



UNIVERSIDAD  
CATÓLICA  
DE CUENCA

**UNIVERSIDAD CATÓLICA DE CUENCA**

*Comunidad Educativa al Servicio del Pueblo*

**UNIDAD ACADÉMICA DE SALUD Y BIENESTAR**

**CARRERA DE ODONTOLOGIA**

**ESTRATEGIAS DE MANEJO PARA PACIENTES CON  
ANSIEDAD GENERALIZADA Y ANSIEDAD DENTAL  
REVISIÓN DE LITERATURA**

**PROYECTO DE TITULACIÓN PREVIO A LA OBTENCIÓN DEL  
TÍTULO DE ODONTOLOGO**

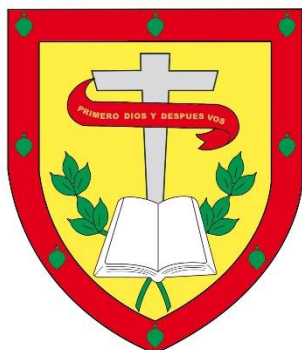
**AUTOR: MARIA CLAUDIA RAMIREZ CABRERA**

**DIRECTOR: DRA.MARIA DE LOURDES CEDILLO ARMIJOS**

**CUENCA - ECUADOR**

**2024**

**DIOS, PATRIA, CULTURA Y DESARROLLO**



**UNIVERSIDAD CATÓLICA DE CUENCA**

*Comunidad Educativa al Servicio del Pueblo*

**UNIDAD ACADÉMICA DE SALUD Y BIENESTAR**

**CARRERA DE ODONTOLOGIA**

ESTRATEGIAS DE MANEJO PARA PACIENTES CON ANSIEDAD  
GENERALIZADA Y ANSIEDAD DENTAL REVISION DE  
LITERATURA

**PROYECTO DE TITULACIÓN PREVIO A LA OBTENCIÓN DEL  
TÍTULO DE ODONTOLOGO**

**AUTOR: MARIA CLAUDIA RAMIREZ CABRERA**

**DIRECTOR: DRA.MARIA DE LOURDES CEDILLO ARMIJOS**

**CUENCA – ECUADOR**

**2024**

**DIOS, PATRIA, CULTURA Y DESARROLLO**

## **Estrategias de manejo para pacientes con ansiedad generalizada y ansiedad dental revisión de literatura**

### **Management Strategies for Patients with Generalized Anxiety and Dental Anxiety. A Literature Review**

María Claudia Ramírez Cabrera<sup>1\*</sup> <https://orcid.org/0009-0001-6941-6384>

María De Lourdes Cedillo Armijos<sup>2</sup> <https://orcid.org/0000-0002H-6114-5305>

<sup>1</sup>Universidad Católica de Cuenca. Cuenca, Ecuador.

\*Autor para la correspondencia: [ma.claurca@gmail.com](mailto:ma.claurca@gmail.com),  
[mcramirez02@est.ucacue.edu.ec](mailto:mcramirez02@est.ucacue.edu.ec)

#### **RESUMEN**

**Introducción:** La ansiedad generalizada y la ansiedad dental son trastornos complejos que afectan significativamente la calidad de vida de los pacientes.

**Objetivo:** Explorar y analizar los factores asociados con la ansiedad generalizada y la ansiedad dental, así como evaluar estrategias efectivas de predicción, promoción y tratamiento.

**Métodos:** Se realizó una revisión exhaustiva de la literatura, incluyendo 64 estudios recientes. Se recopilaron datos de diversos estudios y se sintetizaron los hallazgos relevantes.

**Resultados:** Los factores asociados con la ansiedad generalizada incluyen variables sociodemográficas, estrés temprano en la vida y disfunción del eje HPA. En la ansiedad dental, los factores influyentes son experiencias dentales pasadas, comportamiento del dentista y el entorno dental. La predicción y promoción del manejo de la ansiedad resaltan la importancia de identificar los factores de riesgo temprano y promover intervenciones educativas y comportamentales. Los tratamientos más efectivos combinan técnicas farmacológicas, como ansiolíticos y analgésicos, con técnicas no farmacológicas, incluyendo comunicación efectiva, manejo del comportamiento y técnicas psicológicas como la hipnosis.

**Conclusiones:** La combinación de técnicas farmacológicas y no farmacológicas, junto con la identificación temprana de factores de riesgo y la promoción de la alfabetización en salud bucal, puede mejorar significativamente la calidad de vida de los pacientes.

**Palabras clave:** Ansiedad generalizada, ansiedad dental, factores asociados, predicción, promoción, tratamientos, enfoques integrales.

## **ABSTRACT**

**Introduction:** Generalized anxiety and dental anxiety are complex disorders that significantly affect the quality of life of patients.

**Objective:** To explore and analyze the factors associated with generalized anxiety and dental anxiety, as well as evaluate effective prediction, promotion, and treatment strategies.

**Methods:** A deep literature review was conducted, including 64 recent studies. Data were collected from several studies, and relevant findings were synthesized.

**Results:** Factors associated with generalized anxiety include sociodemographic variables, early life stress, and HPA axis dysfunction. In dental anxiety, the influencing factors are past dental experiences, dentist behavior, and the dental environment. Prediction and promotion of anxiety management highlight the importance of identifying risk factors early, besides promoting educational and behavioral interventions. The most effective treatments combine pharmacological techniques, such as anxiolytics and pain relievers, with non-pharmacological techniques, including effective communication, behavior management, and psychological techniques, such as hypnosis.

**Conclusions:** The combination of pharmacological and non-pharmacological techniques, together with the early identification of risk factors and the promotion of oral health literacy, can significantly improve patients' quality of life.

**Keywords:** Generalized anxiety, dental anxiety, associated factors, prediction, promotion, treatments, integral approaches

## **Introducción**

Los trastornos de ansiedad, incluyendo el trastorno de ansiedad generalizada (TAG) y la ansiedad dental, son afecciones mentales que afectan significativamente la calidad de vida de las personas. La prevalencia de estos trastornos, tanto en niños como en adultos, ha llevado a la necesidad de desarrollar estrategias de manejo eficaces que puedan mejorar los resultados en los pacientes (1,2). La ansiedad dental es una preocupación particular debido a su impacto en la salud bucal y la disposición de los pacientes a buscar atención dental (3). Este estudio de revisión bibliográfica tiene como objetivo explorar los enfoques e intervenciones utilizados para tratar a pacientes con TAG y ansiedad dental, con énfasis en la importancia de una atención integral y multidisciplinaria.

