

REVISIÓN

Oral health strategies for older adults: perspectives and contemporary relevance for their well-being

Estrategias de salud bucodental para adultos mayores: perspectivas y relevancia contemporánea para su bienestar

Thalía Aurora Álvarez-Toledo¹  , Rosa María Montano-Silva¹  , Yoneisy Abraham-Millán¹  , Yahima Díaz-González¹  , Lázaro Lazaga-González¹  , Bárbara Zenaida Pérez-Pérez¹  

¹Facultad de Ciencias Médicas Isla de la Juventud. Isla de la Juventud, Cuba.

Citar como: Álvarez-Toledo TA, Montano-Silva RM, Abraham-Millán Y, Díaz-González Y, Lazaga-González L, Pérez-Pérez BZ. Oral health strategies for older adults: perspectives and contemporary relevance for their well-being. Nursing Depths Series. 2026; 5:300. <https://doi.org/10.56294/nds2026300>

Recibido: 02-06-2025

Revisado: 21-09-2025

Aceptado: 22-12-2025

Publicado: 01-01-2026

Editor: Dra. Mileydis Cruz Quevedo 

Autor para la correspondencia: Thalía Aurora Álvarez-Toledo 

ABSTRACT

Oral health is a fundamental aspect of well-being, and its relevance is heightened in the context of people over 60 years of age. It is currently a topic of growing importance due to the aging population and the increase in life expectancy in many countries. A qualitative study was carried out with the objective of analyzing the historical context, its perspectives, contemporary relevance, as well as the broader implications of oral health strategies for society and culture. The research process utilized the systems approach, analytic-synthetic, and inductive-deductive methods, as well as a documentary analysis of 13 bibliographies. Educational intervention strategies on oral health for people over 60 years of age are crucial to improving their oral health and quality of life. Through community programs, training of health providers and caregivers, the use of technology, and an emphasis on nutrition, significant improvements in the well-being of this population can be achieved. By addressing diverse health, social, and economic perspectives and considering potential counterarguments, it is clear that educational interventions must be comprehensive and adaptive. Maintaining a proactive and preventative approach will contribute to improving the oral health of older adults and, consequently, their well-being and quality of life.

Keywords: Strategies; Oral Health; Older Adults; Well-being.

RESUMEN

La salud bucodental es un aspecto fundamental del bienestar, y su relevancia se intensifica en el contexto de las personas mayores de 60 años. En la actualidad es un tema de creciente relevancia, debido a la población envejecida y al aumento de la expectativa de vida en muchos países. Se realizó un estudio cualitativo con el objetivo de analizar el contexto histórico, sus perspectivas, relevancia contemporánea, así como las implicaciones más amplias para la sociedad y la cultura de las estrategias de salud bucodental. Durante el proceso de investigación se utilizaron los métodos enfoque de sistema, analítico-sintético, inductivo-deductivo, así como el análisis documental de 13 bibliografías. Las estrategias de intervención educativa sobre salud bucodental en mayores de 60 años son cruciales para mejorar su salud bucodental y calidad de vida. A través de programas comunitarios, capacitación de proveedores de salud y cuidadores, el uso de tecnología, y el énfasis en la nutrición, se pueden lograr mejoras significativas en el bienestar de esta población. Al abordar diversas perspectivas sanitaria, social, económica y considerar posibles contraargumentos, es evidente que las intervenciones educativas deben ser integrales y adaptativas. Mantener un enfoque proactivo y preventivo contribuirá a mejorar la salud bucodental de las personas adultas mayores y, por

ende, su bienestar y calidad de vida.

Palabras clave: Estrategias; Salud Bucodental; Adultos Mayores; Bienestar.

INTRODUCCIÓN

La salud bucodental es un aspecto fundamental del bienestar general, y su relevancia se intensifica en el contexto de las personas mayores de 60 años. La salud bucodental en personas mayores de 60 años es un tema de creciente relevancia en la actualidad, debido a la población envejecida y al aumento de la expectativa de vida en muchos países.

