

# FLUORIDE VARNISH



## Five things every parent should know:

- 1 Tooth decay hurts and can make it hard for children to eat, speak, sleep and learn.
- 2 Using fluoride is a safe way to prevent tooth decay. **Fluoride varnish** is a protective coating of fluoride that is painted onto the teeth. It goes on quickly and doesn't hurt. It can even heal early tooth decay!
- 3 All children and adults who are at risk for tooth decay should get fluoride varnish.
- 4 You can get fluoride varnish during any visit to your doctor or dentist.
- 5 Fluoride varnish works best if you get it 2 to 4 times a year.

## After fluoride varnish treatment:

Keep the varnish on the teeth as long as possible:

- ⇒ Offer your child soft foods for the rest of the day.
- ⇒ Do not brush or floss teeth until the next day.

## Did you know?

**Tooth decay is almost 100% preventable.**

To keep your child smiling:

- Brush and floss every day.
- Use fluoride (toothpaste, varnish, water).
- Choose healthy snacks like fruits, vegetables and cheese.
- See a dentist regularly.



Adapted from the Washington Dental Service Foundation.  
[www.orohe.org](http://www.orohe.org)

# EL BARNIZ DE FLUORURO



## Cinco cosas que todos los padres debe saber:

- ❶ Los caries dental son doloroso. Los niños con caries tienen dificultad para comer, hablar, dormir y aprender.
- ❷ El uso del fluoruro es una forma de prevenir los caries dental. El **barniz de fluoruro** es una capa protectora de fluoruro que se aplica sobre los dientes. El barniz se aplica rápido y sin dolor. ¡Incluso puede curar las caries que están empezando a aparecer!
- ❸ Todos los niños y adultos que corren el riesgo de tener caries deberían recibir el barniz de fluoruro.
- ❹ Se puede recibir en cualquier consulta con su médico o dentista.
- ❺ El barniz de fluoruro funciona mejor si se recibe 2 a 4 veces por año.

## Después del tratamiento con barniz de fluoruro:

Mantenga el barniz en los dientes el mayor tiempo posible:

- ⇒ Dé a su hijo comidas blandas durante el resto del día.
- ⇒ No le cepille los dientes ni use hilo dental hasta el día siguiente.

### ¿Sabía que...?

**La caries dental es casi un 100% prevenible.**

Para mantener la sonrisa de su hijo:

- Cepíllele los dientes y use el hilo dental todos los días.
- Use fluoruro (pasta dental, barniz, agua).
- Elija refrigerios sanos como frutas, verduras y queso.
- Llévelo al dentista regularmente.