El TAG se caracteriza por una preocupación persistente y excesiva acerca de diversas situaciones cotidianas, como el trabajo, la salud y las relaciones personales. Los pacientes con TAG suelen experimentar síntomas físicos como tensión muscular, fatiga y

dificultades para dormir, que pueden exacerbar la angustia emocional. Por otro lado, la ansiedad dental es un miedo intenso y específico asociado con los procedimientos dentales, lo cual puede llevar a la evitación del cuidado dental y, consecuentemente, a una mala salud bucal. La literatura sugiere que el tratamiento de estos trastornos requiere un enfoque multifacético que aborde tanto los aspectos psicológicos como fisiológicos (4,5).

Una intervención ampliamente reconocida y basada en evidencia para el tratamiento del TAG y la ansiedad dental es la terapia cognitivo-conductual (TCC). Este enfoque terapéutico ayuda a los pacientes a identificar y desafiar pensamientos y creencias irracionales, así como a desarrollar estrategias de afrontamiento efectivas. La TCC incluye técnicas como la exposición gradual a situaciones ansiógenas, que ha demostrado ser eficaz en la reducción de los síntomas de ansiedad y en la mejora de la respuesta al tratamiento. La combinación de TCC con otros métodos terapéuticos, incluyendo tácticas de distracción, puede potenciar los beneficios del tratamiento, proporcionando alivio a largo plazo para los pacientes (6,7).

Además de la TCC, las intervenciones farmacológicas son un componente fundamental en el manejo del TAG y la ansiedad dental. Los medicamentos ansiolíticos, entre otros, pueden complementar la terapia cognitivo-conductual, especialmente en casos donde esta última no es suficiente por sí sola. La integración de intervenciones farmacológicas y psicológicas permite un abordaje más holístico del tratamiento, mejorando significativamente la calidad de vida de los pacientes y abordando los síntomas de manera más completa. Investigaciones recientes han mostrado que la combinación de diversas modalidades terapéuticas puede resultar en mejores resultados clínicos (8).

La gestión efectiva de los pacientes con TAG y ansiedad dental es esencial para brindar una atención integral que mejore los resultados clínicos y la calidad de vida de los pacientes (9). Este artículo revisa y sintetiza la literatura existente sobre las estrategias de manejo, enfocándose en los enfoques terapéuticos más eficaces y basados en la evidencia. La revisión busca proporcionar una comprensión profunda de los métodos de tratamiento actuales y emergentes, destacando la necesidad de un enfoque integrado y multidisciplinario en la práctica clínica.

## **Método**

Se realizó una búsqueda exhaustiva en bases de datos indexadas, tales como PUBMED, SCOPUS, SCIELO y WEB OF SCIENCE, incluyendo publicaciones en inglés y español. Se establecieron criterios de inclusión específicos para guiar una exploración meticulosa de la literatura científica relacionada con pacientes que presentan ansiedad generalizada y ansiedad dental. Durante la investigación, se emplearon términos clave como "Dental Anxiety Management" y "Dentistry", utilizando operadores booleanos como "AND".

Para garantizar la relevancia y actualidad de la información, se aplicaron criterios de exclusión rigurosos. Se filtraron los artículos con más de cinco años de antigüedad y aquellos que no estuvieran redactados en inglés o español. También se eliminaron duplicados y artículos incompletos. Se excluyeron las publicaciones irrelevantes que, a pesar de cumplir con los filtros iniciales, no estaban relacionadas directamente con el

manejo de la ansiedad generalizada y la ansiedad dental. Adicionalmente, se descartaron artículos inaccesibles en su totalidad, aquellos que trataban sobre enfermedades sistémicas y resúmenes que no abordaban específicamente el manejo de estos tipos de ansiedad en pacientes.

El método de búsqueda incluyó una descripción detallada de las palabras clave y operadores utilizados, lo cual permitió obtener los artículos relevantes para esta revisión. Esta metodología asegura la rigurosidad y la calidad de la información recopilada para el análisis y discusión de las estrategias de manejo en pacientes con ansiedad generalizada y ansiedad dental.

## Resultados

### Funcionamiento y calidad de vida percibida en personas con discapacidad

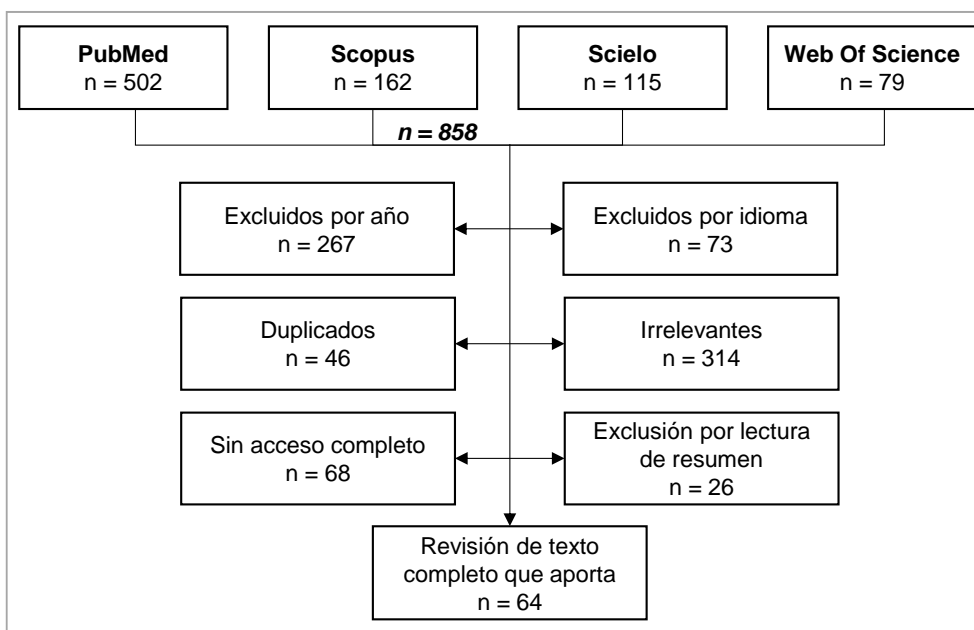
Después de la búsqueda y selección de estudios, se realizó el análisis de 64 publicaciones con información relevante para la investigación, a partir de las cuales se obtuvieron los siguientes resultados:

**Tabla 1.** Estrategia en motores de búsqueda

MOTOR DE BÚSQUEDA	ALGORITMO DE BÚSQUEDA	TOTAL
PUD MED	MANEJO ANSIEDAD DENTAL AND ODONTOLOGIA  DENTAL ANXIETY MANAGEMENT AND DENTISTRY	502
SCOPUS	((DENTAL ANXIETY MANAGEMENT)) AND ((DENTISTRY))	162
SCIELO	((DENTAL ANXIETY MANAGEMENT)) AND ((DENTISTRY))	115
WED OF SCIENCE	((DENTAL ANXIETY MANAGEMENT)) AND ((DENTISTRY))	79
<b>TOTAL</b>		<b>858</b>

El resultado inicial constó de un total de 858 documentos para los términos de búsqueda según cada repositorio (Tabla 1), a partir de los cuales se decantó hasta obtener 64 estudios relevantes, como se muestra en la Figura 1.

