IMAGINERÍA GUIADA EN LA DESESTIMULACIÓN DEL HABITO DE SUCCIÓN DIGITAL

GUIDED IMAGINERY IN THE ELIMINATION OF THUMB SUCKING HABIT

Jiménez García, Ana Zoe. Facultad de Estomatología de la Habana. Máster en Medicina Bioenergética y Regenerativa, Especialista en Estomatología General Integral. Departamento de Estomatología General Integral. La Habana. Cuba. Correo: anazoe.jimenez@infomed.sld.cu

Hierrezuelo Fuentes, Livan. Policlínico Universitario Abelardo Ramírez Márquez, Residente en Estomatología General Integral. Departamento de Estomatología General Integral. La Habana. Cuba. Correo: lianahf@infomed.sld.cu

Rodríguez Patterson, María del Carmen. Policlínico Héroes de Girón, Master en Salud Bucal Comunitaria, Especialista en Ortodoncia. Departamento de Ortodoncia. La Habana. Cuba. Correo: gutica.2023@gmail.com

RESUMEN

Introducción: la imaginería guiada ha sido utilizada en el campo de la estomatología para tratar hábitos deformantes en niños, como la succión digital, estos hábitos pueden afectar negativamente la salud bucal y el desarrollo de los dientes y la mandíbula. **Objetivo:** evaluar la efectividad de la imaginería guiada en el tratamiento del hábito de succión digital en niños menores de 11 años del policlínico Héroes de Girón. **Método:** se realizó un estudio experimental en la consulta de ortodoncia del policlínico Héroes de Girón. Se revisó las historias clínicas y por entrevistas se identificó el hábito. El universo fue de 37 niños con succión digital entre 8 y 11 años de edad de ambos sexos, mediante muestreo aleatorio simple, 18 para el grupo control (tratamiento tradicional) y 19 en el grupo experimental (tratamiento sugestivo). Se recogió la información a través de planillas y encuesta. **Resultados:** el 67.6% eliminaron el hábito de succión digital, el 40.5% del grupo experimental, el sexo no mostro diferencias, con predominio del masculino. La edad de 8 erradicó totalmente el hábito y 9 años mostró una erradicación mejor 24.9%. **Conclusiones:** la técnica de imaginería guiada resulta una herramienta efectiva para la eliminación del hábito de succión digital, previene la aparición de maloclusiones y no demanda de grandes recursos para su aplicación.

Palabras clave: imaginería guiada; hábitos deformantes; succión digital

ABSTRACT

Introduction: Guided imagery has been used in the field of stomatology to treat deforming habits in children, such as thumb sucking, which can negatively affect oral health and the development of the teeth and jaw. **Objective:** To evaluate the effectiveness of guided imagery in the treatment of digital suction habit in children under 11 years of age at the Héroes de Girón polyclinic. **Methods:** An experimental study was

carried out in the orthodontic office of the Héroes de Girón polyclinic. The medical records were reviewed and the habit was identified through interviews. The universe was 37 children with digital suction between 8 and 11 years of age of both sexes, by means of simple random sampling. The information was collected through forms and a survey. **Results:** 67.6% eliminated the habit of digital suction, 40.5% of the experimental group, sex did not show differences, with male predominance. The age of 8 years totally eradicated the habit and 9 years showed a better eradication of 24.9%. **Conclusions:** the guided imagery technique is an effective tool for the elimination of the digital sucking habit, prevents the appearance of malocclusions and does not require large resources for its application.

