

Le Brossage

Avant 2 ans : un seul brossage, le soir.

Dès 2 ans : 2 brossages par jour, un **le matin** et un **le soir** avant le coucher.

Votre enfant doit avoir **sa propre brosse à dents, adaptée à son âge** et à la **taille** de sa **bouche**.

- **Ne pas mouiller la brosse à dent.**
- Utiliser un **dentifrice adapté à son âge** (250 à 600 ppm de fluor), mettre l'équivalent d'un **petit pois** en quantité.
- **Commencez** par brosser les **dents du bas, côté par côté**, puis brossez les **dents du haut**.
- **Les poils** de la brosse à dents, **posés à cheval sur les dents** font un mouvement de va-et-vient.

A Partir de 4 ans : à lui de "jouer"

Sous le **contrôle des parents**, votre enfant se brosse les dents **seul**.

Avant 6 ans **La méthode 1-2-3-4**

« Toutes les dents nous brosserons jusqu'à la grosse dent du fond »



Il est important de **respecter** le dosage en **fluor selon l'âge de l'enfant**, jusqu'à 6 ans, car il avale la moitié du dentifrice mis sur la brosse à dent.

ÂGE	DOSAGE EN FLUOR	FRÉQUENCE
Dès les premières dents de l'enfant jusqu'à 2 ans	Pas de dentifrice avant que l'enfant ne sache cracher	1 brossage/jour
A partir de 2 ans	< 500 ppm	2 brossages/jour
A partir de 3 ans	Entre 500 et 1000 ppm	2 brossages/jour
A partir de 6 ans	Entre 1000 et 1500 ppm	2 brossages/jour

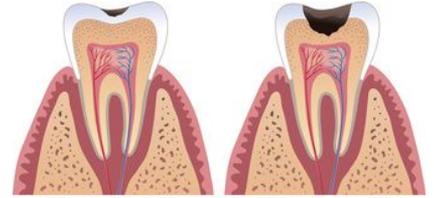
Les Caries

A la naissance, un enfant ne possède pas les bactéries fabriquant les caries.

Conseils pour votre Enfant

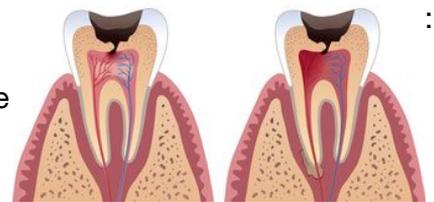
Souvent, la contamination vient des parents, il faut donc éviter :

- d'utiliser la cuillère de l'enfant pour vérifier si le plat n'est pas trop chaud,
- d'utiliser les mêmes couverts que l'enfant,
- de sucer la tétine pour la nettoyer,
- d'embrasser son enfant sur la bouche.



En plus du brossage, il est nécessaire d'avoir une alimentation équilibrée :

- Proscrire le grignotage : on ne mange pas et on ne boit que de l'eau pure entre les repas,
- Supprimer les bonbons et friandises de votre maison,
- Eviter les sodas, autorisés seulement pendant les repas,
- Se rincer la bouche à l'eau claire en fin de repas,
- La salive met 1h à rattraper l'acidité d'un repas !



Pour le nourrisson :

- Ne pas tremper la tétine dans du miel ou tout autre produit sucré.
- Laisser un biberon d'eau dans le berceau, mais pas de lait ou de boissons sucrées (jus de fruit, sirop,...)

Pourquoi est-ce important de soigner les dents de lait, même si elles vont tomber ?

Les dents temporaires maintiennent l'espace entre les dents dans la bouche.

Une extraction prématurée peut empêcher la bonne croissance de la bouche et des dents d'adultes.

Une grosse infection sur une dent de lait peut empêcher plusieurs dents d'adultes de pousser.

