS DE HIGIENE BUCAL



Este cuestionario es confidencial y no se trata de un examen, sino para conocer tus hábitos en salud bucal. Te ruego contestar con total sinceridad. Lee detenidamente las preguntas y contesta marcando con una "X" en la letra de la respuesta escogida.

1. ¿Cuántas veces al día te cepillas tus dientes?
 - a. Ocasionalmente 0
 - b. 1 vez al día 1
 - c. 2 veces al día 2
 - d. 3 veces al día o más 3
2. ¿Cuánto tiempo tardas cepillando tus dientes?
 - a. Menos de 3 minutos 0
 - b. 3 minutos 2
 - c. Más de 3 minutos 1
3. ¿En qué momento del día realizas el cepillado de tus dientes?
 - a. Solo al levantarse 0
 - b. Solo al acostarse 1
 - c. Después de las comidas 2
4. ¿Cada cuánto tiempo cambias el cepillo dental?
 - a. Al mes 1
 - b. Cada 2 meses 2
 - c. Cada 3 meses 3
 - d. Cada 6 meses 0
 - e. Cuando el cepillo está deteriorado 4
5. ¿En qué momento realizas la limpieza de tus dientes con hilo dental?
 - a. Nunca 0
 - b. Antes del cepillado 1
 - c. Después del cepillado 2
6. ¿Cuántas veces al día utilizas el enjuague dental?
 - a. Nunca 0
 - b. Ocasionalmente 1
 - c. 1 vez al día 2
 - d. 2 veces al día 3
 - e. 3 veces al día o más 4
7. ¿Cuánto tiempo tardas en usar el enjuague bucal en tu boca?
 - a. Menos de 1 minuto 1
 - b. Más de 1 minuto 0
8. ¿En qué momento realizas el enjuague bucal?
 - a. Antes del cepillado 0
 - b. Después del cepillado 1
9. ¿Hace cuánto tiempo fue tu última visita al dentista?
 - a. No he ido nunca al dentista 0
 - b. Más de 2 años 1
 - c. Entre 1 y 2 años 2
 - d. Entre 6 meses y 1 año 3
 - e. Menos de 6 meses 4

ANEXO 6 MATRIZ CODIFICADA

No	SEXO	PREGU NTA 1	PREGU NTA 2	PREGU NTA 3	PREGU NTA 4	PREGU NTA 5	PREGU NTA 6	PREGU NTA 7	PREGU NTA 8	PREGU NTA 9	TOTAL
1	0	3	2	2	1	2	2	0	0	1	13
2	0	3	2	2	1	2	2	0	0	1	13
3	0	2	0	2	4	0	0	0	0	2	10
4	0	2	0	2	3	2	3	1	1	3	17
5	1	2	2	2	1	2	3	1	1	1	15
6	0	2	2	2	4	2	3	1	1	4	21
7	1	1	1	2	1	2	2	1	1	4	15
8	1	1	0	2	2	2	2	1	1	1	12
9	0	2	1	2	2	0	1	0	1	4	13
10	0	2	1	2	2	0	1	0	1	4	13
11	1	3	1	2	2	2	4	0	1	4	19
12	1	3	2	2	1	2	4	1	0	3	18
13	1	2	2	2	3	0	3	1	1	3	17
14	1	2	2	2	3	0	4	0	1	1	15
15	0	3	2	2	4	2	0	0	0	4	17
16	0	3	1	2	1	2	3	1	1	1	15
17	0	3	2	2	3	0	4	1	0	4	19
18	0	3	2	2	3	1	3	0	0	1	15
19	0	3	1	2	2	2	4	0	1	3	18
20	0	3	1	2	1	1	2	0	1	1	12
21	1	3	0	2	3	2	4	1	1	2	18
22	1	3	0	2	2	2	4	1	0	2	16
23	0	2	1	2	1	0	3	0	1	4	14
24	0	1	2	2	1	0	4	0	1	2	13
25	0	3	2	2	1	2	4	1	1	1	17
26	1	2	2	2	2	2	3	1	1	1	16
27	0	2	2	2	2	2	2	0	1	4	17
28	1	3	2	0	3	2	4	0	1	4	19
29	1	3	2	2	4	2	3	1	1	1	19
30	1	2	1	2	4	1	2	1	1	4	18
31	1	1	2	0	1	1	1	1	1	4	12
32	1	3	1	2	2	2	2	0	1	1	14
33	1	2	2	0	1	2	3	0	1	3	14
34	1	3	1	2	1	2	4	0	1	4	18
35	1	2	0	2	2	1	1	1	1	2	12
36	1	3	2	2	1	1	4	1	1	2	17
37	0	2	2	2	1	0	1	1	1	3	13
38	0	2	2	2	4	2	1	1	1	4	19

