



Vernizes de Flúor

Os vernizes de flúor são uma forma muito eficaz, fácil, segura e bem tolerada de aplicar flúor tópico, quer a nível individual, quer a nível comunitário. A cárie dentária ainda representa um problema para a saúde das populações. A utilização dos vernizes fluoretados vai ajudar a sua prevenção.

Siga as instruções deste folheto...

www.dgs.pt



Direção-Geral da Saúde | Alameda D. Afonso
Henriques, 45 - 1049-005 Lisboa - Portugal | Tel:
21 843 05 00 | Fax: 21 843 05 30 |
E-mail: geral@dgs.pt



Aplicação de
VERNIZES DE FLÚOR

O que deve saber.



MINISTÉRIO DA SAÚDE

Aplicação de vernizes de flúor

Para ajudar a proteger os dentes do seu filho da cárie dentária, vamos aplicar-lhes um verniz de flúor.

Em caso de dúvidas contacte o responsável pela saúde oral do seu Concelho.

CONTACTOS:

Os vernizes de flúor aplicam-se duas vezes por ano. Entretanto, há muita coisa que devemos e podemos fazer para proteger os dentes das crianças.

A escovagem dos dentes é um ato familiar. Todos o devem fazer, duas vezes por dia, sendo uma delas preferencialmente ao deitar.

Evitem os açúcares, usem um dentífrico com flúor, façam desporto, riam muito, sejam felizes!



Vamos pintar os dentes para que eles fiquem mais seguros! Mas não se assustem, esta pintura é provisória, só dura umas horas.

RECOMENDAÇÕES

- Após a aplicação, as crianças devem ficar uma hora sem comer. Durante o resto do dia devem evitar comer alimentos duros.
- Depois da aplicação do verniz de flúor, as crianças não podem escovar mais os dentes até à manhã seguinte. Nessa altura, deverão recomeçar o ritmo normal de escovagem dos dentes: 2 vezes por dia, sendo uma delas, obrigatoriamente, antes de deitar.

NÃO ESQUECER:

- Depois de escovar os dentes, bocheche com pouca água ou opte por cuspir bem a pasta em vez de bochechar. Use uma quantidade de dentífrico fluoretado pequena, do tamanho de uma ervilha.
- Se estiver a tomar comprimidos de flúor ou gotas, deve parar a sua toma, nos dois dias seguintes à aplicação dos vernizes.