



Rev Mex Med Forense, 2019, 4(suppl 1):35-37

ISSN: 2448-8011

Reducción del índice de placa dentobacteriana: efectividad de los alimentos ricos en fibra

Artículo Original

Reduction of the dentobacterial plate index: effectiveness of rich foods in fiber

Loyo-Rodríguez, Leslie Alín¹; García-Rivera, Miguel Eric²; Flores-Gracia, Cindy³,
Montalvo-Gómez, Elisa³, Nachón-García, María Gabriela⁴

¹Alumna de la Facultad de Odontología Región Xalapa UV. ²Dr. en Ciencias de la Salud, UV-CA-441 CA Estudios Estomatológicos Facultad Odontología Región Xalapa UV. ³Especialista en Periodoncia, Facultad de Odontología Región Xalapa UV. ⁴Dr. en Ciencias de la Salud, UV-CA-441 CA Estudios Estomatológicos Facultad Odontología Región Xalapa UV, Instituto de Ciencias de la Salud UV

Corresponding author: María Gabriela Nachón García, gnachon@uv.mx

RESUMEN

Introducción: La enfermedad periodontal ocupa el segundo lugar en la prevalencia de las enfermedades bucales; la placa dentobacteriana (PDB) es uno de sus factores causales, se controla con buena higiene bucal. **Objetivos:** Determinar la efectividad de los alimentos ricos en fibra (ARF) para reducir el índice de placa dentobacteriana (IPB). **Metodología:** Ensayo Clínico. Se formaron cuatro grupos de diez personas de manera aleatoria, siendo uno de estos el control, se midió IPB basal; se les dio 200gr. de manzana, zanahoria o jícama, el grupo control se

mantuvo con fisioterapia oral. Se tomó una segunda medición del IPB después de la ingesta. Dicho proceso se repitió cinco días. **Resultados:** En 40 pacientes se analizaron las variables: sexo y IPB. En los grupos por género se comprobó que en las mujeres, la manzana ($p=0.028$), la jícama ($p=0.018$) y la zanahoria ($p=0.036$) tienen significancia estadística al reducir PDB de la misma manera que sucede con el cepillado dental ($p=0.028$). Se observó mejores resultados con la jícama que con el cepillado dental. **Conclusión:** Los alimentos detergentes ejercen influencia sobre la PDB por medio de autoclisis. **Palabras Claves:** Alimentos

ricos en fibra, índice de placa bacteriana, cepillado dental.

INTRODUCCIÓN

La PDB está expuesta a mecanismos de auto limpieza generada por los alimentos que se consumen en la dieta ejerciendo fricción en las superficies dentales a excepción de las interproximales (Kakodkar y Mulay, 2010). Los alimentos detergentes por su alto contenido en fibra o por su textura, ayudan a la remoción de la PDB, actúan sobre las encías como agentes de limpieza, queratinizando los tejidos de forma constante (Van der Weijden and et al., 2009). Estudios han reportado que las manzanas pueden proporcionar limpieza dental, excepto en aquellas zonas de difícil acceso (Addy, et al., 2009).

El objetivo del estudio fue determinar la efectividad de los alimentos ricos en fibra para reducir el índice de placa dentobacteriana en los pacientes que asisten a la clínica de periodoncia de la Facultad de Odontología Xalapa durante el periodo agosto 2017-2018.

MATERIAL Y MÉTODOS

Ensayo clínico aleatorizado. Se incluyeron pacientes entre 18 y 30 años, de sexo indistinto, aparentemente sanos y con más de 26 órganos dentarios en la cavidad oral, se les invito a participar en el estudio firmando el consentimiento informado. La distribución fue aleatoria en cuatro grupos de diez personas. Se realizó una historia clínica dental; se midió IPB basal con el índice Turesky-Gilmore-Glickman. A los pacientes de los grupos uno, dos y tres se les proporcionó 200gr de zanahoria, jícama y manzana respectivamente. El grupo control, se mantuvo con fisioterapia oral. Posterior al

consumo del alimento, se tomó la medición final del IPB. Este proceso se repitió durante cinco días consecutivos.

RESULTADOS

Los métodos más efectivos fueron la manzana, jícama y técnica de cepillado, los cuales tienen un valor de ($p=0.005$), mientras que la zanahoria fue menos efectiva ($p=0.017$.) Se comprobó que en las mujeres, la manzana ($p=0.028$), la jícama ($p=0.018$) y la zanahoria ($p=0.036$) reducen IPB de igual forma que el cepillado dental ($p=0.028$), se observó mejores resultados con la jícama que con el cepillado dental.

DISCUSIÓN

Se ha reportado que una rica en alimentos fibrosos, ejerce mayor acción sobre la autoclisis bucal favoreciendo que los alimentos asean las piezas dentales mediante la masticación, (Gonzalez-Sanz y cols., 2013). Volker y Finn (1976), mencionan que los ARF favorecen el desalojo de partículas alimenticias adheridas a las superficies dentales, disminuyendo la acumulación de PDB,¹³ lo que coincide con lo observado en el presente estudio, el cuál mostró la reducción del IPD dependiendo del tipo de alimento consumido (Castellanos-González y cols., 2016).

Se concluye que ARF ejercen influencia sobre el IPB por medio de autoclisis de las superficies al igual que el cepillado dental, ayudando a prevenir la acumulación de PDB y disminuir la prevalencia en enfermedades periodontales.

REFERENCIAS

1. Addy M, Moran J. En: Lindhe J, Niklaus PL, Thorkild K. (2009) Periodontología clínica e implantología odontológica: Control químico de la placa supragingival. 5 ed. USA: Panamericana, 734-60.
2. Castellanos-González M, Cueto-Hernández M, Boch M, Méndez-Castellano C, Méndez-Garrido L, Castillo-Fernandez C. (2016). Efectos fisiopatológicos del tabaquismo como factor de riesgo en la enfermedad periodontal. Rev. Finlay. Jun;6(2):134-49.
3. González Sanz, Ángel Miguel, González Nieto, Blanca Aurora, & González Nieto, Esther. (2013). Salud dental: relación entre la caries dental y el consumo de alimentos. Nutrición Hospitalaria, 28(Supl. 4), 64-71.
4. Kakodkar P, Mulay S. (2010). Effect of sugar-free gum in addition to tooth brushing on dental plaque and interdental debris. Dent Res J (Isfahan). 7(2):64-9.
5. Van der Weijden F, Echeverría JJ, Sanz M. En: Lindhe J, Niklaus PL, Thorkild K. (2009). Periodontología clínica e implantología odontológica: Control mecánico de la placa supragingival. 5 ed. USA: Panamericana. 705-33.
6. Volker JF, Finn SB.(1976). Alimentación y caries dental en Odontología Pediátrica. 23:452-467.
- 7.

