



Ayudar a que las sonrisas de los bebés se mantengan fuertes

El barniz de flúor es una manera fácil de proteger los dientes contra las caries. Las caries que no son tratadas pueden causar dolor e infecciones a su hijo. Pueden causar problemas con la alimentación, el habla, el juego y el aprendizaje. Usted puede ayudar a prevenir caries trayendo a su hijo al dentista para aplicarle barniz de flúor. Asegúrese de que su hijo se cepille los dientes dos veces al día con pasta dental con flúor para ayudar a reducir el riesgo de caries. Para niños menores de 2 años, hable con su proveedor de atención primaria* (PCP) o dentista sobre el uso de pasta dental con flúor.

**Su proveedor de atención primaria es el médico, asistente médico o enfermero profesional encargado de su atención médica.*



¿Qué es el barniz de flúor?



- Una cubierta protectora que el dentista aplica en los dientes para prevenir las caries dentales
- Es seguro, rápido y no duele
- Puede ser aplicado por el dentista tan pronto como llegue el primer diente. Hable con su PCP o dentista sobre el barniz de flúor cuando aparezca el primer diente de su hijo.
- Ayuda incluso si está recibiendo gotas, tabletas, enjuagues, pasta de dientes o agua potable con flúor
- Se puede aplicar en las visitas del Programa de Prevención de Discapacidades y Salud Infantil y otras consultas médicas y dentales
- Funciona mejor cuando lo administra su PCP o dentista 2 o más veces por año
- Puede recubrir los dientes con un ligero color amarillo por un corto período de tiempo. Al cepillarse a la mañana siguiente, los dientes volverán a su color normal.

Para obtener más información llame al Servicio al Cliente al **1(415) 547-7800** o visite **sfhp.org/es/health-ed**

Línea de asesoramiento de enfermería 24/7 **1(877) 977-3397** | Hable con un médico 24/7 **sfhp.org/es/teladoc**



Lista de verificación después de la aplicación de barniz para el padre o cuidador

- Está bien beber agua después de 30 minutos. El agua debe estar a temperatura ambiente (no caliente ni fría).
- Después de 4–6 horas, le puede dar a su hijo alimentos blandos, alimentos fríos o tibios (no calientes) o líquidos.
- Espere para cepillarse los dientes y usar hilo dental al inicio del día siguiente o al menos después de 4–6 horas. Pregunte a su PCP o dentista para más detalles.
- Recuerde que cualquier cubierta amarilla desaparecerá en un par de días.
- Recuérdele a su hijo que escupa cuando enjuague si sabe cómo escupir.



Recuerde

- ¡Los dientes del bebé son importantes!
- Pregunte al PCP sobre la aplicación de barniz de flúor para su hijo.
- Encuentre un “hogar dental” para las visitas regulares al dentista.
- Haga la primera visita dental cuando su hijo cumpla 1 año.
- Cepille los dientes de su hijo cada mañana y noche con una pequeña cantidad de pasta dental con flúor.
- Si su hijo es menor de 6 años, observe cómo se cepilla. Asegúrese de que use una cantidad de pasta dental del tamaño de un guisante. Pídale que escupa la pasta en vez de tragarla.
- Evite los bocadillos, bebidas y jugos dulces. ¡Trate de que tome agua del grifo que tenga flúor!
- No acueste a su hijo con el biberón.
- No permita que su hijo tome jugo, soda o leche durante un período prolongado en el asiento del automóvil, carruaje o corral.
- ¡Las caries se pueden prevenir!



Para obtener más información sobre la salud bucal de los niños, visite los [CDC](https://www.cdc.gov) o el [California Department of Public Health](https://www.cdph.ca).

Fuentes:



Children's Oral Health
Centers for Disease Control and Prevention
[cdc.gov](https://www.cdc.gov)



“Fluoride Varnish Helping Smiles Stay Strong”
San Francisco Department of Public Health
[sfdph.org](https://www.sfdph.org)

Para obtener más información llame al Servicio al Cliente al **1(415) 547-7800** o visite [sfhp.org/es/health-ed](https://www.sfhph.org/es/health-ed)

Línea de asesoramiento de enfermería 24/7 **1(877) 977-3397** | Hable con un médico 24/7 [sfhp.org/es/teladoc](https://www.sfhph.org/es/teladoc)