

01421
298



UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO

FACULTAD DE ODONTOLOGÍA

**AUTOESTIMA Y HÁBITOS HIGIÉNICOS BUCALES DE LOS
ADOLESCENTES**

T E S I N A

QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE

CIRUJANO DENTISTA

P R E S E N T A :

OCTAVIO ROSAS HERNÁNDEZ

Director : C. D. Alfonso Bustamante Bécame
Asesoras : C. D. Blanca Susana Obregón Castellanos
C. D. Elvira Guedea Fernández



MÉXICO D. F.

2003



Universidad Nacional
Autónoma de México



UNAM – Dirección General de Bibliotecas
Tesis Digitales
Restricciones de uso

DERECHOS RESERVADOS ©
PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL

Todo el material contenido en esta tesis esta protegido por la Ley Federal del Derecho de Autor (LFDA) de los Estados Unidos Mexicanos (México).

El uso de imágenes, fragmentos de videos, y demás material que sea objeto de protección de los derechos de autor, será exclusivamente para fines educativos e informativos y deberá citar la fuente donde la obtuvo mencionando el autor o autores. Cualquier uso distinto como el lucro, reproducción, edición o modificación, será perseguido y sancionado por el respectivo titular de los Derechos de Autor.

DEDICATORIA :

A mi esposa : **Elsa Becerril Sánchez.**
A mis hijos : **Luis Angel y Brenda Lizeth Rosas Becerril.**
A mis padres : **Catalina Hernández y Miguel Rosas.**
A mis hermanos : **Martha, Miguel, Trinidad, Patricia, Sandra, Susana, Claudia, Juan Carlos, Adriana y Gustavo.**
A mis suegros : **Oralia Sánchez y Adalberto Becerril.**
A mis cuñados : **Joel, Oscar, Rafael, Roberto, Marcela, Carla; Francisco, Silvia, Roció, Isabel, Dolores, Luis Alberto y Rey Fernando.**

AGRADECIMIENTOS :

Gracias a Dios.

Gracias a mi familia. **Rosas Becerril.**

Gracias especiales al **C. D. Alfonso Bustamante Bécame** por su gran apoyo en la realización de éste trabajo.

Quiero agradecer de manera honorífica a mi esposa **Elsa** y a mis hijos, **Luis Angel y Brenda Lizeth** porque son ustedes la base en la realización de este logro.

Octavio Rosas Hernández.

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

ÍNDICE

	Pág.
INTRODUCCIÓN	
ANTECEDENTES.....	1
DELEGACIÓN TLALPAN.....	2
LOGOTIPO DE LA DELEGACIÓN TLALPAN.....	4
UBICACIÓN GEOGRÁFICA.....	5
SUPERFICIE.....	5
RELIEVE.....	5
DEMOGRAFÍA.....	6
POBLACIÓN ECONÓMICAMENTE ACTIVA.....	6
MARCO TEÓRICO.....	8
AUTOESTIMA.....	8
HÁBITOS.....	9
ADOLESCENCIA.....	9
DESARROLLO FÍSICO.....	10
DESARROLLO INTELECTUAL.....	11
DESARROLLO SEXUAL.....	11
DESARROLLO EMOCIONAL.....	12
CAMBIOS PSICOLÓGICOS.....	13
AUTOESTIMA CORPORAL DE LOS ADOLESCENTES.....	15
ASPECTOS GENERALES DE HÁBITOS HIGIÉNICOS.....	16
HIGIENE DENTAL.....	18

DESARROLLO DE AUTOESTIMA Y HÁBITOS HIGIÉNICOS	Pág.
BUCALES DE LOS ADOLESCENTES EN LA	
SECUNDARIA.....	20
HIGIENE PREVENTIVA.....	21
HÁBITOS ALIMENTICIOS DE LOS ADOLESCENTES.....	22
ENERGÍA.....	22
PROTEÍNA.....	22
MINERALES.....	23
HIERRO.....	24
ZINC.....	24
VITAMINAS.....	25
PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....	26
JUSTIFICACIÓN.....	27
OBJETIVO GENERAL.....	29
OBJETIVOS ESPECÍFICOS.....	29
METODOLOGÍA.....	30
POBLACIÓN DE ESTUDIO Y MUESTRA.....	30
VARIABLES.....	31
CRITERIO DE INCLUSIÓN.....	31
MATERIAL Y METODO.....	32

	Pág.
CRONOGRAMA.....	33
EJECUCIÓN DE ACTIVIDADES.....	34
RESULTADOS Y GRÁFICAS.....	39
CONCLUSIONES.....	55
BIBLIOGRAFÍA.....	56
ANEXOS.....	57

INTRODUCCIÓN

La sociedad y las instituciones mexicanas de salud carecen de capacidad económica para resolver todas las necesidades de atención estomatológica. Es imprescindible recordar que las enfermedades bucales son susceptibles de ser intervenidas con acciones preventivas, de protección específica y de diagnóstico temprano, la combinación de auto cuidado, atención comunitaria y cuidados profesionales han demostrado ser una alternativa eficiente de atención bucal .

La salud bucal y en general, con los avances tecnológicos y las medidas de prevención han contribuido al mejoramiento en la autoestima y hábitos higiénicos de los adolescentes, sin embargo es necesario dar más apoyo a la atención en salud pública. Para reforzar las acciones de prevención y control de enfermedades bucales, es importante darle más promoción a los programas de salud pública, para que de esta manera surja motivación a la comunidad .

Los adolescentes por su etapa de transición y crecimiento, así como, de las características propias, no suelen ser muy participativos en el mejoramiento de sus hábitos higiénicos bucales y de salud en general.

Por esta razón nos enfocamos en la autoestima y hábitos higiénicos bucales de los adolescentes y que mejoren su salud bucodental.

ANTECEDENTES

La escuela secundaria técnica No. 40 Virgilio Camacho Paniagua fue fundada en el año de 1971 Lic. Luis Echeverría Álvarez.

Se registró como Escuela Secundaria Técnica No. 40 Virgilio Camacho Paniagua, con dos turnos matutino y vespertino dirigidos por un solo director.

La escuela actualmente cuenta con; dieciocho aulas, tres laboratorios, ocho talleres, biblioteca, baños para alumnos, baños para profesores, conserjería; cubículo médico, de contraloría, trabajo social, orientación vocacional, secretariado, subdirección, dirección; cuenta con áreas verdes y deportivas.

También dentro de las instalaciones de la escuela se encuentran las oficinas de la coordinación de escuelas secundarias técnicas, correspondiente a la zona No. 4.

DELEGACIÓN TLALPAN

Significado :

La palabra Tlalpan se compone de dos vocablos de origen nahuatl, Tlalli = tierra y Pan = Sobre, sin embargo se agregó la palabra firme, " lugar de tierra firme ". Se le conoce con ese nombre porque, a diferencia de los Xochimilcas y los Aztecas. Tlalpan nunca fue ribereña de la lengua, y por lo tanto sus habitantes no vivían ni sembraban en chinampas.

Logotipo :

El Glifo representativo de Tlalpan está formado por un pie desnudo y ocho puntos; el pie significa "Pisar sobre tierra firme" y los ocho pueblos originarios de la demarcación.

Orígenes :

Cuando el territorio que ahora comprende el Distrito Federal estaba ocupado por las grandes lagunas, Tlalpan era un poblado del sur de la Cuenca de México ubicado sobre tierra firme. Dentro del territorio delegacional se ubicaron los asentamientos humanos más antiguos del Valle de México, como son Cuicuilco, Ajusco y Topilejo.

Cuicuilco se formó hacia el año 700 a. C. Aproximadamente, por un grupo otomí que abandonó el nomadismo y se dedicó a la agricultura. Cuicuilco se identifica como centro ceremonial por el cono truncado, construcción de planta circular que aún se conserva en la zona arqueológica. Pero esta sociedad de gran poder político y económico, vio bruscamente interrumpido su desarrollo por la erupción del volcán Xiitlle que arrojó cenizas y corrientes de lava sobre la ciudad y los campos, después de este suceso la gran civilización que se estaba formando en Cuicuilco vio su final, y solo muy poca gente, los más marginados, se volvieron a establecer ahí.

La delegación Tlalpan es la más grande del Distrito Federal y tiene además características que la hacen ser un espacio interesante que agrupa al mismo tiempo zonas urbanas y una de las áreas de reserva ecológica más extensa de la ciudad de México, posee también una gran tradición cultural.

Desde los cuicuilcas hasta la actualidad, Tlalpan ha sido un lugar de gran relevancia histórica. San Agustín de las Cuevas era considerado como lugar de descanso en la época colonial, aquí los hombres poderosos de la corona española y de la iglesia establecían sus fincas y casas de fin de semana, además de que se fundaron varios conventos.

Tlalpan fue, por unos años, capital del Estado de México y en esa época tuvo su propia casa de moneda. Durante el Porfiriato, en el territorio que hoy comprende la delegación, se realizaron dos huelgas que marcaron la pauta del descontento social que existía en todo el país, la de la fábrica de papel "Loreto y Peña Pobre" y la de la fábrica de hilados y tejidos "La Fama Montañesa".

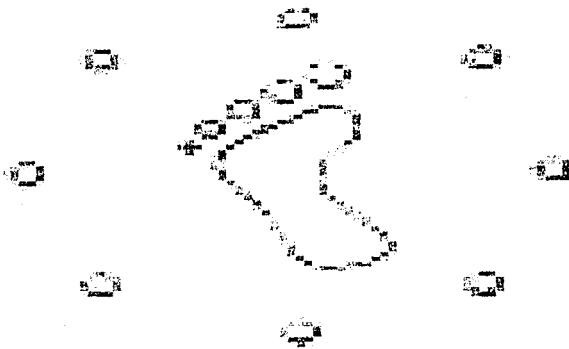
Durante la Revolución, Tlalpan fue zona de frecuentes combates entre las fuerzas zapatistas y las constitucionalistas, participando notablemente en esas acciones los generales Valentín y Manuel Reyes Nava, nativos del Ajusco.