Keywords: guided imaginary, deforming habits, thumb sucking

INTRODUCCIÓN

Los hábitos bucales son fenómenos psicodinámicos capaces de producir modificaciones conductuales en los niños. Diferentes autores plantean que tienen su origen dentro del sistema nervioso central y que son patrones aprendidos de contracción muscular de naturaleza muy compleja. Pueden definirse como la costumbre o la práctica que se adquiere de un acto. Inicialmente es un acto voluntario (consciente) que se convierte en involuntario (inconsciente).¹

Estos ocasionan anomalías dentomaxilofaciales con alteraciones en el crecimiento y desarrollo del niño, requiriendo de un tratamiento precoz, la mayoría de los autores coinciden, intervenir después de los 5 años de edad y antes de la erupción de los dientes anteriores permanentes, para posibilitar la autocorrección de la anomalía causada.²

La succión digital consiste en la introducción de dedos, generalmente el pulgar, en la cavidad bucal. El hábito mantenido de chuparse el dedo puede dar lugar a la maloclusión,³ la magnitud del daño guarda mayor relación con el número de horas de succión diarias que con la intensidad de la presión. Todos los niños que practican succión digital no presentan maloclusión, esto depende de la posición y cantidad de dedos implicados, la frecuencia, intensidad, duración, así como del patrón facial.⁴

La imaginería guiada es una técnica utilizada en diferentes disciplinas médicas, incluyendo la estomatología, que consiste en utilizar imágenes mentales o visuales para ayudar a los pacientes a relajarse, reducir la ansiedad y mejorar su bienestar durante los procedimientos dentales.⁵⁻⁷ El método fue desarrollado en Alemania por H. Leuner, caracterizándose por una mayor sistematización de los pasos a seguir en el empleo del ensueño, un tipo de sugestión hipnótica que se realiza durante el sueño y en ese momento se dan las indicaciones para que los pacientes abandonen los hábitos.^{8,9}

Se define como los fragmentos de la memoria, reconstrucciones, representaciones o símbolos los cuales pueden ser objetos, sentimientos o ideas, las cuales se utilizan para crear un sueño y pensamientos.¹⁰ En la literatura científica, se han realizado varios estudios que han investigado los efectos de la mismas.¹¹ Los investigadores evaluaron los efectos de la imaginería guiada en pacientes que se sometieron a extracciones

dentales. Los resultados mostraron que la imaginería guiada redujo significativamente la ansiedad y el dolor postoperatorio en comparación con el grupo control.¹²

En la literatura consultada, los investigadores utilizaron la imaginería guiada como parte de un programa de intervención para tratar el hábito de chuparse el dedo en niños. Los resultados mostraron que ayudó a los niños a reducir y eliminar el hábito, mejorando así su salud bucal.¹³

Otro estudio publicado donde los investigadores utilizaron la imaginería guiada para tratar el hábito de morderse las uñas, y los resultados mostraron reducción y eliminación del hábito. En ese sentido, los estudios sugieren que esta técnica puede ser efectiva para tratar hábitos deformantes en niños, ya que los ayuda a relajarse, reducir la ansiedad y cambiar sus patrones de comportamiento.¹⁴

La demanda de pacientes con necesidad de tratamientos ortodóncicos que presentan hábitos bucales deformantes y su preocupación o de sus padres por la estética facial y otros problemas funcionales motivó a realizar el estudio. La atención primaria de salud ha de brindar la atención antes de acudir a la consulta de ortodoncia, estando el equipo capacitado para aplicar las técnicas preventivas y educativas necesarias. El objetivo del estudio fue evaluar la efectividad de la imaginería guiada en el tratamiento del hábito de succión digital en niños menores de 12 años del policlínico Héroes de Girón.

MÉTODOS

Se realizó un estudio experimental en la consulta de Ortodoncia del policlínico Héroes de Girón, en el municipio Cerro, entre mayo y octubre de 2022.

El universo objeto de estudio fue de 37 niños de ambos sexos que asistieron a la consulta de ortodoncia. Se seleccionaron 18 niños para conformar el grupo control que recibirían el tratamiento tradicional y 19 para el tratamiento de sugestión. Se requirió que la muestra fuesen edades entre 8 y 11 años de ambos sexos con el hábito de succión digital. Se excluyeron niños que ya estaban en tratamiento ortodóncico, hiperactivos y los que presentaban reacciones disociativas no siendo favorable para el tratamiento sugestivo, además de no padecer alguna patología general o niños que padezcan de epilepsia, síndromes de degeneración muscular progresiva, retrasados mentales.

