

# Barniz de flúor

Ayuda a fortalecer los dientes y puede prevenir las caries en los niños

## ¿Qué es el barniz de flúor?

El barniz de flúor es una capa protectora que se aplica sobre los dientes. El flúor fortalece los dientes y previene las caries.

## ¿Por qué se recomienda el barniz de flúor en los niños?

El barniz de flúor ayuda a prevenir o frenar el desarrollo de las caries.

Las caries pueden provocar dolor e infecciones. Los niños con caries pueden tener problemas para comer, hablar, jugar y aprender.



## ¿Es seguro el barniz de flúor?

El barniz de flúor es seguro y está recomendado. Se puede aplicar desde que al bebé le salen los primeros dientes.

## ¿Cómo se aplica el barniz de flúor en los dientes?

Un dentista o profesional de la salud aplica el barniz de flúor sobre los dientes con un cepillo.

## ¿Con qué frecuencia se debe aplicar el barniz de flúor?

Acuda al dentista o profesional de la salud para que le aplique barniz de flúor al menos dos veces al año, pero a veces se necesitan aplicaciones más frecuentes.

## Cuidados luego de la aplicación de barniz de flúor:

Los padres y cuidadores no deben darle a los niños alimentos calientes, duros o pegajosos durante al menos una hora.

## Los padres y cuidadores pueden ayudar a prevenir las caries en los niños de las siguientes maneras:

- Limpie las encías de su bebé con un paño limpio y húmedo después de alimentarlo, incluso antes de que le salgan los dientes.
- No acueste a dormir al bebé con el biberón. Si debe hacerlo, asegúrese de que solo tenga agua.
- Cepille los dientes de su hijo dos veces al día durante dos minutos con pasta dental con flúor.
- Lleve a su hijo al dentista antes de su primer cumpleaños.
- Lleve a su hijo al dentista periódicamente.
- Dele a su hijo bocadillos saludables como frutas y vegetales.
- Evite compartir cepillos de dientes, utensilios para comer o vasos con su hijo.
- Dele a su hijo agua del grifo si contiene flúor.



Para obtener más información sobre salud bucal, ingrese a [health.maryland.gov/phpa/oralhealth/pages/fluoride.aspx](https://health.maryland.gov/phpa/oralhealth/pages/fluoride.aspx)