Para la realización de los Juegos Olímpicos de 1968 se construyeron la Villa Olímpica y la Unidad Habitacional Narciso Mendoza con el objetivo de hospedar en esos lugares a los atletas participantes.

En la actualidad Tlalpan sigue haciendo historia al ser la primera delegación que puso en marcha el proyecto de "Presupuesto Participativo", proceso mediante el cual los habitantes de la demarcación deciden el destino del dinero del presupuesto de acuerdo a las necesidades de cada unidad territorial.

Su historia, tradiciones, parques, atractivos turísticos, su importancia para el abastecimiento de agua en la Ciudad de México, etc., hacen de Tlalpan la delegación más grande del Distrito Federal.

LOGOTIPO DE LA DELEGACIÓN TLALPAN



" Pisar sobre tierra firme "

**TESIS CON
FALLA DE ORIGEN**

Ubicación Geográfica :

La Delegación de Tlalpan se encuentra ubicada en el sur del Distrito Federal, a 23 Kilómetros partiendo del Zócalo; se encuentra geográficamente a los 19° 17' 22" de latitud norte y a los 99° 00' 00" de longitud oeste del Meridiano de Greenwich; y una altura de 2, 270 metros sobre el nivel del mar.

Superficie :

La Delegación de Tlalpan cuenta con una superficie de 312 Km2, lo cual representa el 20.7 % de extensión territorial del Distrito Federal, por lo que ocupa el 1er. Lugar en extensión de las 16 demarcaciones.

Relieve :

El territorio de la Delegación en su mayoría es rocoso, destacan en él numerosas estructuras volcánicas que dan un toque singular al panorama de esta región. La máxima altitud es de 3, 930 metros sobre el nivel del mar y corresponden al cerro de la Cruz del Marqués y la mínima de 2, 260 metros sobre el nivel del mar y se fija en los alrededores del cruce de las avenidas Anillo Periférico y Viaducto Tlalpan.

Entre las elevaciones principales a los 3, 000 metros de altitud sobresalen:

- 1.- Cerro Pico del Águila 3, 880 metros
- 2.- Cerro los Picachos 3,770 metros
- 3.- Cerro Santo Tomás 3, 710 metros
- 4.- Volcán Pelado 3, 650 metros
- 5.- Cerro Quepil 3, 540 metros
- 6.- Cerro Mezcontepec 3, 480 metros
- 7.- Cerro Malacatepetl 3, 450 metros

- 8.- Cerro el Judío 3, 400 metros
- 9.- Volcán Olalíce 3, 340 metros
10. Cerro Caldera El Guarda 3, 330 metros
11. Volcán Oyameyo 3,320 metros
12. Volcán Acopiáxco 3, 200 metros
13. Volcán Tesoyo 3,180 metros
14. Volcán Xitle 3,170 metros

Demografía :

Población :

Tlalpan ocupa el 5° lugar en el Distrito Federal, entre las delegaciones por su población, la cual representa el 6.76 % de la población total de la entidad.

Población	Total	%
Hombres	278, 570	47. 96 %
Mujeres	302, 206	52. 04 %
	-----	-----
	580, 776	100. 00 %

Población Económicamente Activa :

Tlalpan tiene una población económicamente activa total de 358, 239, de los cuales 165, 686 son personas ocupadas, 3, 882 están desocupadas por ser menores de edad o que por alguna razón no mencionada no han trabajado. La población económicamente inactiva es de 182,001 estos están conformados por grupos de estudiantes 80161, dedicados a los quehaceres del hogar 82773, jubilados y pensionados 6713, incapacitados 1488 y 10866 que no especifican su inactividad.

**TESIS CON
FALLA DE ORIGEN**

De las 165, 686 personas activas, 3, 236 se dedican a actividades de agricultura, ganadería o silvicultura; 41,144 se dedican a actividades de industria manufacturera, generación de energía eléctrica y construcción; 114, 038 realizan labores de comercio y servicios, y 7, 268 son miembros de alguna cooperativa de producción.

MARCO TEÓRICO

AUTOESTIMA Y HÁBITOS HIGIÉNICOS BUCALES DE LOS ADOLESCENTES.

Se han realizado grandes esfuerzos, mediante acciones encaminadas a la autoestima y hábitos higiénicos bucales en los adolescentes para prevenir las enfermedades de la cavidad oral de mayor incidencia y prevalencia.

No obstante, es necesario reforzar las medidas preventivas con el propósito de motivar a los adolescentes en los cuidados bucodentales y su importancia.

A pesar de estas acciones y debido a los malos hábitos alimenticios de los adolescentes, a la poca cultura del auto cuidado y a los altos costos de la atención estomatológica, en la actualidad persiste el tratamiento mutilante que provoca otros problemas, de los que podemos mencionar las maloclusiones, disfunción de la articulación temporomandibular, deficiencia en la masticación, proceso carioso, entre otras. Por lo tanto es necesario otorgar de manera prioritaria medidas de prevención, pero sin descuidar la atención de alguna patología existente.

AUTOESTIMA :

Es la valoración generalmente positiva de sí mismo. Se desarrollan ciertas habilidades y conductas básicas lo que permite estar mejor adaptados emocionalmente.

HÁBITOS :

Los hábitos en una perspectiva descriptiva y genérica es la de considerar términos de comportamiento adquirido sobre los que el sujeto tiene poco control voluntario, ya sean positivos o síntomas patológicos .

En el extremo de la formulación conductista, casi todas las actividades humanas como los hábitos higiénicos bucales, incluso las más complejas, como también practicar algún deporte o hablar un idioma se consideran como (grados de hábitos).

ADOLESCENCIA :

1.- Etapa de maduración entre la niñez y la condición de adulto, periodo de la vida que comienza con la aparición de las características sexuales secundarias y que termina cuando cesa el crecimiento somático.

2.- Aunque esta etapa de transición varía entre las diferentes culturas, en general se define como el periodo de tiempo que los individuos necesitan para considerarse autónomos e independientes socialmente.

Adolescencia, etapa de maduración entre la niñez y la condición de adulto. El término denota el periodo desde el inicio de la pubertad hasta la madurez y suele empezar en torno a la edad de catorce años en los varones y de doce años en las mujeres. Aunque esta etapa de transición varía entre las diferentes culturas, en general se define como el periodo de tiempo que los individuos necesitan para considerarse autónomos e independientes socialmente.

DESARROLLO FÍSICO

El comienzo de la pubertad está asociado con cambios drásticos en la estatura y en los rasgos físicos. En este momento, la actividad de la hipófisis supone un incremento en la secreción de determinadas hormonas con un efecto fisiológico general. La hormona del crecimiento produce una aceleración del crecimiento que lleva al cuerpo hasta casi su altura y peso adulto en unos dos años. Este rápido crecimiento se produce antes en las mujeres que en los varones, indicando también que las primeras maduran sexualmente antes que los segundos. La madurez sexual en las mujeres viene marcada por el comienzo de la menstruación y en los varones por la producción de semen. Las principales hormonas que dirigen estos cambios son los andrógenos masculinos y los estrógenos femeninos. Estas sustancias están también asociadas con la aparición de las características sexuales secundarias. En los varones aparece el vello facial, corporal y púbico, y la voz se hace más profunda. En las mujeres aparece el bello corporal y púbico, los senos aumentan y las caderas se ensanchan. Estos cambios físicos pueden estar relacionados con las modificaciones psicológicas; de hecho, algunos estudios sugieren que los individuos que maduran antes están mejor adaptados que sus contemporáneos que maduran más tarde.

DESARROLLO INTELECTUAL

Durante la adolescencia no se producen cambios radicales en las funciones intelectuales, sino la capacidad para entender problemas complejos se desarrolla gradualmente. El psicólogo francés Jean Piaget determinó que la adolescencia es el inicio de la etapa del pensamiento de las operaciones formales, que pueden definirse como el pensamiento que implica una lógica deductiva. Piaget asumió que esta etapa ocurría en todos los individuos sin tener en cuenta las experiencias educacionales o ambientales de cada uno. Sin embargo, los datos de las investigaciones posteriores no apoyan esta hipótesis y muestran que la capacidad de los adolescentes para resolver problemas complejos está en función del aprendizaje acumulado y de la educación recibida.

DESARROLLO SEXUAL

Los cambios físicos que ocurren en la pubertad son los responsables de la aparición del instinto sexual. En esta etapa su satisfacción es complicada, debido tanto a los numerosos tabúes sociales, como a la ausencia de los conocimientos adecuados acerca de la sexualidad. Sin embargo, a partir de la década de 1960, la actividad sexual entre los adolescentes se ha incrementado. Por otro lado, algunos adolescentes no están interesados o no tienen información acerca de los métodos de control de natalidad o los síntomas de las enfermedades de transmisión sexual. Como consecuencia de esto, el número de muchachas que tienen hijos a esta edad y la incidencia de las enfermedades por transmisión sexual que está aumentando.

DESARROLLO EMOCIONAL

El psicólogo G. Stanley Hall afirmó que la adolescencia es un periodo de estrés emocional producido por los cambios psicológicos importantes y rápidos que se producen en la pubertad. Sin embargo, el estrés emocional es evitable, aunque está determinado por motivos culturales. Es un desarrollo como un proceso psicosocial que continúa a lo largo de toda la vida.

