

Donde no hay dentista

EDICIÓN ACTUALIZADA

Murray Dickson

con información sobre el VIH/SIDA por
**Richard Bebermeyer, Martin Hobdell
y Gene Stevenson**

Introducción de David Werner,
autor de *Donde no hay doctor*



Berkeley, California, EE.UU.

Derechos reservados © Fundación Hesperian y PRODUSSEP, 2005

La Fundación Hesperian invita a otros a copiar, reproducir o adaptar a las condiciones locales cualquier parte de este libro y sus ilustraciones, siempre y cuando las partes utilizadas se distribuyan gratuitamente o al costo – pero no con fines de lucro.

Cualquier persona u organización que desee copiar, reproducir o adaptar cualquier parte de este libro con fines comerciales, deberá primero obtener la autorización de la Fundación Hesperian.

Antes de comenzar a traducir o adaptar la información de este libro, por favor comuníquese con la Fundación Hesperian para recibir sugerencias y evitar duplicar trabajo que quizás ya exista. Rogamos que nos envíe una copia de cualquier material en que se utilice parte del texto o de los dibujos de este libro.

Edición aumentada y actualizada en español, noviembre de 2005

Impreso en los Estados Unidos

ISBN: 0-942364-20-1

Library of Congress Cataloging-in-Publication Data:

Dickson, Murray.

[Where there is no dentist. Spanish]

Donde no hay dentista / Murray Dickson ; introduccion de David Werner.

p. cm.

“Edición aumentada con información sobre VIH/SIDA por Richard Bebermeyer, Martin Hobdell, y Gene Stevenson.”

“El libro en inglés: Where there is no dentist” --T.p. verso.

ISBN 0-942364-20-1

1. Teeth--Care and hygiene. 2. Preventative dentistry. 3. Dental public health. 4. Community dental services. 5. Dental auxiliary personnel. I. Bebermeyer, Richard. VIH/SIDA y el cuidado de los dientes y las encías. II. Hobdell, M. H. III. Stevenson, Gene, 1949- IV. Title.

RK61.D54182005

617.6--dc22

2005052836

Fundación Hesperian

1919 Addison St. #304

Berkeley, California, 94704 • EE.UU.

tel: 1-510-845-4507 • fax: 1-510-845-0539

correo-e: bookorders@hesperian.org

www.hesperian.org

Donde no hay dentista, edición actualizada, 2005

Coordinación de la presente edición: Todd Jailer y Kathleen Vickery

Traducción del capítulo 17, “El VIH/SIDA y la salud oral”: Lisa de Ávila

Corrección de estilo del capítulo 17: Ivonne del Valle

Diseño de portada: Sarah Wallis

Agradecimientos — Fundación Hesperian, 2005

En el año 2002, se editó el folleto en inglés “HIV/AIDS and Care of the Teeth and Gums” que ahora se incluye en este libro como el capítulo 17, “El VIH/SIDA y la salud oral”. Agradecemos a los dentistas Richard Bebermeyer, Martin Hobdell y Gene Stevenson quienes donaron su tiempo para escribir el texto, y a Jane Maxwell de la Fundación Hesperian, quien coordinó la edición en inglés junto con Darlena David, Julie Gerk y Todd Jailer.

Como siempre, la traducción de Lisa de Ávila y la corrección de estilo de Ivonne del Valle muestran un alto profesionalismo tanto como un profundo amor hacia el pueblo.

Por sus sugerencias y comentarios perspicaces, agradecemos a: Jean Arthur, Alma Carolina Blanco Reyes, Claire Borket, Roman Carlos, Stephen Cox, Belinda Forbes, Jo Frencken, Mónica Gandhi, Gene Gowdey, Gerardo A. Gutiérrez, Patcharin Lekswat, Brian Linde, Francina Lozada Nur, Stephen Moses, Foluso Owotade, Michael Terry, Garth von Hagen y P. Wanzala.

Los dibujos de Silvia Barandier, Sara Boore, Heidi Broner, Regina Faul-Doyle, Anna Kallis, Gabriela Nuñez, Mona Sfeir, Lihua Wang y Mary Ann Zapalac, las fotografías de Gene Stevenson, y la producción de Iñaki Fernández de Retana, Shu Ping Guan y Sarah Wallis contribuyen muchísimo para hacer la información más accesible y comprensible.

Agradecemos también a Lourdes Unanua quién ayudó con la corrección del texto actualizado.

Extendemos nuestro sincero agradecimiento a Bruce y Sue Campbell por su apoyo con la presente edición.