39	1	1	2	2	1	0	4	1	1	4	16
40	1	2	2	2	2	1	0	0	0	0	9
41	1	2	1	2	1	2	3	0	1	1	13
42	0	2	1	2	3	0	4	1	0	4	17
43	0	0	2	0	4	1	1	1	1	0	10
44	1	3	2	0	1	1	4	0	1	1	13
45	1	3	2	2	1	1	4	0	1	1	15
46	0	3	2	0	0	1	3	0	0	0	9
47	0	2	2	2	1	2	3	1	1	4	18
48	1	2	2	2	2	0	1	1	1	3	14
49	1	3	0	2	2	0	1	1	0	3	12
50	0	3	2	2	1	2	1	1	1	4	17
51	1	3	0	2	2	1	1	0	1	1	11
52	1	2	2	2	4	2	2	0	1	3	18
53	1	2	2	2	2	2	1	0	1	3	15
54	0	2	0	2	1	0	2	1	1	3	12
55	0	3	1	2	4	2	2	0	1	1	16
56	0	3	1	2	1	1	2	0	1	1	12
57	1	2	0	2	1	0	3	1	1	3	13
58	0	3	1	2	1	1	4	0	1	4	17
59	1	2	1	2	1	1	3	0	1	1	12
60	0	2	2	2	2	0	1	0	1	2	12
61	1	3	0	2	1	2	4	0	1	1	14
62	0	2	2	2	1	2	2	0	1	3	15
63	0	3	2	2	1	1	2	0	0	3	14
64	0	3	1	2	2	2	3	1	1	4	19
65	0	1	2	0	1	0	4	1	1	2	12
66	0	2	2	2	3	2	1	0	1	4	17
67	0	1	2	0	4	0	0	0	0	1	8
68	0	1	1	0	0	0	0	0	0	4	6
69	0	2	1	2	1	1	2	0	0	4	13
70	1	2	2	2	2	0	0	0	0	1	9
71	0	2	0	2	2	0	3	0	1	3	13
72	1	2	0	2	3	0	0	0	0	2	9
73	0	2	1	2	3	0	1	0	1	2	12
74	0	3	2	2	1	2	1	0	1	4	16
75	1	3	1	2	1	2	4	1	1	2	17
76	0	2	2	2	3	0	0	0	0	3	12
77	1	3	2	2	1	1	3	1	1	1	15
78	0	3	1	2	3	0	2	0	1	3	15
79	0	2	2	2	2	0	3	1	1	1	14
80	1	1	0	2	0	0	1	0	1	4	9
81	1	3	2	2	2	0	4	0	1	3	17
82	1	3	0	0	3	1	2	1	1	3	14