El objetivo psicosocial del adolescente es la evolución desde una persona dependiente hasta otra independiente, cuya identidad le permita relacionarse con otros de un modo autónomo.

La aparición de problemas emocionales es muy frecuente entre los adolescentes.

CAMBIOS PSICOLÓGICOS

La adolescencia es un periodo de maduración tanto mental como corporal. Junto con el crecimiento físico que se presenta en la pubertad, el desarrollo emocional e intelectual es rápido. La capacidad de los adolescentes para el pensamiento abstracto, por contraposición a los patrones de pensamiento concreto de la infancia, les permite realizar las tareas de la adolescencia, muchas de las cuales tienen repercusiones en su salud.

El desarrollo cognitivo y emocional se divide en la adolescencia temprana, media y tardía. El determinar la etapa del adolescente es de gran utilidad para brindar el asesoramiento saludable y para diseñar los programas educacionales.

En la adolescencia temprana, el adolescente :

- 1.- Se preocupa por su cuerpo y su imagen corporal.
- 2.- Confía en y respeta a los adultos.
- 3.- Se muestra ansioso respecto a las relaciones con sus compañeros.
- 4.- Es ambivalente respecto a la autonomía.

Las implicaciones de salud estriban en que los adolescentes en esta etapa están dispuestos hacer o intentar cualquier cosa que los haga verse mejor o que mejore su imagen corporal. Sin embargo, de manera que el asesoramiento alimenticio deberá ajustarse a metas a corto plazo y enfocarse a los problemas de nutrición que ejercen un impacto o rendimiento del adolescente.

Un joven en la adolescencia media :

- 1.- Es influenciado en alto grado por su grupo de compañeros.
- 2.- Desconfía de los adultos.
- 3.- Le da gran importancia a la independencia.

Durante esta etapa, el adolescente escuchará más a sus compañeros que a sus padres u otros adultos. Se ocupa más de los alimentos que consume. El impulso hacia la independencia a menudo ocasiona el rechazo temporal a los patrones alimentarios de la familia. El asesoramiento nutricional incluirá la toma de decisiones prudentes cuando se come fuera del hogar.

El joven en la adolescencia tardía :

- 1.- Ha establecido una imagen corporal.
- 2.- Se orienta hacia el futuro y hace planes.
- 3.- Cada vez es más independiente.
- 4.- Es más constante en sus valores y creencias.
- 5.- Está desarrollando relaciones de intimidad.

Hacia la adolescencia tardía, los jóvenes piensan en el futuro y se interesan en mejorar su salud general. El asesoramiento nutricional durante esta etapa se enfocará a las metas a largo plazo. Los adolescentes en esta fase todavía quieren tomar sus propias decisiones, pero están abiertos a la información que les brindan los profesionales de la atención a la salud.

AUTOESTIMA CORPORAL DE LOS ADOLESCENTES

Los adolescentes raras veces están satisfechos de su aspecto, las niñas a menudo ven con desagrado su peso y forma corporal, pero los niños también visualizan físicos masculinos envidiables que a menudo no coinciden con los suyos. Esta disparidad entre lo percibido y lo deseado por lo regular, conduce a hábitos inadecuados. El Youth Risk Behavior Survey realizado en 1995 obtuvo información de 10 904 estudiantes de secundaria sobre su autoestima y de sus hábitos conductuales. Las mujeres adolescentes les preocupa mucho el verse gordas y a los hombres adolescentes su preocupación es el verse demasiado delgados. Las niñas nunca estaban satisfechas con su apariencia física, ya que un buen porcentaje (60 %) tratan de bajar de peso; sin embargo en los niños un 26 % estaba intentando aumentar de peso.

Los hábitos para mejorar su apariencia física y por consiguiente elevar su autoestima sin duda es el ejercicio, siguiéndole de cerca el omitir comidas, sobre todo en las mujeres adolescentes

Como demuestran estos estudios, el adolescente con un físico de aspecto normal puede tener una idea diferente propia. Esto conduce a insatisfacción y hábitos inadecuados para mejorar su autoestima.

ASPECTOS GENERALES DE HÁBITOS HIGIÉNICOS

Los hábitos higiénicos importantes en la salud del individuo, depende en parte de factores genéticos y en mayor proporción de su modo de vida y de los riesgos a que se expone en el ambiente. El conocimiento de estos factores y el manejo adecuado de ellos es lo que a fin de cuentas va a determinar el grado de salud del individuo. La aplicación práctica de estos conocimientos en la vida diaria es lo que

constituye la higiene personal .El secreto de la higiene personal consiste en conocer las relaciones que existe entre las condiciones de funcionamiento del organismo humano y los factores del ambiente externo. Un mero conocimiento de estos hechos no tiene valor si no es practicado diariamente, lo cual implica que todos los procedimientos de la higiene deben transformarse en hábitos de vida, ya que tiene por objeto colocar al individuo en las mejores condiciones de salud frente a los riesgos del ambiente.

Concretamente, la higiene personal incluye todas las prácticas, técnicas y hábitos incorporados al mundo habitual de vida del individuo que tiene por objeto prevenir la enfermedad y fomentar la salud física y mental.

La práctica de la higiene personal es una cuestión de responsabilidad individual que se adquiere a través de un proceso de educación.

El individuo necesita, para vivir en estado de salud, desarrollar un modo de vida personal de acuerdo con la fisiología humana.

No hay un modo de vida único que pudiera aconsejarse como norma general, porque la adaptación ecológica, con ser un fenómeno universal, es también un proceso local e individual.

Las bases fisiológicas de la higiene personal son fundamentalmente las mismas para todos, pero su práctica varía dentro de límites bastante amplios en relación a la edad, sexo, ocupación, clima, costumbres nacionales, constitución genética, etc. A pesar de esta variabilidad, siempre las prácticas de la higiene personal se refieren a las funciones fundamentales del

organismo humano, a saber : la alimentación y la actividad del tubo digestivo, el desarrollo de ejercicios y actividad muscular en general, en relación a la capacidad orgánica y al reposo correspondiente, el cuidado de las mucosas y tegumentos externos, la actividad mental, el descuido bucodental, la mecánica de la postura y del esqueleto durante el desarrollo, la higiene de los órganos de los sentidos, el cuidado de la temperatura del cuerpo y su protección mediante los vestidos adecuados a cada ocasión, el ejercicio de la función sexual, etc.

Como cada periodo de la vida tiene su propia fisiología con diferentes riesgos y, por tanto, diferente patología, los métodos que usa la higiene personal deben ser peculiares para cada etapa de desarrollo del individuo.

El estudio de la higiene personal puede ser estudiado en muchas formas, pero lo más lógico es considerarlo en relación a la fisiología del organismo humano en los diferentes periodos de la vida.

A temprana edad inicia la formación de hábitos y actitudes, higiénicas o no, que es necesario dirigir adecuadamente; en este periodo se forman la mayor parte de los hábitos y de las actitudes psíquicas que posteriormente van a formar la personalidad. La pubertad y la adolescencia son épocas de la vida que ofrecen muy buena oportunidad para la higiene mental y la educación sexual.

Si la formación de los hábitos no es conducida adecuadamente por los padres se establecen definitivamente como factores desfavorables para la salud.

Mucho de los hábitos que tienen influencia sobre la salud individual y pueden ser ejercitados con cierto control, como sucede con los relativos a la postura, ejercicios, reposo, sueño, dieta, bebidas, técnicas de comer, etc. ; otros son de manera inconsciente, como aquellos relacionados con las funciones de excreción, asimilación, coordinación, etc.

Según se ve, las aplicaciones de la higiene personal son ilimitadas y deben estar presentes en cada momento de la vida del hombre.

HIGIENE DENTAL

Las enfermedades bucales son las dolencias más frecuentes en la población humana y, entre ellas, la más común es la caries dental. Todas las investigaciones realizadas demuestran que esta enfermedad está muy extendida en la población mundial y que en algunos grupos la incidencia es de 70 a 90 %, como sucede en los escolares. En los adultos, especialmente en los de más de 40 años, la piorrea (inflamación purulenta del periostio alveolar dentario, con necrosis progresiva de éstos y movilidad, desprendimiento de los dientes). Y sus consecuencias pasa a ser una carga pesada y frecuente; además, aparece el cáncer bucal, leucoplasias y otras enfermedades que afectan la cavidad bucal y a la dentadura. El ausentismo por causas dentales es considerable y su repercusión importante. Neuralgias, artritis, endocarditis, defectos de la masticación, etc. , figuran entre las muchas consecuencias de las enfermedades bucales.

La prevención de todas estas enfermedades de la cavidad oral no es un proceso simple porque la incubación de ellas empieza muy tempranamente, con el desarrollo mismo del tejido óseo que formará los órganos dentarios. No se trata, de la mera limpieza bucal y dental sino de una preocupación más general en la cual la dieta juega un papel fundamental. Lo que come la embarazada, por ejemplo, no es indiferente para la futura dentadura del niño. Los conocimientos de la odontología preventiva han aumentado mucho en los últimos años.

El desarrollo de la dentadura empieza en el hombre durante el segundo mes de la vida intrauterina. La calcificación de los dientes temporales comienza entre el cuarto y sexto mes del embarazo, el desarrollo de los dientes es correcto histológicamente y no están expuestos a movilizaciones del calcio aun cuando la dieta de la madre no sea completa.

Es importante para la higiene bucal, la revisión dental periódicamente. Esto forma parte del control médico escolar; pero para que sea eficaz, debe realizarlo un cirujano dentista, que se puede auxiliar de una asistente calificada (la higienista dental) que se ocupará de continuar el control posteriormente.