**Figura 1.** Flujograma de búsqueda y selección



Con la revisión de los estudios seleccionados, se procedió a revisar los factores asociados con la presencia de ansiedad generalizada, los cuales se describen a continuación:

**Tabla 2.** Factores relacionados con la ansiedad generalizada

Tipo de factor	Características	Autores
General	Alta prevalencia y subdiagnóstico del TAG. Síntomas incluyen ansiedad crónica, preocupación, y síntomas físicos/psicológicos inespecíficos. Tratamientos efectivos incluyen psicoterapia y farmacoterapia.	DeMartini et al. (2019) (10)
Sociodemográficos	Alta prevalencia de síntomas depresivos y de ansiedad entre estudiantes de secundaria en China occidental. Factores asociados incluyen género femenino, ser hijo único, familia no nuclear, acoso escolar, trastornos del sueño, y síntomas de trastorno por juego en línea. Factores de riesgo incluyen ser mujer, estatus económico bajo, percepción de estrés, tristeza, insuficiencia de sueño, y soledad. Factores predictivos adicionales incluyen ideación suicida y distorsión de la imagen corporal. Alta prevalencia de síntomas de ansiedad leve (10.9%) y TAG (3.9%). Factores asociados incluyen edad joven, estado civil, vivir en la capital o áreas rurales, salud autopercebida pobre, trastorno por consumo de alcohol, conducta suicida, y síntomas de depresión.	Chen et al. (2023)(11), Kang y Kang (2024)(12), Vinogradova et al. (2022) (13)

Tipo de factor	Características	Autores
Pandemia / COVID-19	Síntomas de ansiedad asociados a la pandemia de COVID-19. Más comunes en niños de grados 3-6. Asociados con padres divorciados/separados y bajo nivel socioeconómico. Alta prevalencia (43.7%) en mujeres embarazadas durante COVID-19. Factores asociados incluyen tener menos de tres hijos, actitud negativa hacia COVID-19, y percepción de alto riesgo de COVID-19. Alta prevalencia entre trabajadores de la salud durante COVID-19. Factores asociados incluyen contacto con casos confirmados/sospechosos, falta de actualizaciones sobre COVID-19, falta de confianza en el manejo del estrés, y preocupación por COVID-19.	Al-Shekaili et al. (2024)(14), Bishaw et al. (2022)(15), Teshome et al. (2020) (16)
Estrés	Estrés temprano en la vida asociado con mayor riesgo de trastornos de ansiedad en la adultez. Disfunción del eje HPA como factor de riesgo. Percepción del estrés como el factor más influyente en adolescentes coreanos. Otros factores incluyen sexo femenino y menor participación en ejercicio de alta intensidad o fortalecimiento muscular.	Juruena et al.(2020)(17), Kim y Shin (2022) (18)
Ocupacional	Factores ocupacionales asociados con depresión, ansiedad, y fatiga general incluyen sexo, edad, nivel educativo, tipo de ocupación, satisfacción laboral, trabajo por turnos, y exposición ocupacional.	Kim (2023) (19)
Parental	Prevalencia de 2.6% en niños y adolescentes. Predictores significativos incluyen edad, sexo, historial psiquiátrico materno, nivel educativo materno y residencia. Alta comorbilidad con otros trastornos psiquiátricos. Co-ocurrencia de síntomas de ansiedad y trastornos obsesivo-compulsivos. Alta intensidad de trastornos fóbicos, trastornos de conversión, disfunciones autonómicas cardíacas, e hipocondría en pacientes con TAG.	Mohammadi et al. (2020)(20), Citkowska-Kisielewska et al. (2019)(21), Wang et al. (2023) (22)
Cuidado informal	Carga subjetiva del cuidador como un factor de riesgo significativo para la ansiedad en cuidadores informales.	Del-Pino-Casado et al. (2021)(23)
Deportivo	Factores contributivos incluyen presión para rendir, escrutinio público, insatisfacción con la carrera deportiva, lesiones y acoso/abuso en el deporte.	Reardon et al. (2024)(24)
Embarazo	Alta prevalencia de GAD y DA entre mujeres embarazadas. Factores asociados incluyen dolor dental, visitas dentales infrecuentes y altos niveles de ansiedad dental.	Nazir et al. (2022) (25)
Otros tipos de ansiedad	Alta correlación entre la ansiedad dental y otros tipos de ansiedad. Factores pronósticos incluyen soledad, neuroticismo, y autoeficacia.	Valdes-Stauber y Hummel (2021) (4)

La ansiedad generalizada (TAG) es un trastorno común y debilitante que afecta a una amplia variedad de poblaciones, desde niños hasta adultos, con prevalencias significativas

en diferentes contextos. Estudios como los de Al-Shekaili et al. y Wang et al. revelan que la pandemia de COVID-19 ha exacerbado los síntomas de ansiedad en niños, especialmente en aquellos de grados 3-6, y destaca factores como el divorcio de los padres y el bajo nivel socioeconómico (14,22). La investigación de Wang et al. también muestra una alta prevalencia de TAG en niños y adolescentes, con mayores tasas en niñas y una alta comorbilidad con trastornos de déficit de atención y de conducta disruptiva (22). Estos estudios subrayan la importancia de factores socioeconómicos y familiares en el desarrollo y la intensidad del TAG.

Por otro lado, la investigación de Juruena et al. y Vinogradova et al. pone de manifiesto la influencia de factores de vida tempranos y sociodemográficos en la ansiedad generalizada (13,17). Juruena et al. destacan cómo el estrés temprano en la vida puede alterar el eje hipotalámico-pituitario-adrenal (HPA), aumentando el riesgo de TAG en la adultez (17). Vinogradova et al. encuentran que factores como la edad joven, estado civil, vivir en áreas urbanas o rurales, salud autopercebida pobre y conductas suicidas son significativamente asociados con síntomas de TAG (13).