Se confeccionó una planilla recolectora para obtener los datos generales de cada niño: nombre y apellidos, dirección particular, sexo, edad y tratamiento asignado y evolución del tratamiento.

Al grupo experimental se le aplicó a técnica de sugestión en vigilia, indirecta y voluntaria, mediante la Imaginería guiada con la utilización de cuentos tradicionales y animados actuales en el propio sillón estomatológico. Se exploró con cada niño y de forma individual sobre su cuento favorito, serie televisiva o paseo de su preferencia y se anotó en la planilla correspondiente para incluirlo en la técnica y lograr una buena aceptación y colaboración.

El tratamiento se inició con la indicación de realizar respiraciones lentas y profundas durante unos pocos segundos para provocar una ligera relajación muscular. Después

se aplicó la técnica sugestiva de Imaginería guiada creando las condiciones psicológicas de seguridad y confianza en sí mismo. Además, se le indicó a cada familiar crear condiciones en la casa para que el niño(a) pudiera repetir el ejercicio diariamente y de preferencia en el mismo horario.

Antes de la primera sesión de tratamiento se les pidió a los padres que no regañaran ni abochornaran al niño, y dejaran el tratamiento solo a cargo del estomatólogo.

Al grupo control se le aplicó el tratamiento tradicional indicado para la atención primaria, o sea, remisión al psicólogo o psiquiatra, lograr la confianza del niño(a), brindarle explicación de lo dañino del hábito y la colocación de un aparato ortodóncico que sirviera como recordatorio y así evitar la introducción del dedo. Los niños de ambos grupos se evaluaron semanalmente según evolución del hábito de succión en: erradicado, mejorado o mantenido, en la propia planilla recolectora por un periodo de 8 semanas en que se finalizaron ambos tratamientos. Para evaluar la efectividad se tomó como tiempo promedio 2 meses (8 semanas) visitas a razón de una por semana.

Se confeccionó una base de datos con la información obtenida de la planilla recolectora y de la encuesta diseñada para los niños tratados con sugestión. Los resultados se presentan en forma tabular empleando el porcentaje como unidad resumen.

Durante la planificación, realización y aplicación de nuestro tratamiento se tuvo en cuenta los principios de la bioética: autonomía, justicia, beneficencia y no maleficencia; y la ética médica. Además, se asumió dentro de los parámetros éticos la firma del consentimiento informado para la participación de los pacientes en el estudio por parte de sus representantes legales, mediante el cual apoyan su colaboración en la investigación, con una previa explicación de que se trata el estudio; donde se respetaría su opinión e identidad. Partiéndose de que la entrada al estudio será totalmente voluntaria y de no aceptar no tendría ninguna repercusión en su atención estomatológica.

RESULTADOS

Tabla 1. Distribución de niños con succión digital según evolución del hábito y tipo de tratamiento recibido.

Evolución del hábito	Tipo de tratamiento				Total	
	Sugestión		Tradicional		No	%
	No	%	No	%		
Mantenido	2	5.4	3	8.1	5	13.5
Mejorado	2	5.4	5	13.5	7	18.9
Erradicado	15	40.5	10	27.1	25	67.6
Total	19	51.3	18	48.7	37	100

Teniendo en consideración los tratamientos aplicados el 67.6% de los niños erradicó el hábito, de ellos el 40.5% mediante la técnica de imaginación guiada. Resultado similar se encontró en Hernández et al.¹⁵ dado que la terapia aplicada eleva su autoestima y adquiere seguridad y confianza en sí mismo, para enfrentar los conflictos emocionales que hasta entonces no había podido darle solución, pues la cura sugestiva es capaz de abarcar procesos de percepción consciente, aunque varía de un individuo a otro en dependencia de factores fisiológicos y psicológicos diversos, de su personalidad y del medio social en que se desenvuelven. (Tabla 1)

Pinzón Narváez¹⁶ expone que las estrategias terapéuticas a utilizar en niños deben incluir entrevistas semiestructuradas para obtener toda la información posible y se apliquen sesiones terapéuticas para poder descubrir que factor psicológico está influyendo en el paciente. La técnica de la imaginación guiada, ayuda a descubrir el factor psicológico de los pacientes porque permite explorar sus pensamientos, emociones y experiencias.