Se debería mejorar considerablemente la higiene bucal, en tantas ocasiones deficiente, con una educación adecuada.

Es recomendable después de cada alimento, lavarse los dientes. Pero sobre todo, es necesario equilibrar el régimen alimenticio: no se debe terminar la comida con postre de mermelada o pasteles. El postre habitual debe ser una fruta. Se deben prohibir estrictamente caramelos y dulces entre comidas. Es necesario además hacer la limpieza periódica de la dentadura.

DESARROLLO DE AUTOESTIMA Y HÁBITOS HIGIÉNICOS BUCALES DE LOS ADOLESCENTES EN LA SECUNDARIA.

El adolescente en la escuela secundaria actúa sensiblemente en un medio circunstancial y de alternativas temporales.

La autoestima es un valor importante en él adolescente de sí mismo.

Junto con los padres, maestros, compañeros de la escuela, se convierten en buenas referencias importantes para la formación de valores.

Al valorar la importancia que tiene la escuela en la autoestima y hábitos higiénicos bucales, se advierte que una de las principales tareas es la de probar y valorar cualquier circunstancia.

El adolescente con respecto a los auto cuidados higiénicos en general no acepta evaluaciones externas, ya que están en el proceso de establecer su propia experiencia personal (formación de identidad).

Los juicios que se formulan sobre su ambiente inmediato son más importantes para ellos , que lo que piensen otras personas mayores.

A los adolescentes todo el mundo les esta diciendo qué es lo que tienen que hacer y qué es lo que no tienen que hacer, que es lo bueno y que es lo malo.

Los medios de comunicación, la escuela, le dan consejos al adolescente para mejorar sus hábitos, como por ejemplo: usar determinado cepillo dental, tener una buena presentación, ser tolerante, no adicciones, etc. ,para que tenga una vida más saludable.

**TESIS CON
FALLA DE ORIGEN**

HIGIENE PREVENTIVA

Los programas de prevención de la cavidad oral se enfocan a una dieta equilibrada, modificación de las fuentes y cantidades de carbohidratos fermentables y la integración de las prácticas de higiene oral en los estilos de vida del individuo. Tras las comidas y refrigerios se efectuará cepillado dental, enjuague de la boca con agua. Se fomentarán los hábitos positivos, como el tomar refrigerios de alimentos anticariógenos o cariostáticos.

Pese a la posibilidad de que una dieta basada en la pirámide de alimentos sea cariógena, con la planificación apropiada y una higiene oral satisfactoria, puede planificarse una alimentación equilibrada con un riesgo cariógeno bajo.

Las prácticas que se evitarán serán el sorber bebidas gaseosas por periodos prolongados, el consumo frecuente de bocadillos y el mantener dulces, mentas para el aliento azucaradas o dulces duros en la boca por lapsos de tiempo prolongados. Los medicamentos masticables o líquidos y los preparados vitamínicos que se expenden sin prescripción médica también contienen azúcar. La vitamina C masticable es un ejemplo de un producto ácido que contiene azúcar que contribuye a la caries dental.

Los carbohidratos fermentables, como dulces, galletas saladas, galletas dulces, pastas, hojuelas, deberán consumirse con las comidas. Un trozo de queso al final de una comida o con un bocadillo es un ejemplo de una estrategia para reducir la caries. Aunque las frutas y los jugos de fruta son carbohidratos fermentables, las prácticas de higiene oral, como el cepillado dental, el enjuague con agua o el masticar goma sin azúcar después de consumir estos alimentos, reduce el posible riesgo de caries.

El combinar frutas con queso y jugos con comidas ayuda a disminuir el potencial cariógeno de estos alimentos.

HÁBITOS ALIMENTICIOS DE LOS ADOLESCENTES

ENERGÍA

Los requerimientos alimentarios recomendados para la energía no incluyen un factor de seguridad que contempla las mayores necesidades (p. Ej. , durante periodos de enfermedad, traumatismo, estrés) y por tanto se consideran sólo requerimientos promedio. Las necesidades reales de los adolescentes variarán según el nivel de actividad física y la etapa de la maduración.

Para compensar las diferencias en el crecimiento por la edad, las calorías por unidad de estructura constituyen el índice preferido para determinar las necesidades calóricas.

PROTEÍNA

Durante la adolescencia, las necesidades de proteína, al igual que las de energía, se correlacionan más con el patrón de crecimiento que con la edad cronológica. El empleo de los requerimientos alimentarios recomendados para proteína en relación con la estatura probablemente es el método más útil para determinar las necesidades. Los consumos promedio de proteína están muy por encima de los requerimientos recomendados (rango de 45 a 72 g / día).

Cuando el consumo de energía es inadecuada por alguna razón (problemas económicos, enfermedades crónicas o intentos por bajar de peso), el cuerpo puede utilizar la proteína de los alimentos para satisfacer las necesidades energéticas y, por tanto, no estará disponible para la síntesis de tejido nuevo o para reparación de tejidos. Esto originará un estado de proteína insuficiente, que conducirá a una reducción en la tasa de crecimiento y una disminución en la masa corporal. Los patrones de alimentación actuales en

algunas adolescentes conllevan restricción en los consumos de calorías que pueden ser dañinas, sobre todo cuando se utilizan las fuentes de proteína para satisfacer los requerimientos energéticos.

Los consumos excesivos de proteína también ejercen un impacto sobre el estado nutricional. Por ejemplo, interferirán en el metabolismo del calcio y aumentarán las necesidades de líquido. Estos mayores requerimientos de líquido imponen a los atletas adolescentes un alto riesgo de sufrir deshidratación.

MINERALES

Los adolescentes incorporan el doble de la cantidad de calcio, hierro, zinc y magnesio en sus cuerpos durante los años del brote de crecimiento que en otras etapas.

Calcio.

Debido al desarrollo muscular, esquelético y endocrino acelerado, las necesidades de calcio son mayores durante la pubertad y la adolescencia que en la infancia o en la adultez. En el punto máximo del brote de crecimiento, el depósito diario de calcio es del doble que el promedio durante el resto del periodo de la adolescencia. De hecho, 45 % de la masa esquelética se añade durante esta etapa.

El consumo alimentario de referencia para el calcio es de 1 300 mg para todos los adolescentes.

HIERRO

Tanto los adolescentes varones como las mujeres tienen altos requerimientos de hierro. En el hombre adolescente, el aumento de masa muscular se acompaña de un mayor volumen sanguíneo; en las mujeres, se pierde hierro mensualmente con el inicio de las menstruaciones. Durante la adolescencia, la anemia secundaria a deficiencia de hierro altera la respuesta inmunitaria y disminuye la resistencia a infecciones. La anemia por deficiencia de hierro también afecta el aprendizaje, según se puso de manifiesto en estudios que demostraron que los niños y los adolescentes anémicos tienen problemas con la memoria a corto plazo.

ZINC

Se sabe que el zinc es esencial para el crecimiento y la maduración sexual. Si bien las concentraciones plasmáticas de este oligoelemento disminuyen durante el desarrollo puberal, su retención aumenta en grado importante durante el brote de crecimiento. Esta mayor utilización puede conducir al empleo más eficiente de fuentes alimentarias. Sin embargo, el consumo limitado de alimentos que contienen zinc afecta al crecimiento físico, así como al desarrollo de las características sexuales secundarias y problemas de acné.

VITAMINAS

La necesidad de vitaminas se acentúa durante la adolescencia . Debido a las mayores demandas de energía durante este periodo, se requieren más cantidades de tiamina, riboflavina y niacina para la liberación de energía de los carbohidratos. Con la síntesis de tejidos, aumenta la demanda de vitamina V6, ácido fólico y vitamina B 12. También hay un mayor requerimiento de vitamina D (para el crecimiento esquelético rápido), y se requieren vitaminas A, C y E para el crecimiento de nuevas células. Aunque hay pocos informes sobre bajas concentraciones plasmáticas de vitamina C en los adolescentes , quienes suelen evitar frutas y verduras y que fuman cigarrillos corren más riesgo de deficiencia.

Las necesidades de vitamina están determinadas principalmente por el grado de madurez de un individuo, más que por la edad cronológica, a causa de las demandas que impone el crecimiento. En la mayor parte de los casos, se logra un suficiente consumo de vitamina con una dieta bien seleccionada , sin necesidad de suplementos de vitaminas. Los adolescentes que se someten a dieta, tienen algún trastorno alimentario o alguna enfermedad crónica, o que por lapsos prolongados seleccionan alimentos deficientes, son las excepciones a esta regla.

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.

Cual es el autocuidado real de la autoestima y los hábitos higiénicos bucales de los adolescentes de la secundaria técnica No. 40 Virgilio Camacho Paniagua, y si saben de la importancia que tiene para su salud bucodental.

JUSTIFICACIÓN

La autoestima y hábitos higiénicos bucales de los adolescentes forma parte de la salud integral, por lo tanto, si se padece de alguna infección en la cavidad oral se carece de salud general.

En México la autoestima y hábitos higiénicos bucales de los adolescentes tiene una importante deficiencia en cuidados bucodentales, por lo tanto, se considera de alta prevalencia e incidencia de caries dental y periodontopatías.

Se estima que en los adolescentes de 12 a 16 años de edad presentan algún problema bucodental, como es, caries en un 80% de lesiones cariosas y que no han sido tratadas.

De las enfermedades periodontales se afecta la encía y las estructuras de soporte de los dientes. Esta enfermedad puede progresar sin ningún síntoma. Se presenta como primera fase en gingivitis, que puede controlarse con los hábitos higiénicos bucales. Pero en fases avanzadas es la causa principal de la pérdida de dientes en la etapa adulta, pero puede ser tratada con éxito si se detecta y se atiende a tiempo .