**Tabla 3.** Factores relacionados con la ansiedad dental

<b>Tipo de factor</b>	<b>Características</b>	<b>Autores</b>
Comunicación y manejo del comportamiento	Importancia de la comunicación y planificación del tratamiento. Técnicas de manejo del comportamiento y distracción. Uso de manejo farmacológico cuando sea necesario. Comprender la etiología subyacente. Apoyo de la psicología clínica y recursos locales.	Abdulla et al. (2023) (26), Scandurra et al. (2021) (27)
Ansiedad dental en mujeres embarazadas	Alta prevalencia de ansiedad dental (DA) en mujeres embarazadas (90.9%). Factores asociados: experiencias dentales negativas, dolor o incomodidad dental, razones para la asistencia dental antes del embarazo, tiempo desde la última visita dental. Mayor DA en mujeres no saudíes y en aquellas con experiencias dentales negativas y dolor. Relación significativa entre DA y el tiempo desde la última visita dental.	AlRatroot et al. (2022) (28), Bishaw et al. (2022) (15)
Ansiedad dental en niños	Prevalencia de miedo y ansiedad dental en niños de 7 a 12 años. Factores desencadenantes: vista de la silla dental, inyecciones dentales, presencia en la clínica, sala de espera, información previa del tratamiento, perforación dental. Menor ansiedad cuando los padres acompañan a los niños.	Alshuaibi et al. (2021) (29), Amorim Júnior et al. (2021) (30), Dahlander et al. (2019)(31), Essajee et al. (2022)(32), Prihastari et al. (2020) (33)
Experiencias dentales previas y	Ansiedad dental provocada por factores como el comportamiento del dentista, experiencias pasadas, fobia a las agujas y comentarios de otros pacientes. Factores	Ghaffar et al. (2024) (34), Acharya et al. (2019) (35), Kassem El Hajj et al. (2021) (36), Kothari y

Tipo de factor	Características	Autores
características sociodemográficas	asociados: experiencias dentales negativas previas, sensibilidad dental, caries, boca seca y mal aliento. Mayor ansiedad dental en mujeres.	Gurunathan (2019) (37), Kvesić et al. (2023) (38), Li et al. (2024) (39), Muneer et al. (2022) (40), Samami et al. (2024) (41), Sivaramakrishnan et al. (2022) (42)
Dolor dental y ansiedad	Ansiedad dental en pacientes con extracción de terceros molares. Factores influyentes: género, experiencia previa de extracción dental, y autoevaluación del estado de salud bucal. Correlación significativa entre el nivel de ansiedad dental y el dolor postoperatorio.	Alkuwaiti et al. (2023) (43), Åstrøm et al. (2022) (44), Murad et al. (2020) (45), Xu y Xia (2020) (46), Suleiman et al. (2023) (47), Stein Duker et al. (2022) (48), Vassend et al. (2023) (49), Xie et al. (2023) (50)
Factores psicológicos y comportamentales	Correlación entre migrañas y ansiedad dental. El sonido del taladro dental provoca ansiedad y dolores de cabeza en pacientes con migraña. Asociación positiva entre ansiedad dental e intrusión de Facebook. Efectos indirectos de la ansiedad dental en la intrusión de Facebook a través de la vergüenza. Evaluación y tratamiento de la ansiedad dental en niños. Factores asociados: estrés postraumático, trastorno obsesivo-compulsivo, y síndrome ansioso-fóbico. Incluye casos de odontofobia.	Alyami et al. (2021) (51), Dadalti et al. (2021) (52), De Stefano (2019) (53), Ghaffar et al. (2024) (34), Sobol et al. (2022) (54), Pop-Jordanova (2019) (55), Seifu et al. (2021) (56), Shindova y Belcheva (2021) (57), Zhao et al. (2020) (58)
Factores económicos y educativos	Disminución de la ansiedad dental en Suiza entre 2010 y 2017. Mujeres consistentemente reportan mayores niveles de ansiedad dental. Niveles más altos de educación, confianza en el dentista y satisfacción con el dentista predicen niveles más bajos de ansiedad dental.	Åstrøm et al. (2022) (44), Dantala y Chawla (2019) (59), Goh et al. (2020) (60), Ramseier et al. (2023) (61), Castro-Pérez et al. (2022) (62), Lathi et al. (2023) (63), Petrović et al. (2024) (64)

La ansiedad dental es un problema significativo en la atención odontológica, influenciado por factores como la anticipación de experiencias negativas y la alfabetización en salud bucal. Samami et al. encontraron que una mayor ansiedad dental se asocia con una peor calidad de vida relacionada con la salud bucal, mientras que una mejor alfabetización mejora esta calidad (41). Lathi et al. destacan que padres con baja ansiedad dental tienden a someterse a más procedimientos preventivos y de tratamiento, beneficiando también a sus hijos (65). Ghaffar et al. señalan que el comportamiento del dentista y experiencias pasadas, junto con el sonido del instrumental dental, aumentan la ansiedad, especialmente en mujeres y pacientes jóvenes (34).

En niños, la ansiedad dental es exacerbada por múltiples factores, incluyendo la edad de la primera visita dental y experiencias previas. Shindova y Belcheva identifican factores como la presencia de los padres durante el tratamiento (57). Essajee et al. encontraron que la educación de los padres y visitas previas influyen en el miedo dental (32). Kvesić et al. indican que el conocimiento de los padres, género femenino y nivel de higiene oral son factores de riesgo (38). Zhao et al. reportan alta ansiedad entre el personal dental durante la pandemia de COVID-19, relacionada con edad y conflictos laborales (58). Estos hallazgos destacan la necesidad de una perspectiva holística que considere factores psicológicos y sociales.

**Tabla 4.** Predicción y promoción del manejo de la ansiedad

Autores (año)	Predicción y promoción
Åstrøm et al. (2022) (33)	Evitación de visitas dentales debido a experiencias desagradables y costos. Promover la confianza y la satisfacción con el dentista y la educación sobre la importancia de las visitas regulares puede reducir la ansiedad.
Ghaffar et al. (2024) (40)	Experiencias previas en tratamientos dentales reducen la ansiedad dental. Promover experiencias dentales positivas y la familiarización con el entorno dental puede disminuir la ansiedad.
Kothari y Gurunathan (2019) (43)	Ansiedad dental mayor en niñas. Promover la implementación de técnicas de modelado del comportamiento y construir una buena relación entre el niño y el dentista para reducir la ansiedad.
Lathi et al. (2023) (45)	Trayectorias de ansiedad dental en padres influyen en el número de procedimientos preventivos y de tratamiento en sus hijos. Promover una baja ansiedad dental en padres puede aumentar la prevención en niños.
Petrović et al. (2024) (48)	La ansiedad dental parental influye en el desarrollo de la ansiedad dental en niños. Promover el manejo de la ansiedad en padres puede ayudar a prevenir la ansiedad dental en sus hijos.
Samami et al. (2024) (52)	Mayor alfabetización en salud bucal (OHL) se asocia con una mejor calidad de vida relacionada con la salud bucal (OHRQOL). Promover la educación en salud bucal puede reducir la ansiedad dental.

