

# Stop Cavities with Fluoride



One of the best ways to stop cavities in “baby” teeth is to make sure children use fluoride. **Fluoride supports remineralization** – the steps taken to make teeth stronger and better able to fight off cavities.

For children younger than 8 years old, fluoride helps make adult teeth that are growing under the gums strong.



## Fluoride Varnish

Fluoride Varnish is brushed on teeth at the doctor's office. Fluoride varnish can make the outer coating of the teeth stronger.



## Fluoride Drops or Tablets

Fluoride drops or tablets are ready through your doctor by prescription and are used by children aged 6 months to 16 years old.



## Fluoride Toothpaste

If fluoride toothpaste is used, one way to limit the amount of toothpaste your child might swallow is by watching as they brush.

**The American Academy of Pediatrics (AAP)** suggests a smear (grain of rice amount) of fluoride toothpaste be used until your child's 3rd birthday. A pea sized amount can be used after 3. Talk to your child's dentist about the best amount of fluoride your child needs for growing little teeth and ask when to plan regular check-ups.



Learn more at  
[www.hpsj.com/healthysmiles](http://www.hpsj.com/healthysmiles).

Source: [www.healthychildren.org](http://www.healthychildren.org)

DUALFLRDEFLR05172024E



# Detenga las caries con la ayuda del fluoruro



Una de las mejores formas de frenar las caries en los dientes de "leche" es asegurarse de que se les aplique fluoruro a los niños. **El fluoruro favorece la remineralización**, es decir, los pasos que se dan para que los dientes sean más fuertes y puedan combatir mejor las caries.

En el caso de los niños menores de 8 años, el fluoruro ayuda a fortalecer los dientes definitivos que están creciendo bajo las encías.



## Barniz de fluoruro

El barniz de fluoruro se aplica a los dientes en el consultorio del doctor.

El barniz de fluoruro puede fortalecer la capa externa de los dientes.



## Gotas o comprimidos de fluoruro

Las gotas o comprimidos de fluoruro se pueden adquirir con una receta del doctor y se utilizan en niños de los 6 meses a los 16 años.



## Pasta dental con fluoruro

Si se utiliza pasta dental con fluoruro, puede vigilar a su hijo mientras se lava los dientes para limitar la cantidad de pasta que traga.

**La Academia Americana de Pediatría** recomienda utilizar una pequeña cantidad de pasta dental con fluoruro hasta que el niño cumpla 3 años. Se puede utilizar una cantidad del tamaño de un guisante después de los 3 años. Hable con el dentista de su hijo sobre la cantidad de fluoruro adecuada para sus pequeños dientes en crecimiento y pregúntele cuándo debe planificar los exámenes.



Visite [www.hpsj.com/healthysmiles](http://www.hpsj.com/healthysmiles)  
para obtener más información.

Fuente: [www.healthychildren.org](http://www.healthychildren.org)

DUALFLRDEFLR05172024S