Las posibilidades de prevención de los hábitos higiénicos de estas enfermedades, los cuales están dirigidas a fomentar la cultura del auto cuidado , mediante la adquisición de los mismos hábitos higiénicos bucales sanos.

En las instituciones educativas de nivel medio con respecto a los niveles de autoestima y hábitos higiénicos bucales no satisface las necesidades del estudiantado. La atención que se brinda es más de tipo preventivo pero con muy poca motivación o falta de interés de los alumnos.

Otro aspecto importante en la autoestima y hábitos higiénicos bucales de los adolescentes , que deben hacer conciencia de la importancia que tiene el auto cuidado. La mayoría de los estudiantes consideran que los signos y síntomas bucales son menos importantes que las enfermedades en general.

Por lo tanto, suelen evadir o aplazar el tratamiento necesario, evadiendo de esta manera el problema.

Si deseamos mejorar en los adolescentes la salud bucodental y reducir los altos índices de problemas de la cavidad oral necesitamos ampliar el conocimiento en los estudiantes, respecto a la importancia que tiene la salud bucodental. Por otra parte es necesario que las instituciones educativas sean optimistas para apoyar algún programa de auto cuidados bucales, que nos den buenos resultados y que los alumnos mantengan el interés en su salud bucal.

OBJETIVO GENERAL

Valorar la autoestima y hábitos higiénicos bucales de los adolescentes de la escuela secundaria técnica No. 40 profesor Virgilio Camacho Paniagua, contribuyendo a la prevención de enfermedades bucales.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- **Recuperar la autoestima y hábitos higiénicos bucales en los adolescentes de 12 a 16 años de edad.**
- **Plantear alternativas en tratamiento preventivo-restaurador del proceso carioso.**
- **Elevar la calidad de atención preventiva en los hábitos higiénicos bucales en los alumnos a través de las personas encargadas de la salud odontológica.**
- **Llevar a cabo una supervisión esporádica en los adolescentes, sobre el auto cuidado bucal y mejorar su salud bucal.**
- **Evaluar los avances de los adolescentes de los auto cuidados bucales y detectar cuales siguen siendo las deficiencias para mejorar la salud de la cavidad oral.**

METODOLOGÍA

Adolescentes en estudio :

Adolescentes de ambos sexos entre 12 y 16 años de edad que estudian en la secundaria técnica número 40. Durante el periodo de tiempo del 03 de marzo al 25 de marzo del 2003.

POBLACIÓN DE ESTUDIO Y MUESTRA.

Muestra general :

Las actividades de autoestima y hábitos higiénicos bucales de los adolescentes se realizó en la escuela secundaria técnica número 40, con trescientos alumnos considerando una cifra significativa.

Muestra específica :

Adolescentes de los tres grados de secundaria que se presentaron el tiempo que duraron las actividades.

1er año	2º año	3er año
50 hombres	50 hombres	50 hombres
50 mujeres	50 mujeres	50 mujeres
-----	-----	-----
100 total	100 total	100 total
Adolescentes hombres	150	
Adolescentes mujeres	150	

	total	300

Diseño : Estudio observacional y descriptivo.

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

VARIABLES

Sociodemográficos (edad, sexo y grado escolar).

Valoración de autoestima de los adolescentes.

Valoración de hábitos higiénicos de los adolescentes.

Valoración de hábitos higiénicos bucales de los adolescentes.

CRITERIO DE INCLUSIÓN :

Adolescentes de entre 12 y 16 años de edad de la secundaria técnica número 40 .

LUGAR DE ACTIVIDADES:

Estas actividades se realizaron en la secundaria técnica número 40 ubicada en la demarcación de la delegación Tlalpan.

MATERIAL Y MÉTODO

Recursos humanos .

- 1.- Un pasante de odontología.
- 2.- Director y subdirector de la secundaria.
- 3.- Médico de la secundaria.
- 4.- Profesores y prefectos.
- 5.- Director y asesor.
- 6.- Adolescentes de la secundaria.

Recursos materiales.

Encuestas, carteles, rotafolios, tipodontos, pastillas reveladoras para detectar la placa dentobacteriana, guantes, cubrebocas, lentes, cepillos y pasta dental, diapositivas, proyector de transparencias y cámara fotográfica.

CRONOGRAMA

Presentación de autoestima y hábitos higiénicos bucales de los adolescentes.

Comprende el mes de marzo del año 2003, cubriendo el horario 11:00 hrs. a 13:30 hrs. con 300 alumnos de la secundaria técnica número 40 del turno matutino, de los grados de primero, segundo y tercer año respectivamente divididos en tres grupos de 100 alumnos.

Actividades.

Presentación del concepto de autoestima y hábitos higiénicos bucales, aplicación de encuesta inicial.

03 – marzo -2003 a 07 – marzo - 2003

Plática con los adolescentes, sobre que saben de auto cuidados higiénicos bucales.

10, 11 y 12 de marzo – 2003

Revisión bucodental con espejos, abatelenguas, control de placa dentobacteriana con pastillas reveladoras, técnica de cepillado usando tipodonto.

13, 14 , 17 y 18 de marzo – 2003

Dinámica con los adolescentes para demostrar el aprendizaje obtenido y la importancia que tiene la autoestima y hábitos higiénicos bucales, con la realización de carteles.

19 y 20 de marzo – 2003.

Aplicación de encuesta final, revisión bucal y proporcionar información sobre las actividades realizadas.

24 y 25 de marzo – 2003

EJECUCIÓN DE ACTIVIDADES “ AUTOESTIMA Y HÁBITOS HIGIÉNICOS BUCALES DE LOS ADOLESCENTES “ (SEC. TÉCNICA No. 40 PROF. VIRGILIO CAMACHO PANIAGUA).

Lunes 3 de marzo al 7 de marzo del año 2003 .

Reunidos los alumnos, se ubicaron a cincuenta alumnos en una aula de clases, siendo el primer grupo de alumnos con los que se trabajó para completar la muestra de trescientos adolescentes (hombres y mujeres).

La presentación de las actividades estuvo a cargo del pasante; Octavio Rosas Hernández, dando información a los alumnos sobre la aplicación de la encuesta sobre, las actividades a desarrollar, para conocer cuales son sus conocimientos al respecto.

También se dio a conocer el contenido de las actividades a realizar durante el tiempo requerido.

Lunes 10 , martes 11, miércoles 12. de marzo del 2003

Actividades :

1.- Plática de autoestima, hábitos higiénicos bucales, caries placa dentobacteriana, gingivitis, cálculo dental, periodontitis. Con apoyo de rotafolios, y con proyección de diapositivas.

2.- Plática sobre que saben , de autoestima, hábitos higiénicos y auto cuidados bucales. Por medio de un rotafolio se mostraron las estructuras del órgano dentario, también las características de encías y dientes sanos.

3.- Se preguntó a los adolescentes del tipo de alimentación que tienen durante la estancia en la escuela, para conocer la calidad de la alimentación escolar.

4.- Plática sobre la importancia que tiene la higiene personal en general, con el propósito de gozar de una buena salud física y mental.

Jueves 13, viernes 14, lunes 17 y martes 18 de marzo del 2003.

Actividades.

- 1.- Plática sobre cuidados preventivos bucales, apoyada en rotafolios y diapositivas, donde se mostraron problemas de la cavidad bucal. Por que, son consecuencia de deficiente higiene bucal como : placa dentobacteriana, caries, gingivitis, periodontitis, técnicas de cepillado y el uso de hilo dental.
- 2.- Posteriormente de la información, se procedió al control de placa dentobacteriana con el propósito de conocer su higiene bucal. Se proporcionó a los adolescentes, pastillas reveladoras, vasos, espejos faciales, cepillos y pasta dental.
- 3.- Se les giraron instrucciones, de cómo, colocar la pastilla reveladora en su boca, una vez en ella, la masticaran y se la pasaran por todas las caras de sus dientes.
- 4.- Se les indicó como se observarían con el espejo facial la tinción de sus dientes. Explicándoles que a mayor tinción mayor grado de placa dentobacteriana.
- 5.- Se registró en un odontograma el porcentaje de placa dentobacteriana de cada adolescente.
- 6.- Por último, terminado el control de placa procedieron a lavarse los dientes.

Miércoles 19 y jueves 20 de marzo del 2003.

Actividades :

Dinámica con los adolescentes sobre la aplicación de carteles, del aprendizaje que han tenido durante las actividades. Con el propósito de hacer una exposición para toda la comunidad escolar y tenerla también informada.

Para dicha actividad, se organizaron por grado formando cinco equipos de trabajo respectivamente. Para su identificación, los alumnos le pusieron nombre a cada equipo.

1er grado

- 1.- Autoestima
- 2.- Los hábitos
- 3.- Los higiénicos
- 4.- Las boquitas
- 5.- Las caries

2º grado

- 1.- Los caninos
- 2.- Los cepillos dentales
- 3.- Las encías
- 4.- Los premolares
- 5.- Los molares

3er grado

- 1.- El diente
- 2.- Los protectores
- 3.- Los incisivos
- 4.- Los sanos
- 5.- Los preventivos

Lunes 24 y martes 25 de marzo del 2003.

Actividades.

- 1.- Se aplicó la encuesta final para la evaluación de las actividades realizadas.**
- 2.- Se realizó un segundo control de placa dentobacteriana.**
- 3.- Se finalizaron las actividades, formación proporcionando información, para mejorar la autoestima y sus hábitos higiénicos bucales de los adolescentes.**
- 4.- Agradecemos a las autoridades de la escuela, alumnos y maestros por su apoyo y colaboración en todas las actividades que se realizaron.**

RESULTADOS

Evaluación de encuesta inicial.