El análisis de predicción y promoción de la ansiedad dental sugiere que la educación en salud bucal y la gestión de experiencias dentales positivas son fundamentales para mitigar la ansiedad dental. La alfabetización en salud bucal está asociada con una mejor calidad de vida relacionada con la salud bucal, mientras que experiencias previas positivas reducen la ansiedad, lo cual subraya la importancia de familiarizar a los pacientes con el entorno dental. Además, la ansiedad dental en padres puede influir en la cantidad de procedimientos preventivos en sus hijos, sugiriendo que manejar la ansiedad en los padres puede prevenir su desarrollo en los niños. La confianza y la satisfacción con el dentista, junto con visitas regulares, son esenciales para reducir la ansiedad dental, indicando que una combinación de educación, manejo de experiencias y apoyo parental puede mejorar significativamente la salud dental y reducir la ansiedad asociada.

**Tabla 5.** Tratamientos en el manejo de la ansiedad

<b>Autor(es)</b>	<b>Tratamientos</b>
Abdulla et al. (2023) (26)	Comunicación efectiva, planificación del tratamiento, y técnicas de manejo del comportamiento y distracción.
Dantala y Chawla (2019) (59)	Enfoque en la educación y motivación de los pacientes para reducir la ansiedad.
De Stefano (2019) (53)	Uso de técnicas psicológicas y no invasivas como la hipnosis para manejar la odontofobia.
Ghaffar et al. (2024) (34)	Gestión del comportamiento del dentista y preparación del entorno dental para reducir la ansiedad provocada por el instrumental.
Petrović et al. (2024) (64)	Reducción de la ansiedad dental parental para prevenir el desarrollo de ansiedad en niños.
Samami et al. (2024) (41)	Alfabetización en salud bucal y educación para mejorar la calidad de vida relacionada con la salud bucal.
Shindova y Belcheva (2021) (57)	Técnicas de modelado del comportamiento y manejo del entorno dental (sonidos, olores, presencia de padres).
Sivaramakrishnan et al. (2022) (42)	Técnicas no farmacológicas como descansos y pausas, y técnicas farmacológicas cuando sea necesario.
Stein Duker et al. (2022) (48)	Desarrollo de nuevas intervenciones para mejorar los comportamientos y resultados de salud bucal, abordando la ansiedad dental.
Xu y Xia (2020) (46)	Recomendación de administración oral de ibuprofeno sostenido para el manejo del dolor postoperatorio y la ansiedad.

Los tratamientos para la ansiedad dental resaltan la importancia de enfoques tanto farmacológicos como no farmacológicos. La alfabetización en salud bucal y la educación mejoran la calidad de vida relacionada con la salud bucal. Técnicas no farmacológicas, como descansos, pausas, manejo del comportamiento y distracción, son cruciales para reducir la ansiedad. La comunicación efectiva y la planificación del tratamiento son esenciales, al igual que la gestión del entorno dental y el comportamiento del dentista. Técnicas psicológicas como la hipnosis son útiles para manejar la odontofobia. Reducir la ansiedad dental parental es vital para prevenir la ansiedad en los niños. La administración de ibuprofeno para el manejo del dolor postoperatorio y la ansiedad, junto con nuevas intervenciones, son enfoques integrales para tratar la ansiedad dental.

## Conclusiones

La ansiedad dental, influenciada por experiencias pasadas, comportamiento del dentista y el entorno dental, puede tratarse eficazmente mediante un enfoque integral. Las técnicas farmacológicas, como ansiolíticos y analgésicos, combinadas con métodos no farmacológicos, como la comunicación efectiva, manejo del comportamiento y técnicas psicológicas, como la hipnosis, son esenciales. La prevención se centra en la identificación temprana de factores de riesgo, promoción de la alfabetización en salud bucal y el uso de intervenciones educativas y comportamentales. Estas estrategias multidisciplinarias y personalizadas son cruciales para reducir la ansiedad dental y mejorar la calidad de vida de los pacientes.

### Agradecimiento:

Primeramente, agradezco a Dios por haberme permitido culminar esta etapa de mi vida. Gracias a mis Abuelos y mi Mamá por apoyarme en cada decisión y creer en mí, gracias a la Universidad Católica de Cuenca por permitir ser una profesional. “Cada uno con su corazón avanza siempre cómo siente el presente” A veces se gana y a veces se pierde, perdí sueños y perdí mi balance, pero yo sé que tal vez gane más de lo que perdí, tal vez estuvo bien equivocarme tantas veces, pero hoy agradezco en la persona que me convertí sin duda agradezco con todas mis fuerzas a los medios que me hicieron llegar aquí a las personas y al amor, sin alguna de estas no seguiría de pie.

### Referencias bibliográficas

1. Mishra AK, Varma AR. A Comprehensive Review of the Generalized Anxiety Disorder. *Cureus* [Internet]. 2023;15(9:e46115):1-8. Disponible en: <https://doi.org/10.7759/cureus.46115>
2. Satyanarayana Dantala, Roshani M Chawla. Prevalence of Dental Anxiety among Patients Visiting a Dental Institution in Telangana, South India. *International Healthcare Research Journal* [Internet]. 2019;3(6):206-10. Disponible en: <https://doi.org/10.26440/IHRJ/0306.09291>
3. Gao S, Lu J, Li P, Yu D, Zhao W. Prevalence and risk factors of children's dental anxiety in China: a longitudinal study. *BMJ Open* [Internet]. 2021;11(4:e043647):1-9. Disponible en: <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2020-043647>
4. Valdes-Stauber J, Hummel K. The relationship between dental anxiety and other kinds of anxiety: a naturalistic, cross-sectional and comparative study. *BMC Psychology* [Internet]. 2021;9(184):1-10. Disponible en: <https://doi.org/10.1186/s40359-021-00684-6>
5. Jevan P, Ramseier CA. Management of dental anxiety – a cross-sectional survey in private dental practices in the Swiss Romandy. *SWISS DENTAL JOURNAL SSO* –

Science and Clinical Topics [Internet]. 2020;130(4):308-20. Disponible en: <https://doi.org/10.61872/sdj-2020-04-02>

6. Torres-Gómez J, Arnason SC, Hoopes WL, Vandewalle KS. Management of dental anxiety via distraction technique. *Journal of Clinical and Experimental Dentistry* [Internet]. 2021;13(4):e350-6. Disponible en: <https://doi.org/10.4317/jced.57660>

7. Schibbye R, Hedman-Lagerlöf E, Kaldo V, Dahllöf G, Shahnava S. Internet-Based Cognitive Behavioral Therapy for Children and Adolescents With Dental or Injection Phobia: Randomized Controlled Trial. *Journal of Medical Internet Research* [Internet]. 2024;26(e42322):1-15. Disponible en: <https://doi.org/10.2196/42322>

8. Cooper DL, Maygar CW. Approaching Dental Anxiety: Importance, Measurement and Recent Advance in Management of the Oral Health to Systemic Disease Ecosystem. *Clinics in Medicine*. 2022;4(1041):11-5.