83	0	2	1	0	3	2	3	0	1	4	16
84	0	3	2	2	3	2	1	0	1	2	16
85	0	3	2	2	2	1	0	0	0	4	14
86	0	2	0	2	4	0	0	0	0	0	8
87	0	3	0	2	0	0	2	0	1	2	10
88	0	2	1	2	1	2	2	1	1	4	16
89	0	3	2	2	4	2	4	0	1	0	18
90	1	3	2	2	2	1	1	0	1	2	14
91	1	2	2	2	3	2	3	0	1	3	18
92	1	2	2	2	2	2	2	1	1	0	14
93	0	3	0	2	2	2	3	0	1	0	13
94	0	3	1	2	2	2	4	0	1	4	19
95	0	3	0	2	3	0	1	0	1	0	10
96	1	2	2	2	4	0	0	0	0	0	10
97	1	2	2	2	2	0	2	0	0	3	13
98	1	3	0	2	1	0	0	0	0	4	10
99	1	3	0	2	1	0	0	0	0	4	10
100	0	2	1	2	4	0	0	0	0	3	12
101	0	3	2	2	0	0	1	0	1	4	13
102	0	1	2	2	2	0	0	0	0	3	10
103	1	3	0	2	2	0	2	1	1	4	15
104	0	2	0	0	2	2	1	0	1	4	12
105	0	2	2	2	1	2	3	1	1	3	17
106	0	3	2	2	1	0	2	0	1	4	15
107	0	3	2	2	3	1	0	0	0	1	12
108	0	2	2	2	4	1	3	1	1	0	16
109	0	2	2	2	4	1	3	0	1	4	19
110	0	2	2	2	1	0	3	0	1	4	15
111	0	2	1	2	2	0	1	0	1	4	13
112	1	2	0	2	2	0	1	1	0	0	8
113	1	3	1	2	3	1	1	1	0	1	13
114	1	3	1	2	2	1	2	0	1	3	15
115	0	0	0	2	4	1	4	0	1	0	12
116	1	3	1	0	3	2	2	1	1	3	16
117	1	3	0	0	0	1	4	0	1	4	13
118	1	3	0	0	1	2	0	0	0	3	9
119	0	1	0	0	4	2	2	1	1	2	13
120	0	1	2	0	4	2	2	1	1	2	15
121	1	2	0	2	4	2	2	0	0	4	16
122	1	2	0	2	1	2	4	1	1	4	17
123	1	2	0	1	3	2	1	0	1	4	14
124	1	3	1	2	1	2	3	1	1	2	16
125	1	0	0	0	1	1	1	0	1	3	7
126	0	2	2	2	3	1	2	0	0	4	16