HOMBRES Y MUJERES

Edad	Preguntas contestadas			
	0 - 04	04 - 08	08 - 12	12 - 16
12 a 13 años	35	30	25	10
13 a 14 años	40	25	20	15
14 a 16 años	40	30	20	10
	34.5 %	25.5 %	19.5 %	10.5 %

34.5 % no tiene información de autoestima y hábitos higiénicos bucales.

25.5 % tiene poca información.

19.5 % tiene regular información.

10.5 % tiene buena información.

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

Evaluación de encuesta final.

HOMBRES Y MUJERES

Edad	Preguntas contestadas	
	0 - 05	05 - 10
12 a 13 años	20	80
13 a 14 años	10	90
14 a 16 años	30	70
	20 %	80 %

20 % tiene regular información de autoestima y hábitos higiénicos bucales.

80 % tiene buena información.

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

Encuesta inicial en adolescentes de 12 a 13 años de edad (fig. 1).

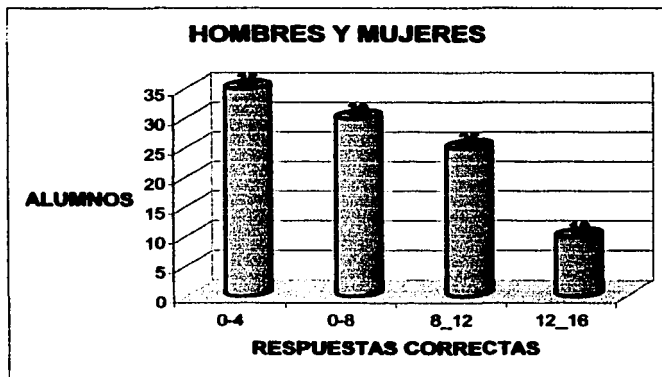


fig. 1

35 % no tiene información de autoestima y hábitos higiénicos bucales.
30 % tiene poca información.
25 % tiene regular información.
10 % tiene buena información.

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

Encuesta final de adolescentes de 12 a 13 años de edad (fig. 2).

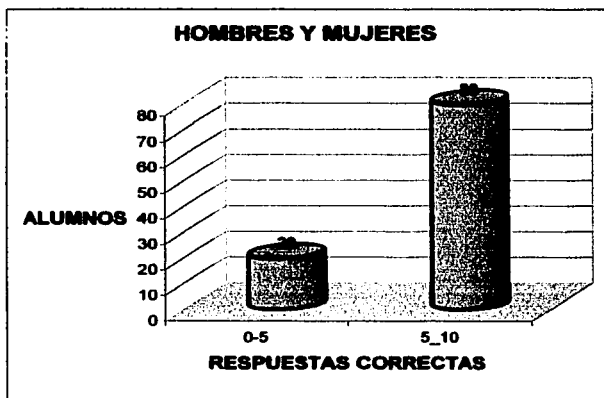


fig. 2

20% tiene regular información de autoestima y hábitos higiénicos bucales.
80 % tiene buena información.

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

Encuesta inicial de adolescentes de 13 a 14 años de edad (fig. 3).

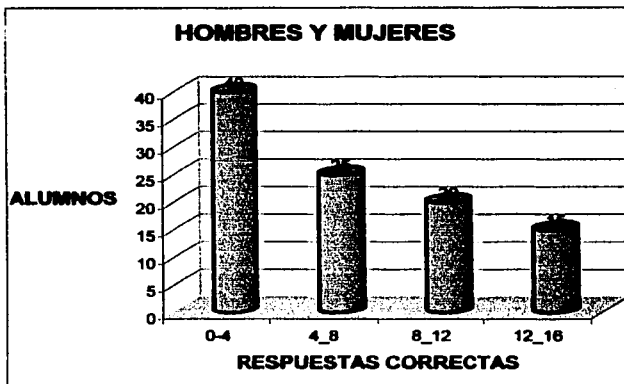


fig. 3

40 % no tiene información de autoestima y hábitos higiénicos bucales.
25 % tiene poca información.
20 % tiene regular información.
15 % tiene buena información.

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

Encuesta final de adolescentes de 13 a 14 años de edad (fig. 4)



fig. 4

10 % tiene regular información de autoestima y hábitos higiénicos bucales.
90 % tiene buena información.

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

Encuesta inicial en adolescentes de 14 a 16 años de edad (fig. 5).

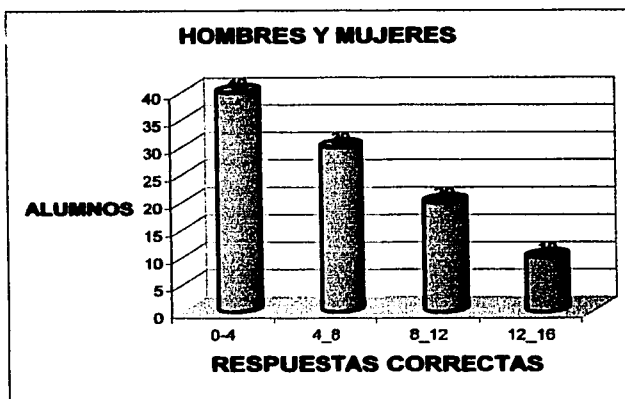


fig. 5

40 % no tiene información de autoestima y hábitos higiénicos bucales.
30 % tiene poca información.
20 % tiene regular información.
10 % tiene buena información.

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

Encuesta final de adolescentes de 14 a 16 años de edad (fig. 6).

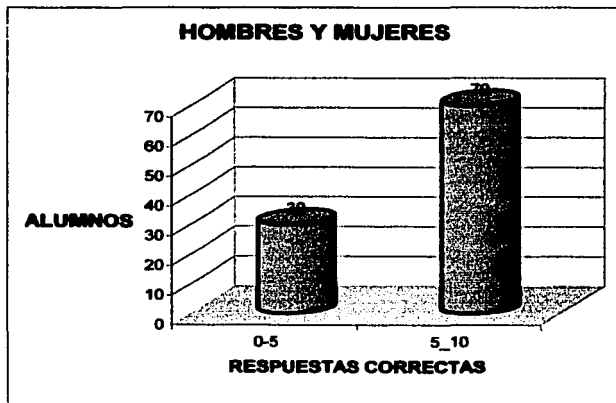


fig. 6

30 % tiene regular información de autoestima y hábitos higiénicos bucales.
70 % tiene buena información.

TESIS CON
FALLA DE CALIDAD

Índice de control de placa dentobacteriana inicial.

HOMBRES Y MUJERES

Edad	0 - 33 %	34 - 66 %	67 - 100 %
12 a 13 años	20	35	45
13 a 14 años	15	30	55
14 a 16 años	5	40	55
	13.4 %	35 %	51.6 %

13.4 % de los adolescentes presentaron poca placa dentobacteriana.

35. % presentó moderada placa dentobacteriana.

51.6 % presentó amplia placa dentobacteriana.

TESIS CON
FALLA DE CUMPLIMIENTO

Índice de control de placa dentobacteriana final.

HOMBRES Y MUJERES

Edad	0 - 33 %	43 - 66 %	67 - 100 %
12 a 13 años	50	40	10
13 a 14 años	55	35	10
14 a 16 años	60	35	5
	55.4 %	36.6 %	8 %

55.4 % de los adolescentes presentaron poca placa dentobacteriana.

36.6 % presentó moderada placa dentobacteriana.

8.0 % presentó amplia placa dentobacteriana.

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

Índice de control de placa en adolescentes de 12 a 13 años de edad inicial (fig. 7).

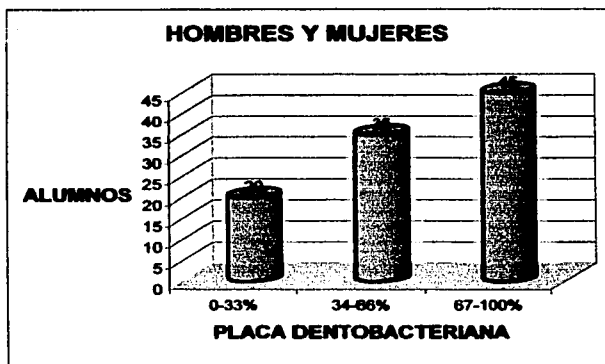


fig. 7

20 % de los adolescentes presentaron poca placa dentobacteriana.

35 % presentó moderada placa dentobacteriana.

45 % presentó amplia placa dentobacteriana.

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

REVISADO POR LA COMISIÓN DE GRADUACIÓN
DE LA UNIVERSIDAD

Índice de control de placa en adolescentes de 12 a 13 años de edad final (fig. 8).

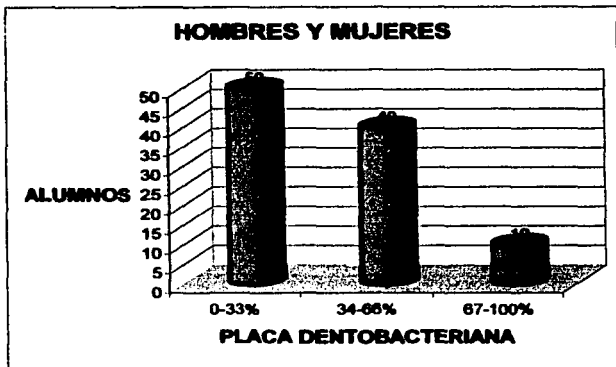


fig. 8

50 % de los adolescentes presentaron poca placa dentobacteriana.
40 % presentó moderada placa dentobacteriana.
10 % presentó amplia placa dentobacteriana.