Ediciones previas

Este libro fue publicado por primera vez en inglés (*Where There Is No Dentist*) en 1983 por la Fundación Hesperian. La primera edición de *Donde no hay dentista* en español fue publicada en México en 1989 por la Fundación Hesperian y PRODUSSEP, A.C. La adaptación del texto original de Murray Dixon y la coordinación de la primera edición en español estuvieron a cargo de la Dra. Gloria Sayavedra Herrerías, de PRODUSSEP. La traducción fue realizada por el Dr. Aarón Yaschine Caplan, Jefe de Investigación del Área “Estado y Servicios de Salud” de la UAM-Xochimilco; la Dra. Dulce María Armendáriz, Jefa de Atención en Salud Bucal, Serv. Coord. de Salud Pública, Edo. de México; y Dr. Víctor López Cámara, Profesor de tiempo completo, UAM-Xochimilco. Dr. Paul Hersch Martínez, de PRODUSSEP, revisó la traducción, y José de Jesús Chan adaptó algunos de los dibujos.

Agradecimientos — Murray Dixon, 1989

Donde no hay dentista tiene el propósito de satisfacer una necesidad. A muchas personas les ha parecido que los libros que existen sobre servicios odontológicos están incompletos o demasiado complicados. Si este libro satisface esa necesidad es porque algunas personas han trabajado arduamente y han obtenido este resultado. Para ellos mis más sinceros agradecimientos.

Muchos acontecimientos han ocurrido desde el día en que llegó una carta de David Werner a Papúa, Nueva Guinea. El reto era simple, planteaba: “Puesto que nadie ha escrito un manual odontológico como este, ¿por qué no lo haces tú?” El aliento y constante apoyo de David me inclinaron a comenzar mis notas y producir un esquema que fue la base de este libro. Para ti, David por tu paciencia para ayudarme a aprender, mi más profundo agradecimiento.

Gracias también a Trude Back y Bill Bower por el alojamiento, alimentación, dirección y apoyo durante mi breve visita a la Fundación Hesperian, tiempo durante el cual el libro tomó una mejor orientación. Por sus inmejorables dibujos les estoy muy agradecido a June Mehra, Janet Elliott de Jacques, Michael Marzolla, Joan Thompson, Mindy Mead, Arlene Ustin-Cartagena y Lynn Gordon. Mis propios dibujos en el manual son en comparación, los de un aficionado. Finalmente quiero agradecer a mi familia, mi esposa, mis dos hijos y mis padres que me dieron su apoyo. Sólo lamento que mis padres no hayan vivido para ver este libro en su forma definitiva.

Contenido

Introducción, por David Werner	1
Primera parte: EL APRENDIZAJE Y LA ENSEÑANZA SOBRE LOS DIENTES Y LAS ENCÍAS	7
Capítulo 1: Sus dientes y encías	9
Los dientes de leche	11
Los dientes molares	17
Picaduras, caries, dolor de dientes y postemillas	18
Encías hinchadas y sangrantes	19
Las enfermedades más graves de las encías	20
Capítulo 2: Cómo proteger dientes y encías	23
Evite los alimentos que contengan azúcar	23
Coma alimentos sanos	25
Limpie sus dientes todos los días	27
Podemos fortalecer los dientes con flúor	34
Capítulo 3: Aprendiendo con la familia y los amigos	37
Cómo encontrar la mejor manera de enseñar	41
Una historia	44
Capítulo 4: Enseñando en la escuela sobre la salud de los dientes	49
Capítulo 5: Aprendamos jugando y haciendo	59
Capítulo 6: Actividades para los alumnos	71
Segunda parte: EL TRATAMIENTO DE LOS PROBLEMAS MÁS COMUNES DE DIENTES Y ENCÍAS	105
Capítulo 7: Mantener todo limpio	107
Limpieza de los instrumentos	109
Capítulo 8: Examen y diagnóstico	115
Dónde hacer el examen	117
Los instrumentos que necesita	118
Un buen diagnóstico	118
Cómo distinguir problemas parecidos	123
Capítulo 9: Cómo tratar algunos problemas comunes	129
Tratamiento dental para las embarazadas	131
Caries y obturaciones rotas	132
Absceso dental	133
Senos infectados	136
Dientes golpeados	138
Dientes flojos	142
Cuando salen nuevos los dientes	143
Enfermedades de las encías	145
Enfermedades más graves de las encías	146
Fuegos	149
Algodoncillo	151
Úlceras	152
Irritaciones en las comisuras de los labios	154

