

¿Cómo cuidar tu sonrisa si estás todo el día fuera de casa?

Clínica Den da **7 tips** para cuidar la salud bucodental en unas vacaciones ajetreadas



¿Eres de esas personas que en verano se pasa todo el día fuera de casa? Clínica Den da **7 tips** para que tu 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 hacemos en verano.

1

No pasar por casa no quiere decir que no te puedas lavar los dientes. Si llevas un **cepillo** siempre contigo, te los podrás lavar en cualquier lugar. En muchas farmacias y clínicas dentales podrás adquirir un kit de cuidado dental para llevar y también te lo puedes fabricar tu misma, como el kit de maquillaje que muchas mujeres llevan en sus bolsos. Tu kit solo ha de incluir lo básico: cepillo, pasta e hilo dental.

Para más información y material gráfico:
Gabinete de prensa **GLOBE COMUNICACIÓN**

Responsable de Prensa: Natalia Merino natalia@globecomunicacion.com

Responsable de Online: Santiago Salvat
santiago@globecomunicacion.com

2

En el caso de que te olvides tu kit de supervivencia, el **chicle sin azúcar** será tu mejor aliado, aunque nunca un sustituto de un ben cepillado.

3

Para cuidar tu salud bucodental en verano, también es recomendable escoger bien los **snacks**. Si sabes que no pasarás por casa hasta dentro de mucho tiempo, evita 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 tu boca.

4

¿Sabías que los **labios** son la parte del rostro más susceptible a quemaduras solares? Sobre todo, en verano no debemos olvidar que los labios forman parte de la boca y de una sonrisa bonita. No salgas de casa sin tu **crema de cacao**.

5

La **pajita** no es solo para los más pequeños y es útil para proteger nuestros dientes de la **sensibilidad dental**. Con el calor consumimos bebidas más frías de lo normal, como refrescos con hielo o granizados. Si los bebes con pajita, protegerás más tus dientes.

6

En verano también acostumbramos a beber más **bebidas carbonatadas** ya que socializamos más. 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 nuestro esmalte y cepillarnos los dientes después de beberlas disminuirá el riesgo de caries.

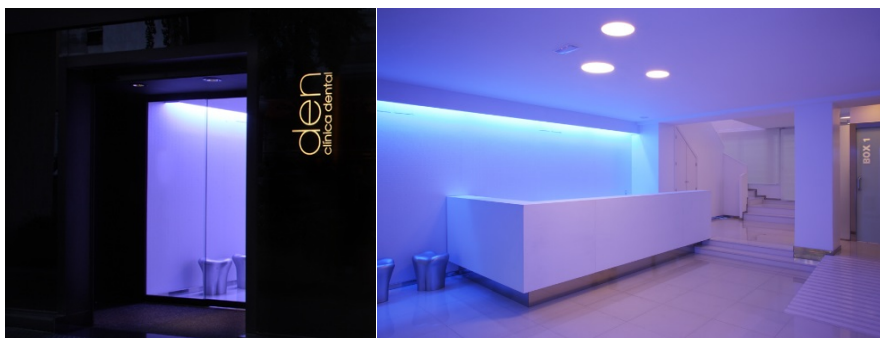
7

Finalmente, el **agua** es nuestra mejor compañera 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.

Para más información y material gráfico:
Gabinete de prensa **GLOBE COMUNICACIÓN**

Responsable de Prensa: Natalia Merino natalia@globecomunicacion.com

Responsable de Online: Santiago Salvat
santiago@globecomunicacion.com

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.

Clínicas DEN 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/

Para más información y material gráfico:
Gabinete de prensa **GLOBE COMUNICACIÓN**

Responsable de Prensa: Natalia Merino natalia@globecomunicacion.com

Responsable de Online: Santiago Salvat
santiago@globecomunicacion.com