Publicado en *Familia y Salud* (https://www.familiaysalud.es)

No le salen los dientes a mi bebé ¿le faltará alguna vitamina?

El patrón de salida de los dientes es muy variable

No hay nada fijo, por eso resaltamos que todo este proceso es muy **variable**. Es normal que a tu hijo le salgan los dientes más tarde que a otros niños.

La salida de los primeros dientes (erupción dental) ocurre generalmente entre los seis y ocho meses de edad.

Lo más frecuente es que salgan primero los dientes del centro (incisivos centrales) de la arcada inferior (mandíbula), después los de la arcada superior (maxilar), luego los de los lados (incisivos laterales) de arriba. Después, bien salen los laterales de abajo o ya se salta a las primeras muelas de leche (primeros molares), dejando un hueco para los colmillos (caninos). Luego salen éstos y al final las segundas muelas de leche (segundos molares).

Es normal un rango muy amplio y cada niño tiene su propio calendario de erupción dental.

La dentadura de leche completa se suele alcanzar entre los dos y tres años y la forman 20 piezas en total.

A las niñas generalmente les salen los dientes antes que a los niños.

Casi siempre salen antes los de abajo que los de arriba y suelen salir por parejas (uno en la izquierda y otro en la derecha).

Los dientes de leche son más pequeños y más blancos que los definitivos.

Alrededor de los 4 años el crecimiento de las mandíbulas, maxilares y en general de los huesos de la cara, da lugar a que aparezcan espacios entre los dientes de leche. Este es un proceso que permite a los dientes permanentes, más grandes, salir sin problemas.

Entre los 6 y los 12 años los niños tienen una mezcla de dientes de leche y permanentes en la boca, lo que se llama dentadura mixta.

¿Cuándo puede ser preocupante que no haya salido ningún diente?

Si a los 18 meses el niño no tiene ningún diente se debe consultar con el dentista.

Hay una enfermedad muy rara, hereditaria, en la que no existen dientes (anodontia), pero suele haber también problemas con el pelo y las uñas.

Más frecuente (3,5 a 8% de la población) es la falta de alguna pieza de leche o definitiva, pero no suele dar retraso en el inicio de la dentición.

Orden usual de salida	Nombre del diente	Edad aproximada de salida
1,2,3,4	Incisivos	6-12 meses
5,6	Primeros molares	12-20 meses o más
7,8	Caninos	18-24 meses
9,10	Segundos molares	24-30 meses

¿Tiene importancia la alimentación del niño para la salida de los dientes?

La nutrición adecuada es importante para la salud dental. Los dientes necesitan para su desarrollo calcio, fósforo, flúor y vitaminas A, C y D.

El calcio y el fósforo forman la estructura del diente y son controlados sobre todo por la vitamina D. Es bueno suplementarla durante el primer año de vida, más si se vive en el norte y es invierno, o si el niño tiene la piel oscura (de forma natural la vitamina D la tomamos del sol).

El flúor aumenta la resistencia del esmalte.

Las vitaminas A y la C forman la queratina y el colágeno del diente.

Excepto la vitamina D, los demás nutrientes y vitaminas están asegurados con una **dieta variada normal**. Si el niño tiene más de 12 meses y tiene una exposición al sol en cara y manos de unos 10 a 15 minutos al día, fácil de conseguir simplemente saliendo al parque, no necesita ningún suplemento de vitaminas.

Fecha de publicación: 14-01-2013

Última fecha de actualización: 16-09-2016

Autor/es:

- Mª Jesús Esparza Olcina. Pediatra. Miembro de Previnfad (AEPap) Madrid
- Grupo PrevInfad. Prevención en la infancia y adolescencia (PrevInfad). Asociación Española de Pediatría de Atención Primaria (AEPap)

CC BY NC ND