9. Saba Z, Katirci G. Relationship between dental anxiety levels and oral health among dental patients in Turkey: a cross-sectional study. *BMC Oral Health* [Internet]. 2023;23(328):1-10. Disponible en: <https://doi.org/10.1186/s12903-023-03041-8>

10. DeMartini J, Patel G, Fancher TL. Generalized Anxiety Disorder. *Annals of Internal Medicine* [Internet]. 2019;170(7):ITC49-64. Disponible en: <https://doi.org/10.7326/aitc201904020>

11. Chen Z, Ren S, He R, Liang Y, Tan Y, Liu Y, et al. Prevalence and associated factors of depressive and anxiety symptoms among Chinese secondary school students. *BMC psychiatry* [Internet]. 2023;23(580):1-9. Disponible en: <https://doi.org/10.1186/s12888-023-05068-1>

12. Kang KI, Kang CM. Factors Influencing Adolescent Generalized Anxiety Disorder: A Zero-Inflated Negative Binomial Regression Model. *Journal of Psychosocial Nursing and Mental Health Services* [Internet]. 2024;62(6):46-55. Disponible en: <https://doi.org/10.3928/02793695-20231025-01>

13. Vinogradova VV, Kivite-Urtane A, Vrublevska J, Rancans E. Anxiety Screening among the General Population of Latvia and Associated Factors. *Medicina (Kaunas, Lithuania)* [Internet]. 2022;58(9):1163. Disponible en: <https://doi.org/10.3390/medicina58091163>

14. Al-Shekaili M, Al-Huseini S, Al-Kalbani Y, Mirza H, Chan MF, Hassan W, et al. Factors associated with anxiety-related symptoms in children and adolescents during COVID-19 in Oman: a cross-sectional study. *Scientific Reports* [Internet]. 2024;14(1):9812. Disponible en: <https://www.nature.com/articles/s41598-024-59769-y>

15. Bishaw KA, Andalem A, Amha H, Wondie T. Generalized Anxiety Disorder and Its Associated Factors Among Pregnant Women During COVID-19 at Public Health

Facilities of East Gojjam Zone, 2020: A Multi-Center Cross-Sectional Study. *Front Glob Womens Health*. 2022;3(918332):1-8.

16. Teshome A, Glagn M, Shegaze M, Tekabe B, Getie A, Assefa G, et al. Generalized Anxiety Disorder and Its Associated Factors Among Health Care Workers Fighting COVID-19 in Southern Ethiopia. *Psychology Research and Behavior Management* [Internet]. 2020;13:907-17. Disponible en: <https://doi.org/10.2147/prbm.s282822>

17. Juruena MF, Eror F, Cleare AJ, Young AH. The Role of Early Life Stress in HPA Axis and Anxiety. *Advances in Experimental Medicine and Biology* [Internet]. 2020;1191:141-53. Disponible en: [https://doi.org/10.1007/978-981-32-9705-0\\_9](https://doi.org/10.1007/978-981-32-9705-0_9)

18. Kim ML, Shin K. Exploring the Major Factors Affecting Generalized Anxiety Disorder in Korean Adolescents: Based on the 2021 Korea Youth Health Behavior Survey. *International Journal of Environmental Research and Public Health* [Internet]. 2022;19(15:9384):1-9. Disponible en: <https://doi.org/10.3390/ijerph19159384>

19. Kim KY. Occupational Factors Associated With Workers' Depression, Anxiety, and General Fatigue. *Journal of Occupational and Environmental Medicine* [Internet]. 2023;65(12):e771-5. Disponible en: <https://doi.org/10.1097/jom.0000000000002976>

20. Mohammadi MR, Pourdehghan P, Mostafavi SA, Hooshyari Z, Ahmadi N, Khaleghi A. Generalized anxiety disorder: Prevalence, predictors, and comorbidity in children and adolescents. *Journal of Anxiety Disorders* [Internet]. 2020;73(102234):1-8. Disponible en: <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2020.102234>

21. Citkowska-Kisielewska A, Rutkowski K, Sobański JA, Dembińska E, Mielimaka M. Anxiety symptoms in obsessive-compulsive disorder and generalized anxiety disorder. *Psychiatria Polska* [Internet]. 2019;53(4):845-64. Disponible en: <https://doi.org/10.12740/pp/105378>

22. Wang F, Yang H, Li F, Zheng Y, Xu H, Wang R, et al. Prevalence and comorbidity of anxiety disorder in school-attending children and adolescents aged 6–16 years in China. *BMJ Paediatrics Open* [Internet]. 2024;8(e001967). Disponible en: <https://bmjpaedsopen.bmj.com/content/8/1/e001967>

23. Del-Pino-Casado R, Priego-Cubero E, López-Martínez C, Orgeta V. Subjective caregiver burden and anxiety in informal caregivers: A systematic review and meta-analysis. *PloS One* [Internet]. 2021;16(3:e0247143). Disponible en: <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0247143>

24. Reardon CL, Gorczynski P, Hainline B, Hitchcock M, Rice S. Anxiety Disorders in Athletes. *Clinics in Sports Medicine* [Internet]. 2024;43(1):33-52. Disponible en: <https://doi.org/10.1016/j.csm.2023.06.002>