Capítulo 10: Algunos problemas especiales	157
Fractura de huesos	157
Mandíbula dislocada	164
Dolor en la articulación	166
Las encías hinchadas y epilepsia	168
Sangrado de boca	168
Problemas después de sacar un diente	169
Capítulo 11: Raspando los dientes	183
Capítulo 12: Cómo inyectar en la boca	193
Material necesario para la anestesia	193
En dónde inyectar	195
Cómo inyectar un anestésico	197
Después de anestesiarse	203
Capítulo 13: Cómo tapar los dientes con cemento	205
Casos en los que no se debe tapar un diente	205
Cuándo tapar un diente	206
Hay dos tipos de tapaduras	207
Instrumental y material necesario para obturar	208
Cómo aplicar el cemento para tapar los dientes	209
Obturaciones permanentes	217
Capítulo 14: Cómo sacar un diente	221
Instrumentos que necesita	223
El lugar de trabajo es importante	225
Cómo sacar un diente	226
Cómo hacer una sutura	232
Problemas que pueden presentarse	237
Capítulo 15: El botiquín dental	241
Medicinas	242
Instrumentos	249
Expedientes, informes y exámenes	251
Censo	255
Tercera parte: ANEXO	257
Capítulo 16: La experiencia en México	259
Promotores de la Salud Bucal	260
Plantas usadas para odontología	264
Cómo hacer sus instrumentos	269
Cómo hacer sillas dentales	273
Capítulo 17: El VIH/SIDA y la salud oral	279
¿Qué es el VIH/SIDA?	281
Cómo el VIH/SIDA afecta la boca	283
Atención dental para la persona que tiene VIH/SIDA	286
Problemas frecuentes causados por el VIH y cómo tratarlos	288
1. Manchas blancas o amarillas	290
2. Llagas	292
3. Infecciones de las encías	293
4. Herpes labial (fuegos)	296
5. Placas oscuras	298
6. Boca y garganta secas o adoloridas	299
Cómo ayudar a la gente de su comunidad que tiene VIH/SIDA	300
Promover el cambio	300
Capítulo 18: Qué hacer con los desechos	307
Vocabulario	309
Índice	315

Introducción

David Werner

Un diente sano es una parte viviente de nuestro cuerpo. Está conectado por las arterias, las venas, y los nervios a nuestro corazón y cerebro. El separar al diente del resto del cuerpo, o el sólo hecho de interrumpir esos conductos de la vida, significa la muerte de ese diente. Significa también dolor y problemas para el cuerpo, para la totalidad de la persona.

Veámoslo de otro modo. La salud de los dientes y de las encías es fundamental para tener la boca sana, la cual se relaciona con la salud de todo individuo, de la misma manera como la salud de una persona se relaciona con la de toda la comunidad.

Desde este punto de vista, la separación que tan frecuentemente se hace entre la atención dental de la boca y la atención de la salud en general no es ni razonable, ni saludable. La salud de la boca a través del cuidado básico de los dientes y de las encías tanto preventivo como curativo, debe ser parte del conocimiento básico de todos los trabajadores de la salud de la comunidad. Idealmente, tal vez, *Donde no hay dentista* debe ser una parte de *Donde no hay doctor*. Se podría pensar que este libro debe ser un volumen acompañante de *Donde no hay doctor* y de *Aprendiendo a promover la salud*. Para adquirir estas libros escriba a la Fundación Hesperian.

Al escribir este libro Murray Dickson ha tenido mucho cuidado de hacer ver a sus lectores que los cuidados dentales son parte importante de la salud y el desarrollo de la comunidad.

Donde no hay dentista es un libro que explica lo que mucha gente puede hacer para sí misma y para los demás, respecto al cuidado de sus dientes y la boca. Este libro se ha escrito para:

- **Trabajadores de la salud de pequeñas comunidades** que desean aprender más sobre el cuidado dental, como parte de una atención más completa de la salud de la comunidad.

- **Maestros de escuela, madres, padres de familia** y cualquier persona que se preocupe por la promoción de la salud de la boca de sus niños y de su comunidad.
- **Aquellos dentistas y técnicos dentales** que están buscando maneras de compartir sus habilidades y ayudar a la gente a ser más autosuficiente con costos más bajos.

Del mismo modo como sucede en otras áreas de la salud, existe una fuerte necesidad de desprofesionalizar la odontología; de facilitarle a la gente común y a los trabajadores de la salud las habilidades para prevenir y curar problemas de la boca. Después de todo, **la atención preventiva** es lo que hace innecesario el trabajo del dentista. Este cuidado es el que cada persona da a sus propios dientes y el que cada madre puede hacer para proteger la dentadura de sus hijos.

