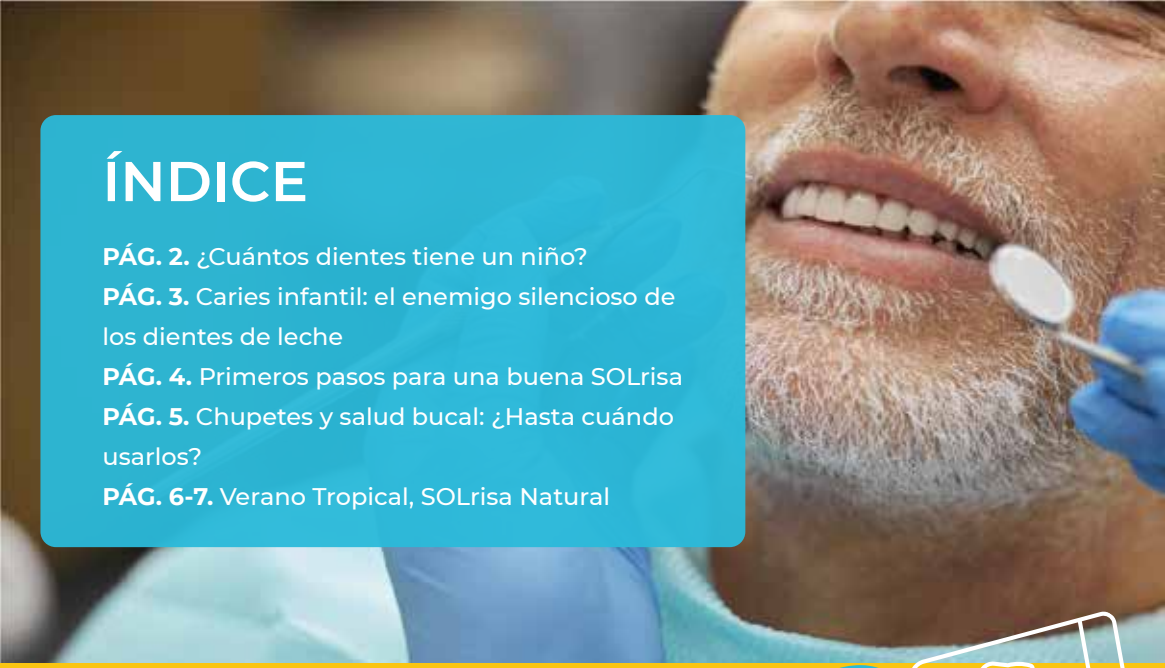
SOLMAGAZINE

Julio 2025

NICA29231 // DEPÓSITO LEGAL: AL807-2024 CLÍNICA DENTAL SOL



ÍNDICE

PÁG. 2. ¿Cuántos dientes tiene un niño?
PÁG. 3. Caries infantil: el enemigo silencioso de los dientes de leche
PÁG. 4. Primeros pasos para una buena SOLrisa
PÁG. 5. Chupetes y salud bucal: ¿Hasta cuándo usarlos?
PÁG. 6-7. Verano Tropical, SOLrisa Natural

¿CUÁNTOS DIENTES TIENE UN NIÑO?

Es una pregunta muy común entre **padres primerizos**. Aunque no lo parezca, los dientes comienzan a formarse **desde el embarazo**, pero no aparecen hasta los **seis o doce meses** de vida. Es entonces cuando empieza la **dentición temporal**, que completa **20 dientes antes de los dos años y medio**.

Estos 'dientes de leche' cumplen funciones clave: **ayudan a masticar, hablar y preparan el camino** para los dientes permanentes. Hacia los cinco años comienzan a caerse, dando paso a la **dentición definitiva**. Entre los **doce** y **catorce años** ya deberían haber salido los **28 dientes permanentes**, y más adelante, entre los 17 y 25 años, aparecen las muelas del juicio, completando los **32 dientes del adulto**.

Caries infantil: el enemigo silencioso de los diente de leche

Cada vez es más común en nuestra clínica recibir este tipo de problemas. Los azúcares, presentes en una gran cantidad de alimentos y bebidas para niños, se ha convertido en el principal enemigo de sus dientes de leche.