25. Nazir MA, AlSharief M, Al-Ansari A, El Akel A, AlBishi F, Khan S, et al. Generalized Anxiety Disorder and Its Relationship with Dental Anxiety among Pregnant Women in Dammam, Saudi Arabia. *International Journal of Dentistry* [Internet]. 2022;2022(1578498):1-7. Disponible en: <https://doi.org/10.1155/2022/1578498>
26. Abdulla R, Murray A, Seeballuck C, Heffernan A. Top tips for the management of the dentally anxious patient in general practice. *British Dental Journal* [Internet]. 2023;235(3):166-9. Disponible en: <https://doi.org/10.1038/s41415-023-6199-5>
27. Scandurra C, Gasparro R, Dolce P, Bochicchio V, Muzii B, Sammartino G, et al. The role of cognitive and non-cognitive factors in dental anxiety: A mediation model. *European Journal of Oral Sciences* [Internet]. 2021;129(4:e12793). Disponible en: <https://doi.org/10.1111/eos.12793>
28. AlRatroot S, Alotaibi G, AlBishi F, Khan S, Ashraf Nazir M. Dental Anxiety Amongst Pregnant Women: Relationship With Dental Attendance and Sociodemographic Factors. *International Dental Journal* [Internet]. 2022;72(2):179-85. Disponible en: <https://doi.org/10.1016/j.identj.2021.05.007>
29. Alshuaibi AF, Aldarwish M, Almulhim AN, Lele GS, Sanikommu S, Raghunath RG. Prevalence of Dental Fear and Anxiety and Its Triggering Factors in the Dental Office among School-going Children in Al Ahsa. *International Journal of Clinical Pediatric Dentistry* [Internet]. 2021;14(2):286-92. Disponible en: <https://doi.org/10.5005/jp-journals-10005-1925>
30. Amorim Júnior LA de, Rodrigues VBM, Costa LR, Corrêa-Faria P. Is dental anxiety associated with the behavior of sedated children? *Brazilian Oral Research* [Internet]. 2021;35(e088). Disponible en: <https://doi.org/10.1590/1807-3107bor-2021.vol35.0088>
31. Dahlander A, Soares F, Grindefjord M, Dahllöf G. Factors Associated with Dental Fear and Anxiety in Children Aged 7 to 9 Years. *Dentistry Journal* [Internet]. 2019;7(3:68):1-9. Disponible en: <https://doi.org/10.3390/dj7030068>
32. Essajee S, Mtaya-Mlangwa M, Sohal KS. Dental fear and its related factors among patients managed in a paediatric dental clinic of a university hospital in Tanzania. *Medical Journal of Zambia* [Internet]. 2022;49(1):59-66. Disponible en: <https://docs.bvsalud.org/biblioref/2022/08/1382380/dental-fear-and-its-related-factors-among-patients.pdf>
33. Prihastari L, Iswara RA, Afiani GA, Ramadhan F, Octaviani M, Hidayat WA, et al. The relationship between dental fear, anxiety and sociodemography in Jakarta, Indonesia. *Dental Journal* [Internet]. 2020;53(4):175-80. Disponible en: <https://doi.org/10.20473/j.djmk.v53.i4.p175-180>
34. Ghaffar RSA, Sheikh M, Kidwai M, Sanaullah A, Salman M, Ilyas A, et al. Impact of high-speed handpiece noise-induced dental anxiety on heart rate: analyzing

experienced and non-experienced patients - a comparative study. *BMC Oral Health* [Internet]. 2024;24(265). Disponible en: <https://doi.org/10.1186/s12903-024-04017-y>

35. Acharya S, Pentapati KC, Srinivasan SR, Khatri S. Factors affecting the interrelationship between cynical hostility and dental anxiety among dental patients. *Indian Journal of Dental Research: Official Publication of Indian Society for Dental Research* [Internet]. 2019;30(2):305-9. Disponible en: [https://doi.org/10.4103/ijdr.ijdr\\_112\\_17](https://doi.org/10.4103/ijdr.ijdr_112_17)

36. Kassem El Hajj H, Fares Y, Abou-Abbas L. Assessment of dental anxiety and dental phobia among adults in Lebanon. *BMC Oral Health* [Internet]. 2021;21(48). Disponible en: <https://doi.org/10.1186/s12903-021-01409-2>

37. Kothari S, Gurunathan D. Factors influencing anxiety levels in children undergoing dental treatment in an undergraduate clinic. *Journal of Family Medicine and Primary Care* [Internet]. 2019;8(6):2036-41. Disponible en: [https://doi.org/10.4103/jfmpe.jfmpe\\_229\\_19](https://doi.org/10.4103/jfmpe.jfmpe_229_19)

38. Kvesić AJ, Hrelja M, Lovrić Ž, Šimunović L, Špiljak B, Supina N, et al. Possible Risk Factors for Dental Fear and Anxiety in Children Who Suffered Traumatic Dental Injury. *Dentistry Journal* [Internet]. 2023;11(8:190). Disponible en: <https://doi.org/10.3390/dj11080190>

39. Li M, Xiong H, Li M, Chee WW, Chen K. Change in oral health-related behaviours of children before and after dental treatments under general anaesthesia. *Journal of Clinical Pediatric Dentistry* [Internet]. 2024;48(3):94-100. Disponible en: <https://www.jocpd.com/articles/10.22514/jocpd.2024.063/htm>

40. Muneer MU, Ismail F, Munir N, Shakoor A, Das G, Ahmed AR, et al. Dental Anxiety and Influencing Factors in Adults. *Healthcare (Basel, Switzerland)* [Internet]. 2022;10(12:2352). Disponible en: <https://doi.org/10.3390/healthcare10122352>

41. Samami M, Farrahi H, Alinia M. The relationship between dental anxiety and oral health literacy with oral health-related quality of life. *BMC Oral Health* [Internet]. 2024;24(567). Disponible en: <https://doi.org/10.1186/s12903-024-04359-7>

42. Sivaramakrishnan G, Makki H, AlDallal S, Alaswad Z, Sultan E, Ahmed S, et al. The variables associated with dental anxiety and their management in primary care dental clinics in Bahrain: a cross-sectional study. *BMC Oral Health* [Internet]. 2022;22(137). Disponible en: <https://doi.org/10.1186/s12903-022-02173-7>

43. Alkuwaiti E, Alshubaili R, AlZahrani N, Khusheim S, AlMunif R, Alharbi N, et al. Dental Anxiety Among Physicians: Relationship with Oral Problems, Dental Visits, and Socio-Demographic Factors. *Patient Preference and Adherence*. 2023;17:1107-16.

44. Åstrøm AN, Agdal ML, Sulo G. Exploring avoidance of dental care due to dental fear and economic burden –A cross-sectional study in a national sample of younger adults

in Norway. *International Journal of Dental Hygiene* [Internet]. 2024;22(1):148-57. Disponible en: <https://doi.org/10.1111/idh.12657>

45. Murad M, Ingle N, Assery M. Evaluating factors associated with fear and anxiety to dental treatment--A systematic review. *Journal of Family Medicine and Primary Care*. 2020;9(9):4530-4530.

