

Clínica Den da 7 tips para cuidar la sonrisa este verano

Con el buen tiempo la agenda se llena de actividades y cada vez son más esos días en los que no se puede ni pasar por casa. Clínica Den da 7 consejos para que la salud bucodental no se resienta a pesar del ajetreo del verano

En verano son tantas las actividades que se pueden hacer que a veces no se tiene tiempo ni de pasar por casa en todo el día. Se quiere aprovechar el buen tiempo al máximo y no decir a ningún plan que no. Clínica Den da 7 tips para que la salud bucodental no se resienta a pesar de estar de viaje, en la playa, en la montaña o haciendo cualquiera de las mil y una actividades que el sol permite.

No pasar por casa no quiere decir que sea imposible lavarse los dientes. Si se lleva un cepillo allá donde se vaya, ya se tiene la solución. En muchas farmacias y clínicas dentales se puede adquirir un kit de cuidado dental para llevar. También es fácil crearse el kit uno mismo, como esas mujeres que llevan un kit de maquillaje siempre en sus bolsos. Solo es necesario lo básico: cepillo, pasta e hilo dental.

En el caso de que la persona se olvide su kit de supervivencia, el chicle sin azúcar será el mejor aliado, aunque nunca un sustituto de un buen cepillado.

Para cuidar la salud bucodental en verano, también es recomendable escoger bien los snacks. Si no se va a volver a casa en mucho tiempo, es recomendable evitar esos tentempiés que no dejan una sensación de limpieza en la boca, como algunos frutos secos. Es mejor comer frutas como la manzana u hortalizas como la zanahoria, ya que ayudan a limpiar la boca.

Los labios son la parte del rostro más susceptible a quemaduras solares. Sobre todo, en verano no se debe olvidar que los labios forman parte de la boca y de una sonrisa bonita. No hay que salir de casa sin crema de cacao.

La pajita no es solo para los más pequeños y es útil para proteger los dientes de la sensibilidad dental. Con el calor se consumen bebidas más frías de lo normal, como refrescos con hielo o granizados. Si se beben con pajita, los dientes están más protegidos.

En verano también es costumbre beber más bebidas carbonatadas ya que se hacen más actividades sociales. Lo ideal es reducir el consumo ya que desgastan el esmalte y son una de las bebidas que más caries causan. Sin embargo, como para algunos es difícil resistirse, consumir estas bebidas con pajita también puede proteger el esmalte y cepillarse los dientes después de beberlas disminuirá el riesgo de caries.

Finalmente, el agua es el mejor compañero en verano. Mantener la boca hidratada ayuda a prevenir infecciones y también es fundamental beber, al menos, dos litros de agua al día teniendo en cuenta las altas temperaturas.

Sobre Clínica DEN
Sonrisas sanas y bellas

Excelencia terapéutica, asistencia integral, tecnología de última generación y resultados a largo plazo.

Clínicas DEN nació en 2007 en Barcelona de la mano de los doctores Alberto Canábez y Pablo Rial con la idea de ofrecer un nuevo concepto de la odontología, basado en la filosofía de los estadounidenses Dr. Ronald Roth, y la afamada bioestética del Dr. Robert L. Lee.

Esta filosofía consiste en un diagnóstico exhaustivo y planificación de cada caso, basado en aunar estética y funcionalidad, teniendo en cuenta la estética facial, la estética dental, la oclusión funcional, la salud articular y periodontal, y una estabilidad a largo plazo de los resultados.

En DEN apuestan por la excelencia terapéutica, asistencia integral basada en el trabajo multidisciplinar, la tecnología más avanzada y la calidad humana de todo el equipo.

Sus especialistas trabajan para que cada visita se convierta en una grata experiencia. El diseño de la clínica está especialmente creado para que los pacientes se relajen y disfruten. 400 metros cuadrados divididos en tres plantas que cuentan con 5 confortables salas de espera aisladas con conexión wifi y bebidas relajantes. El color blanco, presente en paredes, suelo y mobiliario contribuyen junto con la iluminación que cambia de color, los aromas (alejados a los de la típica clínica) y la música, para crear esta atmósfera. La zona infantil está diseñada para que los más pequeños jueguen entretenidos. Los boxes de tratamiento son luminosos y con TV.

DEN cuenta con una unidad especializada en clínica del bebé que ofrece odontología de máxima calidad para niños, pacientes especiales y bebés.

Desde la primera visita, DEN proporciona un servicio de diagnóstico integral y análisis supervisado por profesionales altamente cualificados.

Combina la opinión experta de un completo equipo de especialistas con las más avanzadas tecnologías de última generación, dentro de la clínica, como radiología 3D, ICat y diagnóstico funcional en relación céntrica.

La odontología funcional de éxito depende del estudio del verdadero significado de la anatomía natural de los dientes perfectos, la forma correcta de la oclusión dental, las articulaciones temporo-

mandibulares y los tejidos periodontales.

El equipo de expertos de DEN trabaja con el objetivo de prevenir y tratar cualquier problema dental estético, tanto con ortodoncia como con restauraciones dentales de alta tecnología, brindando sonrisas naturales, confort funcional y la más alta estabilidad del resultado.

Tratamientos destacados

Estética Dental, Atm y oclusión (dolor articular), Ortodoncia Avanzada, Periodoncia, Cirugía ortognática, Prostodoncia: sistema Cad cam, Odontopediatría (servicio de quirófano), Clínica del bebé, Pacientes especiales (anestesia general).

En Clínicas DEN también apuestan por la docencia e investigación convirtiéndose en centro de referencia en formación continuada.

Vía Augusta 28 – 30 08006, Barcelona T. 93.218.80.80

<http://www.clinicasden.es/>

<https://www.facebook.com/DenClinicaDental>

https://www.instagram.com/clinicas_den/

Datos de contacto:

Elena Mañas

Globe Comunicación

93 252 82 91

Nota de prensa publicada en: [Barcelona](#)

Categorías: [Nacional](#) [Medicina](#) [Sociedad Cataluña](#) [Infantil](#) [Ocio para niños](#)

NotasdePrensa

<https://www.notasdeprensa.es>