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

Índice de control de placa en adolescentes de 13 a 14 años de edad inicial (fig. 9).

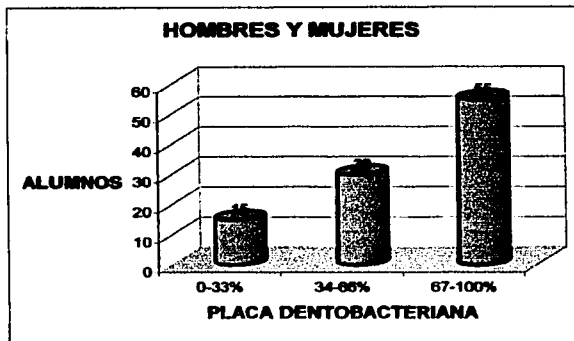


fig. 9

15 % de los adolescentes presentaron poca placa dentobacteriana.
30 % presentó moderada placa dentobacteriana.
55 % presentó amplia placa dentobacteriana.

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

Índice de control de placa en adolescentes de 13 a 14 años de edad final (fig. 10).

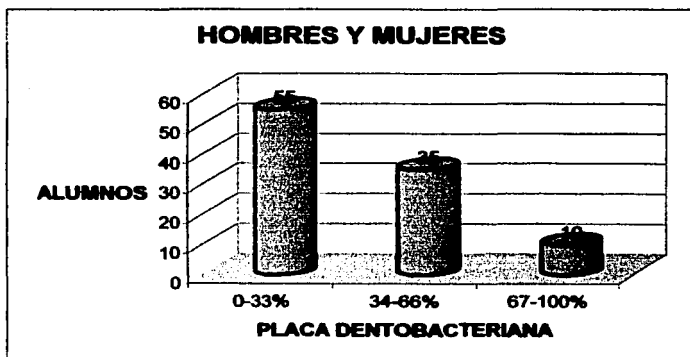


fig. 10

55 % de los adolescentes presentaron poca placa dentobacteriana.

35 % presentó moderada placa dentobacteriana.

10 % presentó amplia placa dentobacteriana.

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

Índice de control de placa en adolescentes de 14 a 16 años de edad inicial (fig. 11).

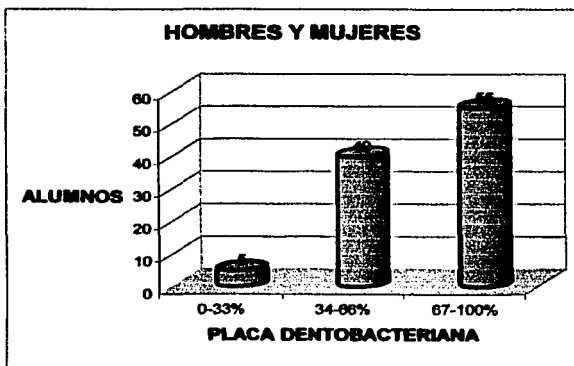


fig.11

5 % de los adolescentes presentaron poca placa dentobacteriana.
40 % presentó moderada placa dentobacteriana.
55 % presentó amplia placa dentobacteriana.

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

Índice de control de placa en adolescentes de 14 a 16 años de edad final (fig. 12).

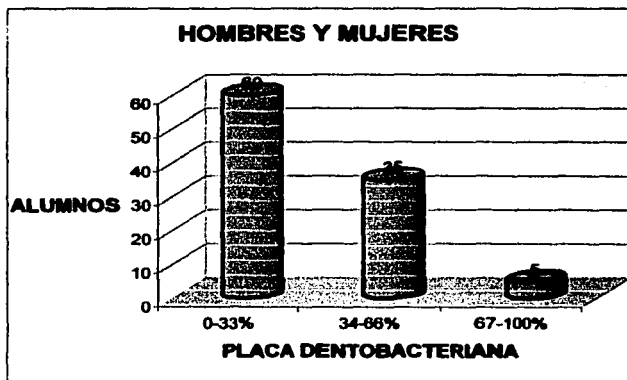


fig. 12

60 % de los adolescentes presentaron poca placa dentobacteriana.
35 % presentó moderada placa dentobacteriana.
5 % presentó amplia placa dentobacteriana.

TESIS CON
FALLA DE... ..

CONCLUSIONES

Las instituciones de salud tienen como prioridad la restauración y rehabilitación bucodental, sin tomar en cuenta la importancia que tiene la autoestima y hábitos higiénicos bucales en los adolescentes y comunidad en general. Así como también de la prevención y de la difusión de los autocuidados bucales para el mejoramiento de la salud.

Por consiguiente se deben de dar alternativas para motivar a los adolescentes, que por su característica especial para educarlos es complicado que estén dispuestos a concientizarse en los autocuidados.

Se deben motivar los autocuidados bucodentales por medio de información y programas de salud para fortalecer su autoestima y hábitos higiénicos bucales y hacer hincapié, que la continuidad siempre nos llevara a mejores alternativas de salud.

BIBLIOGRAFÍA

- 1.- **Ch. Gernez – Rieux y M. Gervois, Medicina preventiva: salud pública e higiene.** Editorial Limusa S. A. de C. V. Edición 1989.
- 2.- **Hernán San Martín, Salud y enfermedad;** Editorial La Prensa Médica Mexicana. 8ª. Edición 1995.
- 3.- **Marvin, La psicología de la Adolescencia;** Editorial OPS Washinton. Edición 1992.
- 4.- **Magdalena Elizondo Torres, Asertividad y escucha en el ámbito académico;** Editorial Trillas. Segunda Edición 2000.
- 5.- **Krause, Nutrición y Dietoterapia;** Editorial Mcgraw – Hill Interamericana. Décima Edición.
- 6.- **INEGI (Instituto Nacional de Estadística Geografía e Informática) 2000**

ANEXOS

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO
FACULTAD DE ODONTOLÓGÍA

ENCUESTA INICIAL :

1.- Nombre _____
edad _____
sexo _____
grado escolar _____

2.- ¿ Sabes que es autoestima?

si no

3.- ¿ Sabes que es hábito de higiene personal?

si no

4.- ¿ Sabes que es la higiene bucal?

si no

5.- ¿ Sabes que es caries?

si no

c) todos los días

d) nunca

6.- ¿ Qué comes en la escuela?

a) alimentos que te preparan en tu casa

b) refrescos y papitas

c) dulces

**TESIS CON
FALLA DE ORIGEN**

- 7.- ¿ Comes frutas y verduras?
a) una vez por semana
b) 2 o 3 veces por semana
- 8.- ¿ Ingieres alimentos entre comidas?
si no
- 9.- ¿ Tomas refrescos?
a) 1 vez por día
b) 2 o más veces por día
c) 1 o 2 veces a la semana
d) nunca
- 10.- ¿ Cuántas veces te cepillas tus dientes al día?
a) 1 vez
b) 2 veces
c) 3 veces
d) ocasiones
- 11.- ¿Qué utilizas para tu limpieza dental?
a) cepillo y pasta dental
b) cepillo, pasta dental y enjuague bucal
c) cepillo, pasta dental, hilo dental y enjuague bucal
- 12.- ¿ Sabes que el cepillado dental ayuda a mantener tu boca saludable
si no
- 13.- ¿ Cuántas veces visitas al año al dentista?
a) 1 vez al año
b) 2 o 3 veces al año
c) cuando tienes alguna molestia
d) casi nunca
- 14.- ¿ Fumas? si no
- 15.- ¿ Ingieres alcohol? si no
- 16.- ¿ Te drogas? si no

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

UNIVERSIDAD NACIONAL AUTONOMA DE MÉXICO
FACUTAD DE ODONTOLOGÍA.

ENCUESTA FINAL:

- 1.- ¿ Sabes que es autoestima ?
si no

- 2.- ¿ Sabes que es hábito higiénico personal ?
si no

- 3.- ¿ Sabes que es higiene bucal ?
si no

- 4.- ¿ Sabes que produce la caries?
si no

- 5.- ¿ Mejoraste la técnica de cepillado?
si no

- 6.- ¿ Consumes menos refrescos ?
si no

- 7.- ¿ Te cepillaras los dientes después de consumir alimentos?
si no

- 8.- ¿ Estas conciente que tu alimentación debe ser balanceada?
si no

9.- ¿ Visitaras a tu dentista dos veces al año?

si

no

10.- ¿ Después de las actividades de autoestima y hábitos higiénicos bucales, cambio tu manera de ser ?

si

no

FACULTAD DE ODONTOLOGIA
DEPARTAMENTO DE PARODONCIA

Control de Placa Dentobacteriana.

