Health Plan of San Joaquin

Prevent cavities with fluoride

One of the best ways to stop cavities in little teeth is to make sure children get fluoride. Fluoride encourages "remineralization" which is the process that makes teeth stronger and more resistant to cavities. For children younger than eight, fluoride, in fact, helps make the adult teeth that are growing under the gums strong.

Fluoride varnish

Fluoride Varnish applied in the doctor's office can stop cavities, slow them down, or stop them from getting worse. Fluoride varnish can make the outer coating of the teeth stronger.

Fluoride drops or tablets

Fluoride supplements are available by prescription and are used by children age 0 to 16 years old.

Fluoride toothpaste

If fluoride toothpaste is used, strategies to limit the amount swallowed include limiting the amount placed on the brush and observing the child as they brush.

The American Academy of Pediatrics (AAP) recommends a smear (grain of rice amount) of fluoride toothpaste be used until the child's 3rd birthday. After which a pea-sized amount may be used. Most importantly, talk to your child's dentist about the best amount of fluoride your child needs for growing little teeth and be sure to plan regular check-ups.

FLRDEFLR08022018

Learn More: www.hpsj.com/healthysmiles

Health Plan of San Joaquin

Prevenga las caries con floruro

Una de las mejores maneras de parar las caries en los dientes pequeños es asegurarse de que los niños reciban un tratamiento con floruro. El floruro fomenta la "remineralización", que es el proceso que hace que los dientes sean más fuertes y más resistentes a las caries. Para niños menores de 8 años, el floruro de hecho ayuda a que los dientes adultos que están creciendo debajo de las encías estén fuertes.

Barniz con floruro

El barniz con floruro aplicado en la oficina del médico puede parar las caries, detener su avance o evitar que se empeoren. El barniz con floruro puede hacer que la capa externa de los dientes esté más fuerte.

Gotas o pastillas de floruro

Los suplementos de floruro están disponibles con receta y los usan los niños de entre 0 a 16 años de edad.

Pasta de dientes con floruro

Si se usa pasta de dientes con floruro, las estrategias para limitar la cantidad que se traga incluyen limitar la cantidad que se coloca en el cepillo y observar al niño mientras se cepilla.

La Academia Americana de Pediatría (American Academy of Pediatrics, AAP) recomienda que se use solo un poquito (cantidad como un grano de arroz) de pasta de dientes con floruro hasta que el niño cumpla 3 años de edad. Después de eso, se puede usar una cantidad como del tamaño de un frijol pequeño. Más importante aún es hablar con su médico acerca de la mejor cantidad de floruro que su hijo necesita para sus pequeños dientes en crecimiento y asegúrese de planificar chequeos regulares.

Más en www.hpsj.com/healthysmiles/es.html