Tabla 2. Distribución de niños con succión digital según sexo y evolución del hábito con cada tipo de tratamiento.

Evolución del hábito	Tipo de tratamiento								Total	
	Sugestión				Tradicional					
	Masculino		Femenino		Masculino		Femenino		No	%
	No	%	No	%	No	%	No	%		
Mantenido	2	5.4	0	0	2	5.4	1	2.7	5	13.5
Mejorado	1	2.7	1	2.7	3	8.1	2	5.4	7	18.9
Erradicado	10	27.1	5	13.5	6	16.2	4	10.8	25	67.6
Total	13	35.2	6	16.2	11	29.7	7	18.9	37	100

En comparación con el sexo la succión digital fue eliminada en los varones para ambos tipos de tratamiento y con un 10.9% mayor en el grupo experimental. En contraposición los resultados de Calzadilla et al.¹⁷ donde el sexo femenino predominó con un 56.2%, más la evolución del grupo estudio fue satisfactoria. (Tabla 2)

Hernández et al.¹⁵, refiere que no se encuentra relación entre la utilidad del tratamiento de sugestión con el sexo lo que se atribuye a que en la sociedad cubana actual los padres no establecen diferencias en la educación entre los niños y las niñas, le conceden igual importancia al rol de cada uno en el entorno familiar y estimulan su participación en las mismas tareas de la escuela y de la sociedad en general.

Resultados diferentes se observan en otro estudio,¹⁸ donde el sexo femenino abandonó el hábito con un 59.5% y el masculino un 19,1%, sosteniendo que estas proporciones pueden sugerir que exista relación entre abandonar el hábito y el sexo. La diferencia en estos resultados puede estar dada por la técnica empleada, pues se logró la desestimulación con una intervención educativa, elevando el nivel de conocimientos, cambios de actitud y mejor calidad de vida de los infantes.

En la tabla 3 se observó la evolución del hábito respecto a los grupos de edad con imaginería guiada. En la totalidad de los niños de 8 años se eliminó el hábito y resultó una mejor respuesta le continuó a los 9 años donde la mayoría de los niños erradicaron el hábito 21.6%. (Tabla 3)

Tabla 3. Distribución de niños con succión digital según edad y evolución del hábito con tratamiento de sugestión.

Evolución del hábito	Tratamiento de sugestión								Total	
	Edades (años)									
	8		9		10		11		No	%
	No	%	No	%	No	%	No	%		
Mantenido	0	0	1	2.7	0	0	1	2.7	5	13.5
Mejorado	0	0	1	2.7	1	2.7	0	0	7	18.9
Erradicado	1	2.7	6	16.2	5	13.5	3	8.1	25	67.6
Total	1	2.7	8	21.6	6	16.2	4	10.8	37	100

Estos resultados presentan ligera similitud con los de Hierrezuelo Alonso, donde el grupo más afectado fue entre 7-8 años, esto se debe a la diferencia respecto a los grupos etarios que se tomaron como muestra.¹ A su vez, en sentido general, el tratamiento a medida que la edad es avanzada puede tener una efectividad menor que al iniciarlo en edades más tempranas, pero igualmente se obtienen mejoría en correspondencia con Acosta et, al.¹⁹

Este método, además de ser sencillo y práctico, evita la utilización de recursos materiales costosos y deficitarios en la actualidad ya que la combinación de las terapias miofuncionales y las técnicas sugestivas se pueden alcanzar resultados muy alentadores en la prevención de las maloclusiones. De esta forma, se presentan otras alternativas para controlar estos hábitos correctamente sin reforzarlos.