La caries infantil, también llamada caries temprana o del biberón, es una infección que daña los dientes de leche en niños pequeños, principalmente entre los 6 meses y los 5 años. Esta afección provoca una destrucción gradual de las partes duras del diente —como el esmalte, la dentina y la pulpa— debido a la actividad de bacterias que se alimentan de los azúcares presentes en la boca. Las principales causas de las caries infantiles son:

- Consumo frecuente de azúcares (zumos, dulces, galletas, etc.)
- Uso prolongado del biberón, especialmente con líquidos azucarados
- Mala higiene bucal o falta de cepillado diario
- Dieta pobre en nutrientes esenciales para la salud dental
- Baja producción de saliva (por ejemplo, al dormir con el biberón)

Primeros pasos para una buena SOLrisa

Los cuidados dentales en la infancia pueden dividirse en dos fases. La primera corresponde a la higiene bucal antes de que erupcionen los dientes, y la segunda comienza con la aparición de las primeras piezas dentales, momento en el que se intensifican los cuidados.

ANTES DE LA ERUPCIÓN DENTAL

Limpieza de encías: *Desde los primeros meses, limpia suavemente las encías del niño con una gasa húmeda o con limpiadores bucales especiales para bebés. Esto ayuda a eliminar restos y bacterias tras las tomas.*

Prevención de caries: *No dejes que el niño se duerma con el biberón en la boca y evita mojar el chupete en miel o azúcares, ya que favorecen la aparición temprana de caries.*

Dentición: *A partir del octavo mes suelen comenzar a salir los dientes. Si notas irritabilidad o babeo excesivo, un mordedor blando puede aliviar las molestias.*

CON LA APARICIÓN DE LOS DIENTES DE LECHE

Cepillado dental: *Cuando ya se observan los primeros dientes, comienza la rutina de cepillado con un cepillo infantil de cerdas suaves y sin necesidad de pasta dental al principio, solo agua.*

Uso de pasta dental: *A partir de los 2 años puedes incluir una pequeña cantidad de pasta especial para niños, sin flúor.*

Revisiones odontológicas: *La primera visita al odontopediatra debe hacerse con la erupción de los primeros dientes. A partir de los 6 años, se recomienda una revisión ortodóntica para detectar posibles problemas a tiempo.*

CHUPETES Y SALUD BUCAL

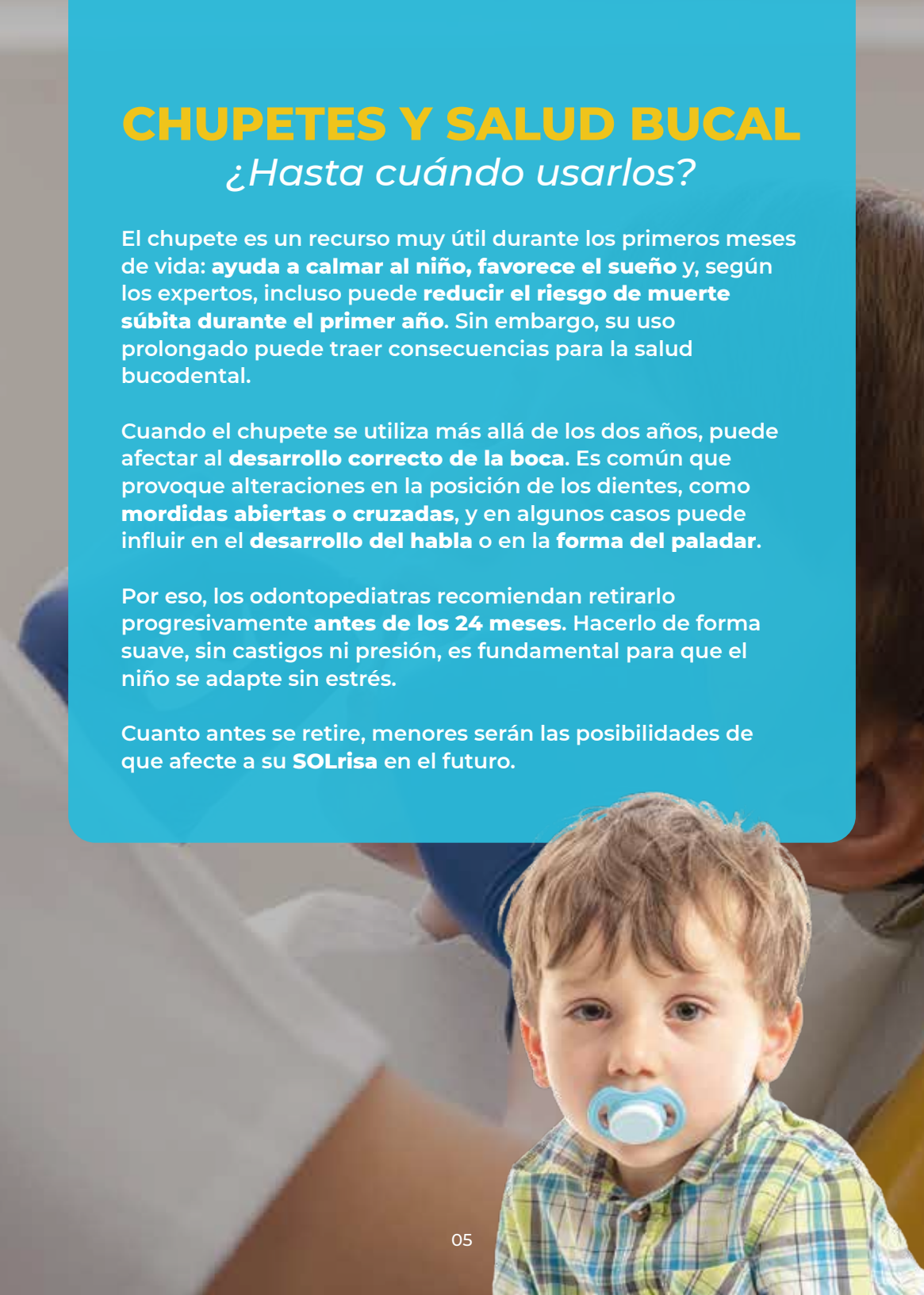
¿Hasta cuándo usarlos?