La creciente esperanza de vida ha permitido que muchas personas vivan más allá de sus años productivos, trayendo consigo una serie de desafíos, que implican consideraciones sociales, económicas y psicológicas. A medida que la población envejece, se plantean desafíos significativos en materia de salud también.

Por lo tanto, resulta imperativo diseñar e implementar estrategias de intervención educativa con enfoque holístico que no solo informen, sino que también capaciten a ese grupo poblacional, a sus cuidadores y a la comunidad. El objetivo de la presente investigación fue analizar el contexto histórico, sus perspectivas, relevancia contemporánea, así como las implicaciones más amplias para la sociedad y la cultura de las estrategias de salud bucodental.

DESARROLLO

En las últimas décadas se han generado importantes cambios en la percepción y explicación de las causas de los problemas de salud,^(1,2) por lo que el análisis de la relación entre las estructuras socioeconómicas de la población y el proceso de obtención de salud, bienestar y calidad no es nuevo.⁽³⁾

A lo largo de la historia, la atención a la salud bucal ha estado en constante evolución. En épocas antiguas, la salud dental era ignorada en gran medida, y las personas solían perder dientes a una edad temprana.

Sin embargo, con el avance de la medicina y la estomatología, las actitudes hacia la salud bucodental comenzaron a cambiar. En el contexto de la población mayor, a lo largo de las últimas décadas del siglo XX y principios del XXI, se ha visto un notable aumento en los países desarrollados en la conservación de los dientes naturales.

Eso se debe, en gran parte, a los avances en el diagnóstico y tratamiento de enfermedades bucales. Sin embargo, a pesar de esas mejoras, muchos adultos mayores aún enfrentan desafíos significativos en su salud bucodental.

Un estudio realizado por la Organización Mundial de la Salud⁽⁴⁾ (OMS) en 2021 reveló que aproximadamente el 30 % de las personas mayores de 65 años presentan problemas dentales sin tratar. Ese dato resalta la necesidad de destinar más recursos a la salud bucodental de los mayores, a fin de garantizar no solo su bienestar físico, sino también su calidad de vida.

Lo cierto es que si se quiere ver cómo cambia un país, no hay mejor manera que observar su dinámica demográfica, proceso que obliga a repensar la forma en que la sociedad está organizada para brindar respuesta a los cuidados necesarios que esos cambios suponen, y que pasan por políticas específicas dirigidas a atender cada elemento de esa dinámica.

En 2030, una de cada seis personas en el mundo tendrá 60 años o más. En ese momento, el grupo de población de 60 años o más habrá subido de 1000 millones en 2020 a 1400 millones. En 2050, la población mundial de personas de 60 años o más se habrá duplicado (2100 millones). Las subregiones de Centroamérica y el Caribe cuentan con países que experimentan un rápido envejecimiento poblacional.⁽⁵⁾

Según la OMS sería ésta la Década del Envejecimiento Saludable 2021-2030, aprobada en la 73^a Asamblea Mundial de la Salud (2020), máximo órgano de decisión de la Organización Mundial de la Salud constituido por todos los estados miembros, como institución encargada de determinar las políticas que dirigen la salud mundial de la organización.⁽⁶⁾

Y es que precisamente la Década del Envejecimiento Saludable 2021-2030 persigue el objetivo de promover el envejecimiento saludable como estrategia transversal a todos los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS) y hace un llamamiento para sumar la colaboración de gobiernos, organismos internacionales, sociedad civil, profesionales, instituciones académicas, medios de comunicación y sector privado, con el propósito de mejorar la calidad de vida de las personas mayores, sus familias y las comunidades que habitan.⁽⁶⁾