Al aplicar la técnica de relajación e hipnoterapia para la erradicación del hábito, el niño va disminuyendo paulatinamente la ansiedad, estrés y emociones negativas, a su vez, le sirve para fortalecer las áreas emocionales y conductuales.¹⁶

Al visualizar imágenes y situaciones específicas, los pacientes pueden acceder a partes de su mente que pueden estar bloqueadas o reprimidas, lo que les permite comprender mejor sus problemas y desafíos psicológicos. Además, la imaginería guiada puede ayudar a los pacientes a identificar patrones de pensamiento negativos o creencias limitantes que pueden estar contribuyendo a sus dificultades emocionales. En general, la imaginería guiada proporciona una forma poderosa de acceder al mundo interior de los pacientes y descubrir aspectos psicológicos importantes que pueden estar afectando su bienestar.

Según el tratamiento tradicional las edades de 9 y 8 y 10 años obtuvieron mejor evolución con un 19,8% y 10,8% respectivamente. El manejo clínico común y más aceptado en la erradicación de la succión digital es mediante la aparatología fija como la rejilla palatina o el Bluegrass. Al funcionar como terapia conductual para recordar al infante que deje de realizar la succión. Según^{20,21} la rejilla lingual es una opción de tratamiento efectiva en aquellos casos en donde la succión digital no es intensa, debido a que es un aparato restrictivo elaborado a partir de una rejilla en acero inoxidable unida a una banda soldada en los primeros molares superiores, encaminado a impedir que el niño adapte esta postura para realizar la succión.¹⁶ (Tabla 4)

Tabla 4. Distribución de niños con succión digital según edad y evolución del hábito con tratamiento tradicional

Evolución del hábito	Tratamiento Tradicional								Total	
	Edades (años)									
	8		9		10		11			
	No	%	No	%	No	%	No	%	No	%
Mantenido	0	0	1	2.7	1	2.7	1	2.7	5	13.5
Mejorado	0	0	3	8.1	1	2.7	1	2.7	7	18.9
Erradicado	4	10.8	3	8.1	2	5.4	1	2.7	25	67.6
Total	4	10.8	7	18.9	4	10.8	3	8.1	37	100

En algunos pacientes el hábito de succión digital tiene relación implícita con las características de ansiedad ocasionadas posiblemente por las relaciones y los vínculos establecidos con las figuras paternas y otros miembros de la familia;²² por esto no es suficiente con proceder a colocar una aparatología como única alternativa, sino que conlleva una terapia psicológica coadyuvante al tratamiento.

La prevención de las maloclusiones no se debe pasar por alto, y ha de iniciarse antes que se produzca el problema y si ya está instalado impedir que progrese mediante nutrición adecuada, higiene, control de hábitos, desgastes selectivos de interferencias oclusales, orientación masticatoria, entre otras.²³ Siendo así, entonces podemos ahorrar recursos y disminuir los costos de los tratamientos.

Para el estomatólogo que labora en la atención primaria es una herramienta oportuna capacitarse y entrenarse en el uso de estas técnicas de sugestión que coadyuvan en el tratamiento de hábitos bucales deformantes, de esta manera ante la demanda de necesidad de tratamientos ortodóncicos, se pueden aplicar las técnicas preventivas y educativas para su desestimulación a edades tempranas.