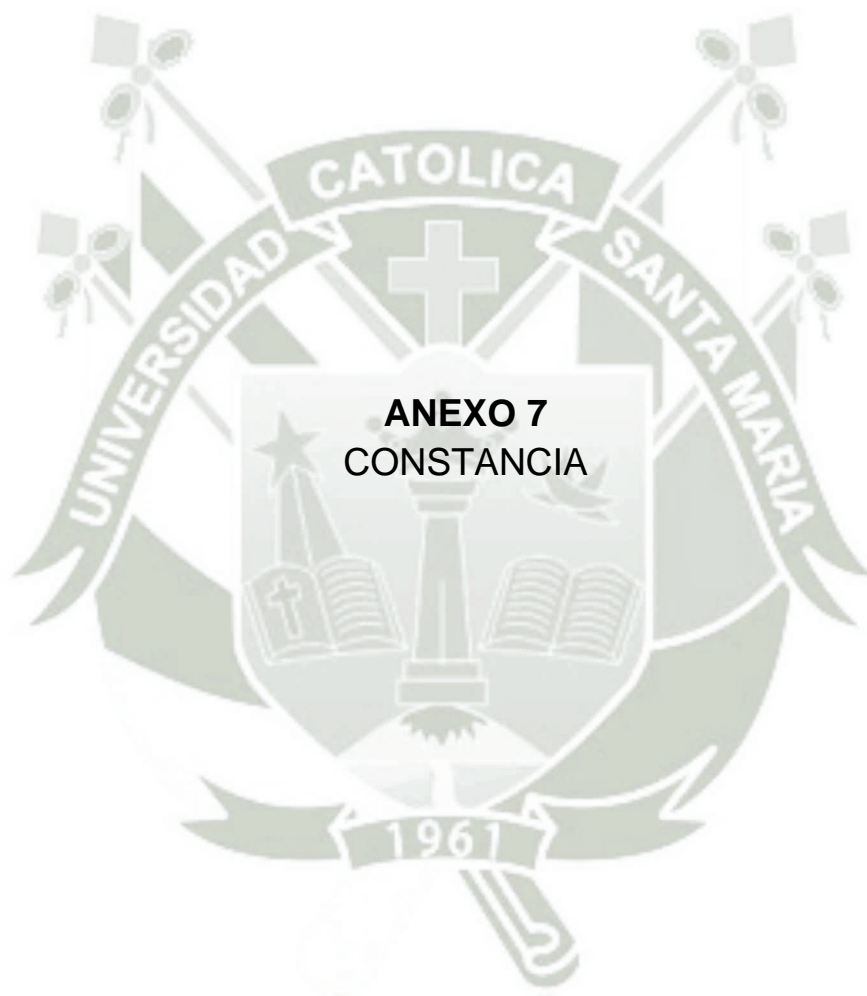
127	0	3	0	2	2	1	3	0	0	4	15
128	0	3	1	2	4	0	2	1	1	4	18
129	0	1	0	0	1	0	0	0	0	0	2
130	0	1	0	0	1	0	0	0	0	0	2
131	0	3	1	2	4	0	4	0	1	2	17
132	1	2	0	2	1	1	2	0	1	4	13
133	1	1	0	0	3	2	2	1	1	4	14
134	0	1	0	0	1	1	1	1	1	4	10
135	0	1	0	0	2	1	1	1	1	4	11
136	1	3	2	2	3	1	3	1	1	2	18
137	0	3	0	2	3	0	2	0	1	3	14
138	0	3	2	2	1	0	3	0	1	4	16
139	1	3	2	2	1	1	2	1	0	4	16
140	1	1	0	0	2	0	1	0	1	1	6
141	0	1	2	0	1	1	2	1	0	2	10
142	0	1	0	0	0	0	1	1	0	4	7
143	1	0	0	0	4	0	2	1	1	0	8
144	1	0	0	2	3	0	4	0	1	2	12
145	1	3	2	2	1	1	4	1	1	0	15
146	1	3	2	2	4	0	3	1	0	4	19
147	0	3	2	2	1	2	4	1	1	1	17
148	1	0	2	2	4	0	1	1	1	1	12
149	1	1	0	2	4	0	2	1	1	4	15
150	1	2	1	2	1	2	3	0	1	4	16
151	1	2	2	2	3	2	2	1	1	4	19
152	1	2	2	2	4	2	2	1	1	4	20
153	1	2	2	2	4	2	4	1	1	4	22
154	0	3	1	2	3	0	0	0	0	4	13
155	1	1	2	0	1	2	3	1	1	1	12
156	0	1	0	2	2	0	1	1	1	3	11
157	1	2	2	2	2	0	2	1	1	2	14
158	1	3	2	1	1	2	2	1	1	4	17
159	0	3	2	2	2	0	1	0	1	2	13
160	1	0	1	2	1	1	2	0	1	2	10
161	1	1	0	2	3	2	2	1	1	2	14
162	1	2	2	2	1	0	3	1	1	4	16
163	0	2	2	2	2	1	1	1	1	1	13
164	1	2	2	2	1	0	1	0	1	2	11
165	1	3	2	2	1	1	3	0	1	1	14
166	0	2	2	2	1	2	2	1	1	4	17
167	0	2	2	2	2	1	3	0	1	1	14
168	0	3	2	2	0	2	1	1	1	2	14
169	0	1	2	0	1	1	0	0	0	0	5
170	0	2	2	1	4	0	1	0	0	0	10