Cuba, según estimaciones, para el año 2025 será el país más envejecido de la región latinoamericana y para el 2050 se convertirá en uno de los más envejecidos del mundo con más de 11 millones de habitantes y 19 % con 60 años y más; se estima que para esa fecha, esta población supere el 34 %, lo que aumentará el riesgo de discapacidad y costo social que se deriva de esta circunstancia.⁽⁷⁾

En los próximos 50 años, Cuba será el país del Tercer Mundo más envejecido, y es hoy el tercero de América

Latina, lo que está relacionado con el aumento de la expectativa de vida, el descenso de la fecundidad por debajo del nivel de reemplazo, el saldo migratorio negativo y la disminución de la mortalidad infantil, todo lo cual no solo ha afectado el tamaño y ritmo de crecimiento de la población, sino también su estructura por grupos de edades.⁽⁷⁾

Es por ello que para Cuba, el envejecimiento constituye uno de los desafíos de mayor significación. Por ello las políticas públicas que la nación ha potenciado durante más de 60 años necesitan de su perfeccionamiento, de la implementación de políticas proactivas que resulten más efectivas que las tradicionales, de manera que redunden en mejores beneficios y, por ende, en mejor calidad de vida.⁽⁸⁾

Las enfermedades bucodentales tienen una alta prevalencia. A nivel mundial 3500 millones de personas las padecen, guardando estrecha relación con las enfermedades no transmisibles, por lo que engendran una considerable carga sanitaria, social y económica⁽⁹⁾ y aunque se percibe mejoría en algunos países, subsiste la carga de mala salud bucodental, sobre todo entre los más vulnerables de la sociedad.

La carga económica que impone la mala salud bucodental y los costos directos e indirectos de las enfermedades bucodentales ascienden a escala mundial a US\$ 545 000 millones,⁽¹⁰⁾ lo que las sitúa entre los ámbitos de salud más costosos. Los problemas de salud bucodental, además de dolor y molestias, provocan ausencia de bienestar y calidad de vida.

La mala salud bucodental incide negativamente en la calidad de vida y envejecimiento saludable, tanto física como mentalmente, además de encontrarse altamente asociada con enfermedades cardiovasculares, diabetes, cánceres y neumonía,⁽¹¹⁾ siendo el reflejo de importantes desigualdades entre los países, incidiendo sobre todo en personas vulnerables y en grupos de riesgo.

Los factores de riesgo que las enfermedades bucodentales tienen en común con otras enfermedades no transmisibles, como el consumo de tabaco, el consumo nocivo de alcohol, la ingesta abundante de azúcares libres o una higiene deficiente, constituyen una de las razones de la necesidad de integrar estrategias en materia de salud bucodental en las políticas nacionales sobre enfermedades no transmisibles, con una labor interministerial e intersectorial articulada, desde una perspectiva integral que abarque todo el ciclo vital de un ser humano incluida la senectud.

Otro desafío de la salud bucodental en el adulto mayor es la desnutrición. La salud bucodental tiene un impacto directo en la nutrición. Las personas mayores que experimentan dolor o malestar en la cavidad bucal pueden evitar ciertos alimentos, lo que puede resultar en una dieta inadecuada, y, por lo tanto, en otros problemas de salud. Estudios han demostrado que la ausencia de dientes y las prótesis estomatológicas mal ajustadas pueden limitar la ingesta de alimentos saludables, esenciales para el bienestar general.⁽¹²⁾

El acceso a la atención estomatológica puede ser un desafío significativo para muchos adultos mayores. Factores como el déficit de recursos materiales, la falta de transporte, y limitaciones físicas pudieran ser barreras para los adultos mayores. Otro factor aún peor a criterio de los autores es que en algunos casos, la atención preventiva no se busque o se brinde, lo que pueda agravar los problemas de salud existentes.

Por otra parte, la pérdida de dientes puede tener un impacto psicológico considerable en las personas mayores. La autoestima, la imagen corporal y las interacciones sociales pueden verse afectadas. Además, determinadas condiciones de salud mental pueden estar presentes en aquellos que enfrentan problemas dentales serios, creando un ciclo negativo entre la salud bucodental y la salud emocional.