46. Xu JL, Xia R. Influence factors of dental anxiety in patients with impacted third molar extractions and its correlation with postoperative pain: a prospective study. *Medicina Oral, Patologia Oral Y Cirugia Bucal* [Internet]. 2020;25(6):e714-9. Disponible en: <https://doi.org/10.4317/medoral.23293>

47. Suleiman AR, Omeje KU, Efunkoya AA, Amole OI, Ogundele AA. Predictive and Relative factors of Dental Anxiety among Third Molar Disimpaction Patients in a Northern Nigerian Hospital. *West Afr J Med* [Internet]. 2023;40(10):1086-95. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/37906714/>

48. Stein Duker LI, Grager M, Giffin W, Hikita N, Polido JC. The Relationship between Dental Fear and Anxiety, General Anxiety/Fear, Sensory Over-Responsivity, and Oral Health Behaviors and Outcomes: A Conceptual Model. *International Journal of Environmental Research and Public Health* [Internet]. 2022;19(4:2380):1-19. Disponible en: <https://doi.org/10.3390/ijerph19042380>

49. Vassend O, Czajkowski NO, Røysamb E, Nielsen CS. The role of neuroticism and pain in dental anxiety: A twin study. *Community Dentistry and Oral Epidemiology* [Internet]. 2023;51(5):786-93. Disponible en: <https://doi.org/10.1111/cdoe.12763>

50. Xie L, Ma Y, Sun X, Yu Z. The effect of orthodontic pain on dental anxiety: a review. *The Journal of Clinical Pediatric Dentistry* [Internet]. 2023;47(5):32-6. Disponible en: <https://doi.org/10.22514/jocpd.2023.051>

51. Alyami YD, Farran JK, Alsubhi JA, Omar JA, Alsoubaia NA, Alyami NF, et al. Dental anxiety among migraine patients. *Journal of Medicine and Life* [Internet]. 2021;14(4):498-503. Disponible en: <https://doi.org/10.25122/jml-2021-0004>

52. Dadalti MT, Cunha AJ, Souza TG, Silva BA, Luiz RR, Risso PA. Anxiety about dental treatment - a gender issue. *Acta odontologica latinoamericana: AOL* [Internet]. 2021;34(2):195-200. Disponible en: <https://doi.org/10.54589/aol.34/2/195>

53. De Stefano R. Psychological Factors in Dental Patient Care: Odontophobia. *Medicina (Kaunas, Lithuania)* [Internet]. 2019;55(10:678). Disponible en: <https://doi.org/10.3390/medicina55100678>

54. Sobol M, Senejko A, Blachnio A, Chwaszcz J. Dental Anxiety as a Risk Factor for Facebook Intrusion. *Community Dental Health* [Internet]. 2022;39(3):187-90. Disponible en: [https://doi.org/10.1922/cdh\\_00034sobol04](https://doi.org/10.1922/cdh_00034sobol04)

55. Pop-Jordanova N. Different Clinical Expression of Anxiety Disorders in Children and Adolescents: Assessment and Treatment. *Prilozi (Makedonska Akademija Na Naukite I Umetnostite Oddelenie Za Medicinski Nauki)* [Internet]. 2019;40(1):5-40. Disponible en: <https://doi.org/10.2478/prilozi-2019-0001>
56. Seifu B, Yigzaw N, Haile K, Reshid Z, Asfaw H. Prevalence of depression, anxiety and associated factors among patients with dental disease attending outpatient department in Addis Ababa public hospitals, Addis Ababa, Ethiopia: a multicenter cross-sectional study. *BMC oral health* [Internet]. 2021;21(635):1-12. Disponible en: <https://doi.org/10.1186/s12903-021-02012-1>
57. Shindova MP, Belcheva AB. Dental fear and anxiety in children: a review of the environmental factors. *Folia Medica* [Internet]. 2021;63(2):177-82. Disponible en: <https://doi.org/10.3897/folmed.63.e54763>
58. Zhao S, Cao J, Sun R, Zhang L, Liu B. Analysis of anxiety-related factors amongst frontline dental staff during the COVID-19 pandemic in Yichang, China. *BMC Oral Health* [Internet]. 2020;20(342):1-7. Disponible en: <https://doi.org/10.1186/s12903-020-01335-9>
59. Dantala S, Chawla RM. Prevalence of Dental Anxiety among Patients Visiting a Dental Institution in Telangana, South India. *International Healthcare Research Journal* [Internet]. 2019;3(6):206-10. Disponible en: <https://doi.org/10.26440/IHRJ/0306.09291>
60. Goh EZ, Beech N, Johnson NR. Dental anxiety in adult patients treated by dental students: A systematic review. *Journal of Dental Education* [Internet]. 2020;84(7):805-11. Disponible en: <https://doi.org/10.1002/jdd.12173>
61. Ramseier CA, Klima S, Klima E, Enkling N. Dental anxiety in Switzerland: trends in prevalence and associations with socioeconomic factors in 2010 and 2017. *Swiss Dental Journal* [Internet]. 2023;134(1):52-71. Disponible en: <https://doi.org/10.61872/sdj-2024-05-01>
62. Castro-Pérez Vargas AM, Céspedes-Porras J, Echeverri-Junca LH, Córdova-Limaylla NE, López-Gurreonero C, Castro-Mena MJ, et al. Depression, Anxiety and Stress Associated With Fear of COVID-19 in Peruvian Dental Students: A Multivariate Analysis With 12 Sociodemographic Factors. *Journal of International Society of Preventive & Community Dentistry* [Internet]. 2023;13(3):208-20. Disponible en: [https://doi.org/10.4103/jispcd.jispcd\\_295\\_21](https://doi.org/10.4103/jispcd.jispcd_295_21)
63. Lahti S, Kataja EL, Suominen A, Palo K, Ogawa M, Kallio A, et al. Two-Year Trajectories of Dental Anxiety in Parents and Their Association with Parents' and Children's Oral Healthcare Procedures in FinnBrain Birth Cohort Study. *Dentistry Journal* [Internet]. 2024;12(3). Disponible en: <https://www.mdpi.com/2304-6767/12/3/72>
64. Petrović D, Cicvarić O, Šimunović-Erpušina M, Ivančić Jokić N, Bakarčić D, Bučević Sojčić P, et al. The Role of Family Factors in the Development of Dental Anxiety

in Children. *Medicina (Kaunas, Lithuania)* [Internet]. 2024;60(180). Disponible en: <https://doi.org/10.3390/medicina60010180>

65. Samuel A, Raju R, Sreejith K, Kalathil B, Nenavath D, Chaitra V. Comparative Evaluation of the Surface Hardness of Different Esthetic Restorative Materials: An In Vitro Study. *Journal of Pharmacy and Bioallied Sciences* [Internet]. 2020;12(Suppl 1):S124-8. Disponible en: [https://doi.org/10.4103/jpbs.jpbs\\_40\\_20](https://doi.org/10.4103/jpbs.jpbs_40_20)