Mientras que las enfermedades dentales están disminuyendo en los países ricos, en los países pobres todo sucede lo contrario. Esto se debe, entre otras cosas, a que la gente consume menos alimentos naturales (no refinados) y más comidas enlatadas y comerciales, endulzadas con azúcar refinada.

A pesar de que las necesidades de atención dental están aumentando, hay relativamente pocos dentistas en las áreas marginadas. La mayoría de ellos trabajan sólo en las grandes ciudades y atienden principalmente a quienes pueden pagar sus costosos servicios.

En muchos países a la gente no le alcanza el dinero para pagar los servicios dentales, que le resultan demasiado caros. Incluso en los países ricos, las personas que no tienen un seguro que pague su atención dental frecuentemente no obtienen la atención que necesitan, o tienen que endeudarse para obtenerla.

Dos cosas pueden reducir muchísimo el costo de una atención dental adecuada; éstas son: educar a la gente sobre la salud dental y capacitar a trabajadores de salud como promotores de salud dental. Se puede además entrenar (con 2 o 3 meses de aprendizaje práctico) **técnicos dentales comunitarios**. Este adiestramiento es suficiente para resolver el 90% de los problemas de la dentadura y de las encías.

El adiestramiento de los dentistas a menudo incluye complicadas técnicas de cirugía bucal, de alineación de dientes (ortodoncia) y otros tratamientos muy complejos. Sin embargo, la mayoría de los dentistas

raras veces hacen otra cosa que sacar dientes y tapanlos, que son habilidades que representan sólo una pequeña parte de todo lo que aprendieron. Los problemas más frecuentes y sencillos de la boca pueden ser atendidos por los técnicos dentales comunitarios los cuales formarán la primera línea de batalla por la salud. Los dentistas deben formar un segundo nivel dental que sirva para apoyar el trabajo de los técnicos, ocupándose de los problemas más difíciles.

¿Reduciría esto la calidad de los servicios?

No necesariamente. Existen estudios muy importantes que demuestran que los técnicos bien preparados atienden los problemas dentales más frecuentes igual o mejor que la mayoría de los dentistas profesionales. En Boston (Estados Unidos) un estudio demostró que las tapaduras de los dientes hechas por dentistas tienen 6 veces más fallos que las realizadas por los técnicos dentales con mucho menos tiempo de estudio. Estudios parecidos en México, Guatemala, Colombia, Brasil, han demostrado resultados similares.

Afortunadamente, en algunos países los técnicos dentales han llegado a ser quienes proporcionan la mayor parte de los servicios más comunes de atención dental. En la India, por ejemplo, existen técnicos dentales que practican en la esquina de la calle y con una máquina de pedal tapan dientes a un precio bastante barato.

En Honduras y Colombia los técnicos dentales (que en su mayoría han aprendido de otros, siendo sus ayudantes) han formado su propia organización. En Honduras la fuerza política de la Asociación de Técnicos Dentales fue puesta a prueba cuando en la ciudad de Trujillo un dentista trató de que se prohibiera trabajar a un técnico dental. Este técnico había sacado una raíz infectada de una muela que había dejado por error el dentista. El técnico había comentado sobre la falta de cuidado del dentista y éste supo del comentario. El dentista mandó a un policía para que se llevara los instrumentos del técnico y le cerrara su consultorio. Sin embargo, la organización de los técnicos llevó el caso al juzgado. Decían que tenían derecho a trabajar como dentistas, porque eran las únicas personas que trabajaban para la población pobre que no tiene dinero para pagar lo que cobran los dentistas. El juzgado dio la razón a los técnicos y le ordenó al dentista devolverle sus instrumentos al técnico y pagarle por el trabajo perdido.

En algunos países, los dentistas y los trabajadores de comunidad trabajan en muy buena armonía. En Guatemala, Ecuador, Nueva Guinea y Mozambique, los técnicos dentales tienen el reconocimiento

oficial del Gobierno. En Papúa, Nueva Guinea y en Ecuador son los propios dentistas quienes enseñan y ayudan a los técnicos para que atiendan a los niños escolares. En Ecuador principalmente, los técnicos trabajan como asistentes del dentista facilitando el dar buenos servicios a más gente al mismo tiempo que se disminuye el costo. El **terapeuta dental** de Papúa, Nueva Guinea ha aprendido a sacar muelas, barrenar y tapar dientes, así como a proporcionar medidas preventivas para los problemas dentales de los escolares.