Una clave importante para mantener y mejorar el estado de salud bucal en los adultos mayores es el uso de nuevas estrategias de promoción de la salud bucal, dando importancia no solo a la salud bucal sino también a las características de vida de los adultos mayores y a su calidad de vida.

La prevención es clave para mantener la salud bucodental en el adulto mayor. Las campañas de concienciación, la promoción de la higiene bucal y el acceso a consultas estomatológicas periódicas son fundamentales. Las instituciones de salud pública deben enfocarse en estrategias que incluyan tres aspectos fundamentales: educación, acceso a los servicios estomatológicos y promoción de una dieta saludable.

Las estrategias de intervención educativa en adultos mayores deben basarse en pilares fundamentales⁽⁶⁾:

- Programas de educación comunitaria. Los programas de educación comunitaria son esenciales para abordar la salud bucodental de los mayores. Esas iniciativas pueden incluir talleres, charlas y campañas informativas enfocadas en diversos aspectos relacionados con factores de riesgo asociados a la aparición de enfermedades que afectan el aparato estomatognático. La personalización de los contenidos para este grupo es crucial para que la información sea relevante y efectiva.
- Capacitación de proveedores de salud y cuidadores. Una estrategia efectiva implica capacitar a los proveedores de salud y cuidadores, incluyendo médicos de atención primaria de salud, enfermeros, otros profesionales, y cuidadores sobre salud bucodental. De ese modo, puede realizar un abordaje integral y la interconsulta o remisión a especialistas cuando sea necesario. La formación debe centrarse en la relación entre la salud bucal y las enfermedades sistémicas, para que puedan comunicar la importancia del cuidado bucodental a sus pacientes adultos mayores.
- Uso de tecnología e información digital. La tecnología ha cambiado la forma en que se proporciona

la educación. A través del desarrollo de aplicaciones y plataformas en línea, es posible proporcionar información accesible sobre salud bucodental a las personas mayores. Esto puede incluir tutoriales o recordatorios. Además, el uso de redes sociales y videos educativos puede atraer la atención de ese grupo demográfico, facilitando el aprendizaje y la adopción de hábitos saludables.

- Intervenciones en centros de atención. La implementación de programas de intervención dentro de hogares de ancianos y centros de día constituye otra estrategia clave. Mediante la inclusión de rutinas en la atención diaria, se puede fomentar el mantenimiento de una buena salud bucal. Esto puede incluir la supervisión del cepillado y el acceso a productos de higiene oral adecuados, adaptados a las necesidades físicas de la población adulta mayor.

- Concienciación sobre nutrición y salud bucodental. La relación entre la nutrición y la salud bucodental es innegable, por lo que es crucial que las intervenciones educativas también incluyan información sobre cómo la dieta puede afectar la salud oral. Sensibilizar a los adultos mayores sobre la importancia de una dieta balanceada sería vital.

Si se hace un análisis desde la perspectiva sanitaria (Salud Pública), la promoción de la salud bucodental en personas adultas mayores puede reducir la carga de enfermedades dentales y su impacto en la salud general. Se ha demostrado que la salud bucal está relacionada con enfermedades sistémicas como la diabetes y enfermedades cardiovasculares.⁽¹¹⁾ Por lo tanto, mejorar la educación sobre salud bucodental puede tener efectos positivos en la salud a largo plazo.

Socialmente, las personas mayores con problemas bucodentales pueden experimentar un impacto significativo en su calidad de vida, incluyendo la afectación de su autoestima y la capacidad de interactuar con otras personas. La falta de dientes puede llevar a problemas de alimentación y nutrición, lo que a su vez puede contribuir a un deterioro en la salud general. Por ende, las intervenciones educativas deben centrarse también en los aspectos sociales y emocionales que afectan a este grupo poblacional en constante crecimiento.