CONCLUSIONES

La técnica de imaginación guiada resulta una herramienta efectiva para la eliminación del hábito de succión digital, su aplicación desde edades tempranas garantiza una eliminación de hábito en correspondencia con los factores que intervienen en dicha terapia de sugestión.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Hierrezuelo Alonso HA, Jiménez García AZ, Hernández Elizagaray MJ. La imaginación guiada como tratamiento de los hábitos bucales deformantes. En: IV Congreso Internacional de Tecnología y salud 2019 [Internet]. La Habana; [citado 30 de octubre de 2023]. Disponible en: <http://tecnologiaysalud2019.sld.cu/index.php/tecnologiaysalud/2019/paper/view/175/145>
2. Massón-Amarán EC, Rodríguez-Travieso JA, Hernández-González M, Milián-Mas E, Tuero-Sánchez A. Repercusiones del hábito bucal deformante succión digital. Rev Cienc Médicas Pinar Río [Internet]. 31 de agosto de 2023 [citado 30 de octubre de 2023]; 27(0):5903. Disponible en: <https://revcmpinar.sld.cu/index.php/publicaciones/article/view/5903>
3. Pattnaik JI, Panda SK. Baby on Baby's Thumb: An Innovative Approach to Thumb Sucking Habits in Children. Indian J Pediatr [Internet]. 1 de enero de 2023 [citado 10 de noviembre de 2023]; 90(1):91-91. Disponible en: <https://doi.org/10.1007/s12098-022-04388-6>
4. Cisneros Domínguez G, Falcón Llanes E, Padilla Gómez ER, Blanco Marrades J. Hipnoterapia en niños de 7-12 años con succión digital. MEDISAN [Internet]. mayo de 2015 [citado 4 de noviembre de 2023]; 19(5):609-18. Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S102930192015000500006&lng=es&nrm=iso&tlng=es
5. Schneider A, Andrade J, Tanja-Dijkstra K, Moles DR. Mental imagery in dentistry: Phenomenology and role in dental anxiety. J Anxiety Disord [Internet]. 1 de agosto de 2018 [citado 4 de noviembre de 2023]; 58:33-41. Disponible en: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0887618518300434>
6. Zisopoulou T, Varvogli L. Stress Management Methods in Children and Adolescents: Past, Present, and Future. Horm Res Paediatr [Internet]. 20 de marzo de 2023 [citado 30 de octubre de 2023]; 96(1):97-107. Disponible en: <https://doi.org/10.1159/000526946>
7. Weigensberg MJ, Àvila Q, Spruijt-Metz D, Davis JN, Wen CKF, Goodman K, et al. Imagine HEALTH: Randomized Controlled Trial of a Guided Imagery Lifestyle Intervention to Improve Obesity-Related Lifestyle Behaviors in Predominantly Latinx Adolescents. J Altern Complement Med [Internet]. 1 de septiembre de 2021 [citado 10 de noviembre de 2023]; 27(9):738-49. Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC8558072/>