171	0	1	2	1	4	0	2	1	0	4	15
172	1	2	2	2	3	2	3	0	1	1	16
173	1	3	2	2	1	0	1	1	1	2	13
174	0	3	2	2	4	0	4	1	1	4	21
175	0	3	1	2	1	0	3	0	1	3	14
176	1	2	2	2	3	2	2	1	1	3	18
177	0	3	2	2	3	2	4	1	1	4	22
178	0	2	2	2	1	2	3	1	1	2	16
179	1	3	2	2	2	2	3	1	1	2	18
180	0	3	2	2	3	2	3	1	1	2	19
181	0	3	2	2	1	1	4	0	1	4	18
182	0	3	2	2	2	2	3	0	0	4	18
183	0	2	2	2	1	1	3	0	0	2	13
184	1	2	0	2	2	1	1	1	1	0	10
185	0	3	0	2	3	2	3	0	1	4	18
186	0	3	2	2	3	0	2	1	0	4	17
187	1	3	2	2	1	1	1	0	1	3	14
188	0	3	2	2	2	1	2	0	1	3	16
189	0	2	2	2	1	1	3	0	1	4	16
190	0	2	2	2	1	1	3	0	1	4	16
191	1	3	0	2	1	0	0	0	0	3	9
192	1	3	2	2	4	1	4	0	1	1	18
193	1	2	2	2	2	0	0	0	0	2	10
194	0	2	2	2	4	1	1	0	1	0	13
195	1	2	0	2	4	1	3	1	1	4	18
196	0	3	2	2	3	2	3	1	0	1	17
197	0	2	2	2	4	0	1	1	1	4	17
198	0	3	2	2	3	0	4	0	1	1	16
199	0	3	0	2	4	1	1	1	1	1	14
200	0	2	1	2	3	2	2	0	1	4	17
201	0	2	0	2	3	0	0	0	0	2	9
202	1	2	0	2	2	0	1	0	1	1	9
203	1	3	0	2	1	1	3	0	1	1	12
204	1	2	0	2	4	0	1	0	1	1	11
205	1	2	2	2	3	0	1	1	1	3	15
206	0	3	2	2	2	0	0	0	0	1	10
207	0	3	2	2	2	0	0	0	0	1	10
208	1	3	2	2	1	1	1	0	1	1	12
209	0	3	2	2	1	1	4	0	1	4	18
210	0	2	2	0	1	1	3	0	0	0	9
211	1	2	2	2	1	1	3	0	1	3	15
212	0	1	2	2	4	1	4	0	1	1	16
213	1	3	2	2	1	1	1	0	1	4	15
214	0	2	0	2	1	2	3	0	1	4	15