Desde un enfoque económico, invertir en educación sobre salud bucodental puede resultar en un ahorro significativo a largo plazo. La prevención de enfermedades dentales reduce la necesidad de tratamientos costosos y puede disminuir la carga económica en los sistemas de salud pública y en las familias. Promover la salud bucodental a través de la educación puede ser una estrategia rentable que beneficie a la sociedad en su conjunto.

Es crucial considerar los posibles contraargumentos relacionados con las intervenciones educativas. Algunas personas podrían argumentar que los adultos mayores pueden ser renuentes a adoptar nuevas prácticas debido a la falta de comprensión de la tecnología o la información. No obstante, a criterio de los autores, ese aspecto puede ser una oportunidad para personalizar el enfoque educativo, utilizando métodos tradicionales adaptados a la comodidad de cada adulto mayor. Además, es fundamental incluir a los familiares en la educación, facilitando un entorno de apoyo que potencie la adopción de hábitos saludables en las familias.

La salud bucodental de los adultos mayores no es solo un problema de salud individual, sino que tiene implicaciones más amplias. La calidad de vida de los mismos influye en su independencia y en su capacidad para participar en la sociedad. Promover una buena salud bucodental se traduce en una población mayor más activa y comprometida.

En la actualidad, los esfuerzos para mejorar la salud bucodental de los adultos mayores deben centrarse en la educación para la salud de esos pacientes. Por lo tanto, es esencial abordar disímiles factores en el diseño de programas educativos, asegurando que todas las personas mayores tengan acceso a la información y recursos necesarios para cuidar de su salud bucodental.

La relevancia contemporánea del tema radica en la creciente población de mayores de 60 años y la necesidad de asegurar que su bienestar sea una prioridad en el ámbito de la salud pública. El desarrollo y la implementación de estrategias efectivas y accesibles para la educación sobre salud bucodental serían fundamentales; siendo recomendable siempre adaptar esas estrategias, teniendo en cuenta las necesidades cambiantes de la población mayor y las innovaciones en la educación y la atención sanitaria.

La salud bucodental es un derecho que debe ser accesible para todos, independientemente de la edad. Según Montano et al.⁽¹³⁾ se debe modificar entonces el enfoque de los profesionales de las ciencias médicas, centrado en la enfermedad, por un enfoque de prevención, cimentado en la salud, educación sanitaria y el autocuidado.

CONCLUSIONES

Las estrategias de intervención educativa sobre salud bucodental en mayores de 60 años son cruciales para mejorar su salud bucodental y calidad de vida. A través de programas comunitarios, capacitación de proveedores de salud y cuidadores, el uso de tecnología, y el énfasis en la nutrición, se pueden lograr mejoras significativas en el bienestar de esta población. Al abordar diversas perspectivas sanitaria, social, económica y considerar posibles contraargumentos, es evidente que las intervenciones educativas deben ser integrales