El chupete es un recurso muy útil durante los primeros meses de vida: **ayuda a calmar al niño, favorece el sueño** y, según los expertos, incluso puede **reducir el riesgo de muerte súbita durante el primer año.** Sin embargo, su uso prolongado puede traer consecuencias para la salud bucodental.

Cuando el chupete se utiliza más allá de los dos años, puede afectar al **desarrollo correcto de la boca.** Es común que provoque alteraciones en la posición de los dientes, como **mordidas abiertas o cruzadas**, y en algunos casos puede influir en el **desarrollo del habla** o en la **forma del paladar.**

Por eso, los odontopediatras recomiendan retirarlo progresivamente **antes de los 24 meses.** Hacerlo de forma suave, sin castigos ni presión, es fundamental para que el niño se adapte sin estrés.

Cuanto antes se retire, menores serán las posibilidades de que afecte a su **SOLrisa** en el futuro.



Verano Tropical, SOLrisa Natural

Frutas que te refrescan... ¡y cuidan tu SOLrisa!

Cuando llega el calor, lo que más se antoja son cosas frescas, jugosas y naturales. Y si además de hidratarte y llenarte de energía, esos sabores veraniegos pueden ayudarte a mantener una sonrisa limpia y radiante, ¡todavía mejor!

Por eso, te traemos una selección de frutas tropicales que no solo son deliciosas, sino que también aportan beneficios a tu salud bucal y contribuyen a una estética dental saludable. Disfrútalas este verano y deja que la naturaleza le dé un toque fresco y bonito a tu sonrisa.

Piña: la limpiadora natural.

Rica en bromelina, una enzima que ayuda a eliminar manchas superficiales en los dientes. Además, su textura jugosa y su acidez suave estimulan la producción de saliva, lo que contribuye a neutralizar bacterias en la boca. Eso sí, mejor siempre natural y sin azúcares añadidos.

Fresa: la blanqueadora dulce.

Gracias al ácido málico, las fresas ayudan a disolver la placa y a dar un efecto blanqueador suave y natural. También son ricas en antioxidantes, lo que beneficia a las encías.

Manzana verde: el cepillo natural.

Su textura firme actúa como un “limpiador mecánico” mientras la masticas, ayudando a arrastrar restos de comida y placa. Además, aumenta la salivación, lo que combate el mal aliento y protege contra las caries. Es el snack perfecto para la playa o una tarde de calor.

Kiwi: vitamina C para tus encías.

El kiwi es una fuente potente de vitamina C, esencial para mantener las encías sanas y evitar inflamaciones o sangrados. Su sabor ácido y refrescante lo convierte en una opción deliciosa para cuidar tu boca desde dentro.

#19julio

Día Mundial de sacar la lengua

¡Saca la lengua y muestra tu mejor **SOLrisa**!

ORTODONCIA ENDODONCIA RADIOLOGÍA ODONTOPEDIATRÍA ESTÉTICA PERIODONCIA IMPLANTOLOGÍA

Avda. Guillermo Reyna 54. Huércal - Overa
www.clinicadentalsol.es 950 616 626