215	1	2	1	2	2	2	3	1	1	3	17
216	1	2	1	2	1	0	3	0	1	3	13
217	1	2	2	2	4	0	3	1	1	2	17
218	1	2	0	2	1	0	1	1	1	3	11
219	1	1	0	2	4	0	3	1	1	0	12
220	0	3	2	2	2	1	2	0	1	2	15
221	1	2	0	2	4	0	0	0	0	2	10
222	0	3	1	2	3	2	4	0	1	2	18
223	0	2	1	2	2	0	1	1	1	1	11
224	1	2	0	2	1	2	3	0	1	0	11
225	0	1	1	0	3	2	0	0	0	4	11
226	0	1	2	2	1	0	2	0	1	0	9
227	0	3	1	2	1	2	4	0	0	4	17
228	0	1	2	2	2	1	1	1	1	2	13
229	0	2	2	2	3	0	3	0	1	2	15
230	1	1	0	2	2	2	2	0	1	3	13
231	0	3	2	2	3	1	1	0	1	3	16
232	0	2	0	2	2	0	2	1	1	3	13
233	0	1	0	0	1	0	0	0	0	0	2
234	0	2	1	2	2	2	3	0	1	4	17
235	0	2	0	2	3	1	2	1	0	4	15
236	1	1	2	2	3	0	2	0	1	4	15
237	0	3	1	2	2	1	3	1	1	3	17
238	0	2	2	2	2	0	2	1	1	2	14
239	0	2	2	2	1	0	3	1	1	0	12
240	1	1	0	2	1	0	2	0	1	2	9
241	1	1	0	0	4	1	2	1	0	3	12
242	0	1	0	0	3	1	1	0	1	0	7
243	0	2	0	2	2	0	1	0	1	0	8
244	0	3	2	2	2	2	3	1	1	3	19
245	0	3	1	2	2	1	3	1	1	3	17
246	0	2	2	2	1	1	3	0	1	1	13
247	1	2	2	2	1	0	3	1	1	4	16
248	1	2	2	2	2	2	3	1	1	0	15
249	0	2	2	0	1	1	2	0	1	0	9
250	0	2	1	0	1	1	2	0	0	1	8
251	1	3	0	2	1	0	1	0	1	1	9
252	1	3	0	2	0	0	2	0	1	1	9
253	0	2	1	2	4	2	1	1	1	2	16
254	0	3	2	2	2	2	3	0	1	0	15
255	0	2	2	2	2	1	1	0	0	3	13
256	0	3	1	2	2	2	3	0	1	2	16
257	0	3	2	2	3	1	1	1	1	4	18
258	0	2	0	2	3	0	0	0	0	2	9

259	0	2	2	2	1	0	1	1	1	2	12
260	0	2	0	2	2	0	0	0	0	3	9
261	0	3	1	2	2	2	4	0	1	4	19
262	0	2	2	2	2	0	3	0	1	3	15
263	0	2	1	2	2	0	3	0	1	4	15
264	0	1	0	1	0	0	1	1	1	3	8
265	0	2	2	2	2	0	4	1	1	4	18
266	0	3	1	2	4	1	1	1	1	4	18
267	0	2	0	0	3	0	1	1	1	3	11
268	1	3	2	2	3	0	3	0	1	2	16
269	1	3	2	2	2	0	3	1	1	2	16
270	0	3	1	2	3	0	1	0	1	4	15
271	1	3	1	2	2	2	3	1	1	4	19
272	1	2	2	0	1	0	4	1	0	1	11
273	1	3	0	2	0	1	2	1	1	4	14
274	1	1	0	2	4	2	1	1	1	2	14





INSTITUCION EDUCATIVA N°40056 “HORACIO ZEBALLOS GAMEZ”
UGEL AREQUIPA NORTE

“AÑO DE LA INVERSION PARA EL DESARROLLO RURAL Y LA SEGURIDAD ALIMENTARIA”

C O N S T A N C I A

LA SRA DIRECTORA DE LA INSTITUCION EDUCATIVA N°.- 40056 “HORACIO ZEBALLOS GAMEZ” DE LA URBANIZACIÓN MARISCAL CASTILLA DEL DISTRITO DE CERRO COLORADO - UGEL AREQUIPA NORTE.

H A C E C O N S T A R:

Que el señor Juan Rolando Alarcón Guzmán egresado de la Facultad de Odontología de la U.C.S.M., ha realizado la encuesta con el tema “HABITOS DE HIGIENE BUCODENTAL EN ALUMNOS DE SECUNDARIA DEL COLEGIO HORACIO ZEBALLOZ GAMEZ”, a los alumnos de 1ro a 5to año del nivel secundario de nuestra I.E.

Se expide la presente Constancia para los fines que estime por conveniente el interesado.

Mariscal Castilla, 2013 Setiembre 13.



Mg. GOLNURA MOLLENEDO AZA
DIRECTORA DE LA I. E.

ANEXO 8 UBICACIÓN



ANEXO 9 FOTOS