y adaptativas. Mantener un enfoque proactivo y preventivo contribuirá a mejorar la salud bucodental de las personas mayores y, por ende, su bienestar y calidad de vida en la sociedad.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Marmot M, Bell. Fair society, healthy lives. *Public Health*.2012; 126(Suppl 1):4-10.
2. Braveman P, Egerter S, Williams DR. The social determinants of health: coming of age. *Annu Rev Public Health*. 2011; 32:381-98.
3. Acero AM, Caro RIM, Henao KL, Ruiz ELF, Sánchez VG. Determinantes Sociales de la Salud: postura oficial y perspectivas críticas. *Rev Fac Nac Salud Pública* 2013; 31:103-10. En: Organización Mundial de la Salud. Informe sobre la salud bucodental en la población adulta [Internet]. Ginebra: OMS; 2021. Disponible en: <https://www.who.int/es>
4. Pérez-Montes-de-Oca E, et al. Actualización de envejecimiento poblacional, demencia y depresión en el anciano. *UNIMED* 2024; 6(1). Disponible en: <https://us.docworkspace.com/d/sIODt4Ndbma-LwAY>
5. Gutiérrez-Domingo T. Reto mundial: decenio de envejecimiento saludable 2021-2030 [Internet]. 2024.
6. Fuentes-Rodríguez E, Vilorio-Pérez C, Rodríguez-Herrera E. Trascendencia del envejecimiento poblacional y su impacto en la sociedad cubana. *Medisur* 2024; 4(2). Disponible en: <https://revmedest.sld.cu/index.php/medest/article/view/193>
7. Vila-Pérez OL, Moya-Padilla N. Las políticas públicas: una mirada del envejecimiento poblacional en las condiciones actuales de Cuba. *Revista Universidad y Sociedad* 2021. Disponible en: <https://us.docworkspace.com/d/sIHjt4NdbtL2LwAY>
8. Global Burden of Disease Study Collaborators. Global, regional, and national incidence, prevalence, and years lived with disability for 354 diseases and injuries for 195 countries and territories, 1990-2017: a systematic analysis for the Global Burden of Disease Study 2017. *Lancet* 2018; 392:1789-858. doi: 10.1016/S0140-6736(18)32279-7
9. Righolt AJ, Jevdjevic M, Marcenes W, Listl S. Global-, regional-, and country-level economic impacts of dental diseases in 2015. *J Dent Res*. 2018; 97(5):501-7. doi:10.1177/0022034517750572
10. Seitz MW, Listl S, Bartols A, Schubert I, Blaschke K, Haux C, et al. Current knowledge on correlations between highly prevalent dental conditions and chronic diseases: an umbrella review. *Prev Chronic Dis*. 2019;16:E180641. doi: 10.5888/pcd16.180641
11. Acuña-Aguilar J, et al. Prevención de enfermedades bucodentales en adultos mayores: un enfoque integral. *Revista de Odontología Geriátrica*. 2021.
12. García-Vázquez PE, Borges-Yáñez SA, Sánchez-García S. Programa de educación para la salud bucal en adultos mayores. *Rev Odontol* 2023; 25(2):27-34. Disponible en: <https://revistadigital.uce.edu.ec/index.php/odontologia/article/view/4509>
13. Montano-Silva RM, Abraham-Millán Y, Peña-Méndez A, Pérez-Cruz Y, Navarro-González E, Ricardo-Díaz LE. Educational program on oral health “Healthy smile”: knowledge and role of legal responsibilities and educators. *Salud, Ciencia y Tecnología*. 2024; 4:815. doi: 10.56294/saludcyt2024815

CONFLICTO DE INTERESES

Los autores declaran que no existe conflicto de intereses.

FINANCIACIÓN

Los autores recibieron financiación para la obtención de los resultados del presente artículo, a partir del proyecto de investigación “Por una sonrisa saludable” con código PT2411J400-024 que tributa al Programa Territorial “Calidad de Vida” del Municipio Especial Isla de la Juventud.

CONTRIBUCIÓN DE AUTORÍA

Conceptualización: Thalía Aurora Álvarez-Toledo, Rosa María Montano-Silva, Yoneisy Abraham-Millán.

Investigación: Thalía Aurora Álvarez-Toledo, Rosa María Montano-Silva, Yoneisy Abraham-Millán, Yahima Díaz-González, Lázaro Lazaga-González, Bárbara Zenaida Pérez-Pérez.

Curación de datos: Thalía Aurora Álvarez-Toledo, Rosa María Montano-Silva, Yoneisy Abraham-Millán .

Análisis formal: Yahima Díaz-González, Lázaro Lazaga-González, Bárbara Zenaida Pérez-Pérez.

Metodología: Rosa María Montano-Silva, Yoneisy Abraham-Millán, Yahima Díaz-González.

Redacción - borrador original: Rosa María Montano-Silva, Thalía Aurora Álvarez-Toledo.

Redacción - revisión y edición: Yoneisy Abraham-Millán.