Nombre _____ Fecha _____
 Edad _____ Control _____
 Total de dientes _____ Total de caras _____ Porcentaje _____ % _____

<table border="0" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 10%;">7</td><td style="width: 10%;">6</td><td style="width: 10%;">5</td><td style="width: 10%;">4</td><td style="width: 10%;">3</td><td style="width: 10%;">2</td><td style="width: 10%;">1</td> </tr> <tr> <td><input type="checkbox"/></td><td><input type="checkbox"/></td><td><input type="checkbox"/></td><td><input type="checkbox"/></td><td><input type="checkbox"/></td><td><input type="checkbox"/></td><td><input type="checkbox"/></td> </tr> <tr> <td></td><td></td><td><input type="checkbox"/></td><td><input type="checkbox"/></td><td><input type="checkbox"/></td><td><input type="checkbox"/></td><td><input type="checkbox"/></td> </tr> <tr> <td></td><td></td><td style="text-align: center;">V</td><td style="text-align: center;">IV</td><td style="text-align: center;">III</td><td style="text-align: center;">II</td><td style="text-align: center;">I</td> </tr> <tr> <td></td><td></td><td><input type="checkbox"/></td><td><input type="checkbox"/></td><td><input type="checkbox"/></td><td><input type="checkbox"/></td><td><input type="checkbox"/></td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">7</td><td style="text-align: center;">6</td><td style="text-align: center;">5</td><td style="text-align: center;">4</td><td style="text-align: center;">3</td><td style="text-align: center;">2</td><td style="text-align: center;">1</td> </tr> </table>	7	6	5	4	3	2	1	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>			<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>			V	IV	III	II	I			<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	7	6	5	4	3	2	1	<table border="0" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 10%;">1</td><td style="width: 10%;">2</td><td style="width: 10%;">3</td><td style="width: 10%;">4</td><td style="width: 10%;">5</td><td style="width: 10%;">6</td><td style="width: 10%;">7</td> </tr> <tr> <td><input type="checkbox"/></td><td><input type="checkbox"/></td><td><input type="checkbox"/></td><td><input type="checkbox"/></td><td><input type="checkbox"/></td><td><input type="checkbox"/></td><td><input type="checkbox"/></td> </tr> <tr> <td><input type="checkbox"/></td><td><input type="checkbox"/></td><td><input type="checkbox"/></td><td><input type="checkbox"/></td><td><input type="checkbox"/></td><td><input type="checkbox"/></td><td><input type="checkbox"/></td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">I</td><td style="text-align: center;">II</td><td style="text-align: center;">III</td><td style="text-align: center;">IV</td><td style="text-align: center;">V</td><td></td><td></td> </tr> <tr> <td><input type="checkbox"/></td><td><input type="checkbox"/></td><td><input type="checkbox"/></td><td><input type="checkbox"/></td><td><input type="checkbox"/></td><td></td><td></td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">1</td><td style="text-align: center;">2</td><td style="text-align: center;">3</td><td style="text-align: center;">4</td><td style="text-align: center;">5</td><td style="text-align: center;">6</td><td style="text-align: center;">7</td> </tr> </table>	1	2	3	4	5	6	7	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	I	II	III	IV	V			<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>			1	2	3	4	5	6	7
7	6	5	4	3	2	1																																																																															
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>																																																																															
		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>																																																																															
		V	IV	III	II	I																																																																															
		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>																																																																															
7	6	5	4	3	2	1																																																																															
1	2	3	4	5	6	7																																																																															
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>																																																																															
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>																																																																															
I	II	III	IV	V																																																																																	
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>																																																																																	
1	2	3	4	5	6	7																																																																															

Total de dientes _____ Total de caras _____ Control _____
 Porcentaje _____ % _____ Fecha _____

<table border="0" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 10%;">7</td><td style="width: 10%;">6</td><td style="width: 10%;">5</td><td style="width: 10%;">4</td><td style="width: 10%;">3</td><td style="width: 10%;">2</td><td style="width: 10%;">1</td> </tr> <tr> <td><input type="checkbox"/></td><td><input type="checkbox"/></td><td><input type="checkbox"/></td><td><input type="checkbox"/></td><td><input type="checkbox"/></td><td><input type="checkbox"/></td><td><input type="checkbox"/></td> </tr> <tr> <td></td><td></td><td><input type="checkbox"/></td><td><input type="checkbox"/></td><td><input type="checkbox"/></td><td><input type="checkbox"/></td><td><input type="checkbox"/></td> </tr> <tr> <td></td><td></td><td style="text-align: center;">V</td><td style="text-align: center;">IV</td><td style="text-align: center;">III</td><td style="text-align: center;">II</td><td style="text-align: center;">I</td> </tr> <tr> <td></td><td></td><td><input type="checkbox"/></td><td><input type="checkbox"/></td><td><input type="checkbox"/></td><td><input type="checkbox"/></td><td><input type="checkbox"/></td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">7</td><td style="text-align: center;">6</td><td style="text-align: center;">5</td><td style="text-align: center;">4</td><td style="text-align: center;">3</td><td style="text-align: center;">2</td><td style="text-align: center;">1</td> </tr> </table>	7	6	5	4	3	2	1	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>			<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>			V	IV	III	II	I			<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	7	6	5	4	3	2	1	<table border="0" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 10%;">1</td><td style="width: 10%;">2</td><td style="width: 10%;">3</td><td style="width: 10%;">4</td><td style="width: 10%;">5</td><td style="width: 10%;">6</td><td style="width: 10%;">7</td> </tr> <tr> <td><input type="checkbox"/></td><td><input type="checkbox"/></td><td><input type="checkbox"/></td><td><input type="checkbox"/></td><td><input type="checkbox"/></td><td><input type="checkbox"/></td><td><input type="checkbox"/></td> </tr> <tr> <td><input type="checkbox"/></td><td><input type="checkbox"/></td><td><input type="checkbox"/></td><td><input type="checkbox"/></td><td><input type="checkbox"/></td><td><input type="checkbox"/></td><td><input type="checkbox"/></td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">I</td><td style="text-align: center;">II</td><td style="text-align: center;">III</td><td style="text-align: center;">IV</td><td style="text-align: center;">V</td><td></td><td></td> </tr> <tr> <td><input type="checkbox"/></td><td><input type="checkbox"/></td><td><input type="checkbox"/></td><td><input type="checkbox"/></td><td><input type="checkbox"/></td><td></td><td></td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">1</td><td style="text-align: center;">2</td><td style="text-align: center;">3</td><td style="text-align: center;">4</td><td style="text-align: center;">5</td><td style="text-align: center;">6</td><td style="text-align: center;">7</td> </tr> </table>	1	2	3	4	5	6	7	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	I	II	III	IV	V			<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>			1	2	3	4	5	6	7
7	6	5	4	3	2	1																																																																															
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>																																																																															
		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>																																																																															
		V	IV	III	II	I																																																																															
		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>																																																																															
7	6	5	4	3	2	1																																																																															
1	2	3	4	5	6	7																																																																															
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>																																																																															
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>																																																																															
I	II	III	IV	V																																																																																	
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>																																																																																	
1	2	3	4	5	6	7																																																																															

Total de dientes _____ Total de caras _____ Control _____
 Porcentaje _____ % _____ Fecha _____

<table border="0" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 10%;">7</td><td style="width: 10%;">6</td><td style="width: 10%;">5</td><td style="width: 10%;">4</td><td style="width: 10%;">3</td><td style="width: 10%;">2</td><td style="width: 10%;">1</td> </tr> <tr> <td><input type="checkbox"/></td><td><input type="checkbox"/></td><td><input type="checkbox"/></td><td><input type="checkbox"/></td><td><input type="checkbox"/></td><td><input type="checkbox"/></td><td><input type="checkbox"/></td> </tr> <tr> <td></td><td></td><td><input type="checkbox"/></td><td><input type="checkbox"/></td><td><input type="checkbox"/></td><td><input type="checkbox"/></td><td><input type="checkbox"/></td> </tr> <tr> <td></td><td></td><td style="text-align: center;">V</td><td style="text-align: center;">IV</td><td style="text-align: center;">III</td><td style="text-align: center;">II</td><td style="text-align: center;">I</td> </tr> <tr> <td></td><td></td><td><input type="checkbox"/></td><td><input type="checkbox"/></td><td><input type="checkbox"/></td><td><input type="checkbox"/></td><td><input type="checkbox"/></td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">7</td><td style="text-align: center;">6</td><td style="text-align: center;">5</td><td style="text-align: center;">4</td><td style="text-align: center;">3</td><td style="text-align: center;">2</td><td style="text-align: center;">1</td> </tr> </table>	7	6	5	4	3	2	1	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>			<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>			V	IV	III	II	I			<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	7	6	5	4	3	2	1	<table border="0" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 10%;">1</td><td style="width: 10%;">2</td><td style="width: 10%;">3</td><td style="width: 10%;">4</td><td style="width: 10%;">5</td><td style="width: 10%;">6</td><td style="width: 10%;">7</td> </tr> <tr> <td><input type="checkbox"/></td><td><input type="checkbox"/></td><td><input type="checkbox"/></td><td><input type="checkbox"/></td><td><input type="checkbox"/></td><td><input type="checkbox"/></td><td><input type="checkbox"/></td> </tr> <tr> <td><input type="checkbox"/></td><td><input type="checkbox"/></td><td><input type="checkbox"/></td><td><input type="checkbox"/></td><td><input type="checkbox"/></td><td><input type="checkbox"/></td><td><input type="checkbox"/></td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">I</td><td style="text-align: center;">II</td><td style="text-align: center;">III</td><td style="text-align: center;">IV</td><td style="text-align: center;">V</td><td></td><td></td> </tr> <tr> <td><input type="checkbox"/></td><td><input type="checkbox"/></td><td><input type="checkbox"/></td><td><input type="checkbox"/></td><td><input type="checkbox"/></td><td></td><td></td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">1</td><td style="text-align: center;">2</td><td style="text-align: center;">3</td><td style="text-align: center;">4</td><td style="text-align: center;">5</td><td style="text-align: center;">6</td><td style="text-align: center;">7</td> </tr> </table>	1	2	3	4	5	6	7	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	I	II	III	IV	V			<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>			1	2	3	4	5	6	7
7	6	5	4	3	2	1																																																																															
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>																																																																															
		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>																																																																															
		V	IV	III	II	I																																																																															
		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>																																																																															
7	6	5	4	3	2	1																																																																															
1	2	3	4	5	6	7																																																																															
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>																																																																															
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>																																																																															
I	II	III	IV	V																																																																																	
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>																																																																																	
1	2	3	4	5	6	7																																																																															

62

**TESIS CON
 FALLA DE ORIGEN**