8. Rodríguez Patterson M del C, Pereira Merceron C, Moreno Barrial Y, Figueroa González. UVS Fajardo. 5-06-20216 [citado 30 de octubre de 2023]. Sugerencias nocturnas en el tratamiento de hábitos deformantes. Disponible en: <http://uvsfajardo.sld.cu/sugerencias-nocturnas-en-el-tratamiento-de-habitos-deformantes>
9. García Samartino L, Bulcacio G. Técnicas psicoterapéuticas que utilizan procesos imaginativos [Internet]. 1997 [citado 4 de noviembre de 2023]. Disponible en: <http://www.slogan.com.ar/dev/psicoterapiasimbolica/1-tecnicas.htm>
10. Cázares de Leon F, Montoya Flores BI, Elizondo Rojas MC, Arizpe Coronado JE. Efecto de la imagenería guiada en la reducción de la ansiedad dental y dolor ante cirugía de terceros molares. Altern En Psicol [Internet]. 2015 Disponible en: <https://alternativas.me/2-uncategorised/241-efecto-de-la-imaginacion-guiada-en-la-reduccion-de-la-ansiedad-dental-y-dolor-ante-cirugia-de-terceros-molares>
11. Zemla K, Sedek G, Wróbel K, Postepski F, Wojcik GM. Investigating the Impact of Guided Imagery on Stress, Brain Functions, and Attention: A Randomized Trial. Sensors [Internet]. enero de 2023 [citado 4 de noviembre de 2023]; 23(13):6210. Disponible en: <https://www.mdpi.com/1424-8220/23/13/6210>
12. Parakh H, Thosar N. Evaluation and comparison of anxiety levels after using Guided Imagery technique for relaxation and modified Guided Imagery-Hypnotherapy technique in 6 to 14 year-old children undergoing local anesthesia administration [Internet]. F1000Research; 2023 [citado 4 de noviembre de 2023]. Disponible en: <https://f1000research.com/articles/12-1000>
13. Hernández MR, Suárez VOR, Acosta KP, Arado AQ. Imaginería guiada para la erradicación de la succión digital en niños de 8 a 11 años. Medimay [Internet]. 11 de diciembre de 2019 [citado 9 de septiembre de 2023]; 26(3):264-75. Disponible en: <https://revcmhabana.sld.cu/index.php/rcmh/article/view/1477>
14. Albuquer SJ, Falotico JM, Lipner SR. A Real Nail Biter: A Cross-Sectional Study of 75 Nail Trauma Scenes in International Films and Television Series. J Cutan Med Surg [Internet]. 1 de mayo de 2023 [citado 4 de noviembre de 2023]; 27(3):288-91. Disponible en: <https://doi.org/10.1177/12034754231168866>
15. Hernández MR, Suárez VOR, Acosta KP, Arado AQ. Imaginería guiada para la erradicación de la succión digital en niños de 8 a 11 años. Medimay [Internet]. 2019 [citado 30 de octubre de 2023]; 26(3):264-75. Disponible en: <https://www.medigraphic.com/cgi-bin/new/resumen.cgi?IDARTICULO=92634>
16. Pinzón Narváez MJ. Manejo clínico y psicológico de la succión digital infantil [Internet] [bachelorThesis]. Universidad Nacional de Chimborazo; 2023 [citado 30 de octubre de 2023]. Disponible en: <http://dspace.unach.edu.ec/handle/51000/10737>
17. Calzadilla Mesa XM, Kindelan Forestal IY, Sanchez Quintero O de las M, Bertran Herrero G. Efectividad de la imaginería guiada en el tratamiento de la succión digital.. En: Estomatologia2020 [Internet]. 2020 [citado 30 de octubre de 2023]. Disponible en: <http://www.estomatologia2020.sld.cu/index.php/estomatologia/2020/paper/view/98>

18. Méndez DB, Ortega LAD, Díaz YD, Valdés DG, Sánchez PCA. Intervención educativa sobre succión digital en escolares. San Antonio de los Baños. 2019. Rev Habanera Cienc Médicas [Internet]. 8 de abril de 2021 [citado 18 de noviembre de 2023]; 20(2):3162. Disponible en: <https://revhabanera.sld.cu/index.php/rhab/article/view/3162>
19. Acosta KP, Suárez VOR, Rodríguez YL, González SE. Tratamiento del hábito de succión digital mediante la técnica de relajación. Medimay [Internet]. 10 de noviembre de 2013 [citado 10 de noviembre de 2023]; 19(3):348-57. Disponible en: <https://revcmhabana.sld.cu/index.php/rcmh/article/view/608>
20. Hussain Rather S. Management of Thumb Sucking Habit: a Case Report. Int J Creat Res Thoughts [Internet]. 2020; 8:2320-882. Disponible en: <https://ijcrt.org/papers/IJCRT2008322.pdf>
21. Chhabra N, Chhabra A. Evaluation of the efficacy of the modified bluegrass appliance in cessation of thumb-sucking habit: an in vivo study with 12 months follow-up. Med Pharm Rep [Internet]. abril de 2020 [citado 19 de noviembre de 2023];93(2):190-4. Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7243892/>
22. Gómez Londoño AM, Patiño Marín TG, López Pineda V, Gallego Gómez CL. Terapia psicológica como coadyuvante del tratamiento con aparatología en una paciente con habito de succión digital. (reporte de caso). 18 de noviembre de 2019 [citado 18 de noviembre de 2023]; Disponible en: <http://hdl.handle.net/20.500.12494/15166>
23. Pita MAS, Angulo NEN. Factores relacionados con maloclusiones en niños ecuatorianos de 3-9 años de edad. Rev Cuba Estomatol [Internet]. 18 de junio de 2020 [citado 19 de noviembre de 2023]; 57(2):2111. Disponible en: <https://revestomatologia.sld.cu/index.php/est/article/view/2111>