En Guatemala y en Mozambique, la escuela dental de la universidad ha enseñado técnicas dentales a los promotores de la salud de la zona rural. Los promotores han aprendido a dar educación para la salud, limpiar dientes y muelas, barrenarlos, taparlos y sacarlos. A estos promotores les han proporcionado los instrumentos básicos para dar estos servicios.

En el proyecto Piaxtla, Sinaloa, México (donde la Fundación Hesperian y yo hemos trabajado ya por varios años) algunos dentistas visitantes han enseñado aspectos básicos de la atención dental a los promotores de salud, en comunidades aisladas de la sierra. Algunos de estos técnicos campesinos, con sólo tres o seis años de primaria, realizan más actividades de las que con frecuencia llevan a cabo los propios dentistas. Estas actividades incluyen campañas de salud con escolares, funciones de títeres sobre problemas dentales, limpieza de los dientes, sacar muelas, barrenar, tapar dientes, hacer placas y dentaduras postizas. Algunos técnicos ya hacen tratamiento de la pulpa dental, que consiste en quitar el nervio que va en el centro del diente para salvarlo cuando tiene una infección. Uno de estos técnicos, recordando lo que había visto hacer a un dentista, aprendió por sí solo a hacer el tratamiento de la pulpa cuando a su novia se le infectó un diente de enfrente y no quería sacarlo, pues quedaría muy fea; así que la atendió y le salvó el diente. Aprendió también que era necesario revisar ese diente de vez en cuando para asegurarse de que el tratamiento le había quedado bien.

Tenemos todavía mucho que aprender. Los dentistas necesitan aprender de lo que sabe la gente para servir al pueblo mejor, y al mismo tiempo esta gente necesita aprender de los dentistas.

Hemos visto que los campesinos que tienen poca educación formal a menudo pueden aprender a realizar trabajos manuales, como sacar muelas, manejar títeres o hacer algo de cirugía, más rápido que algunos estudiantes de la universidad. También hemos visto que la mejor manera de aprender odontología no es en la escuela, sino a través de la práctica, aprendiendo junto a otro con mayor experiencia que desea enseñar.

Donde no hay dentista tiene tres partes. La primera, que consiste de los capítulos 1 al 6, trata sobre la enseñanza y el aprendizaje de los cuidados preventivos. Comienza dando ánimos a los trabajadores de salud para cuidarse a sí mismos y a sus familiares. La mejor manera de enseñar es dar un buen ejemplo.

La segunda parte, del capítulo 7 al 15, trata sobre el diagnóstico y el tratamiento de los problemas dentales más comunes. Está especialmente dirigida a aquellas personas que viven donde no existen dentistas o que no tienen suficiente dinero para pagar los tratamientos. (Una zona, barrio o vecindario pobre aún en una ciudad muy rica puede tener los mismos problemas que un pequeño pueblo, pobre y alejado de la gran ciudad, en cuanto a que en ambos lugares es muy difícil que las personas obtengan buenos servicios dentales). Esta segunda parte va especialmente dirigida a los trabajadores de salud que ayudan a la gente a organizarse para resolver sus problemas.

La tercera parte es un anexo a esta edición en español, se encuentra en el capítulo 16 y trata tres temas: a) La experiencia en México. b) El uso de las plantas en odontología. c) Cómo hacer sus instrumentos y sillas dentales.

Murray Dickson, un canadiense dedicado a trabajar en programas de atención primaria de la salud en el norte de Canadá, Nigeria, Papúa, Nueva Guinea y Mozambique, escribió este libro en palabras claras y sencillas. Ha tenido cuidado de usar palabras conocidas popularmente en lugar de términos científicos y poco familiares. Por ejemplo, en lugar de hablar de “placa dental” o “sarro”, el autor a veces habla de una capa de gérmenes que cubren los dientes. Este lenguaje sencillo no cambia lo que realmente se quiere decir. El significado tiene más fuerza puesto que lo entiende un mayor número de personas.

El autor ha dicho lo siguiente:

“Estoy seguro que algunos dentistas estarán en desacuerdo con algunas partes de este libro. En algunos puntos este desacuerdo puede ser mínimo, como en el caso de no usar términos odontológicos. Otras ideas, especialmente la sugerencia de que personas que no son dentistas puedan ser enseñadas para llevar a cabo muchos tipos de tratamientos dentales, pueden ser motivo de indignación para algunos dentistas.

Mientras tanto, esperemos que este manual sirva principalmente de estímulo para que otros divulguen sus conocimientos en beneficio de toda la población”.