

MYTHE : Je n'ai pas besoin d'acheter une « brosse à dents pour enfant » à mon enfant, il ne s'agit que d'une stratégie de marketing.

MYTHE : Les enfants n'ont pas besoin d'utiliser la soie dentaire.

RÉALITÉ : Une brosse à dents adéquate, comme celles de la gamme Oral-B Stages, est en fait conçue spécialement pour la dentition, le stade de développement et la dextérité de l'enfant.

RÉALITÉ : Les enfants devraient commencer à utiliser la soie dentaire dès que deux dents se touchent. La soie dentaire est le seul moyen de nettoyer entre les dents pour enlever la plaque qui se dépose au quotidien. Les bactéries que l'on trouve dans la plaque peuvent développer la carie dentaire en bas âge.

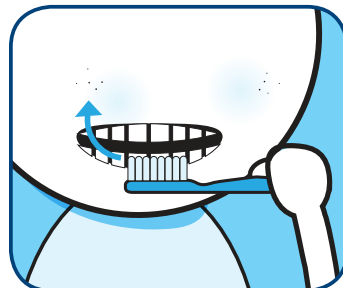
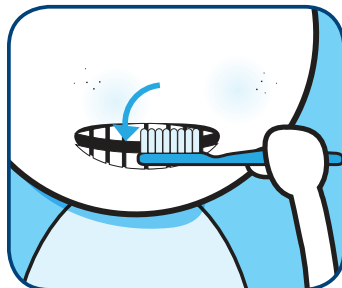
CONSEILS :

- Les enfants à cette étape auront des dents qui se toucheront et il est important de commencer à utiliser la soie dentaire dès que deux dents se touchent!
- Utilisez un dentifrice au fluorure; assurez-vous que votre enfant le recrache et qu'il rince sa bouche avec une petite quantité d'eau.
- Montrez à vos enfants les techniques de brossage de dents adéquates. Brossez les dents du haut en bas et de bas en haut pour les dents du bas avec un mouvement circulaire et n'oubliez pas le derrière des dents aussi!
- Limitez les aliments sucrés. Essayez de donner à vos enfants du chocolat de qualité comme gâterie. S'il est

composé en grande partie de cacao, il ne contient pas beaucoup de sucre, mais il est tout de même savoureux.

- Les enfants à cette étape devraient aussi utiliser une brosse à dents conçue pour leur dextérité, leur développement et leur dentition, pour aider à garantir un nettoyage adéquat de toutes leurs dents.
- On peut complètement éviter la carie dentaire. Aidez vos enfants à établir une routine de soins d'hygiène buccodentaire qui comprend le brossage des dents deux fois par jour et l'utilisation de la soie dentaire au moins une fois par jour.

Technique adéquate de brossage



Tenez la brosse à un angle de 45 degrés par rapport aux dents de votre enfant, au point de rencontre des gencives et des dents. Performez un mouvement circulaire léger de haut en bas sur toutes les surfaces des dents. Ne frottez pas! Votre enfant devrait prendre l'habitude de se brosser les dents pour deux minutes à la fois, ce qui représente le temps de brossage recommandé par les dentistes.

Vous continuez de renforcer votre routine de soins d'hygiène buccodentaire avec vos enfants à la maison. Continuez ce bon travail! Demandez à votre enfant s'il a bien brossé ses dents et utilisez la charte ci-dessous afin de noter les journées où votre enfant a brossé ses dents le matin et le soir. Cela l'aidera à pratiquer de bonnes habitudes d'hygiène dentaire et de mesurer ses progrès! Après 30 jours, récompensez votre enfant en lui offrant un livre ou un jeu auquel vous pouvez jouer ensemble. Essayez de ne pas le récompenser avec des bonbons.

Jour 1. _____

Jour 11. _____

Jour 21. _____

Jour 2. _____

Jour 12. _____

Jour 22. _____

Jour 3. _____

Jour 13. _____

Jour 23. _____

Jour 4. _____

Jour 14. _____

Jour 24. _____

Jour 5. _____

Jour 15. _____

Jour 25. _____

Jour 6. _____

Jour 16. _____

Jour 26. _____

Jour 7. _____

Jour 17. _____

Jour 27. _____

Jour 8. _____

Jour 18. _____

Jour 28. _____

Jour 9. _____

Jour 19. _____

Jour 29. _____

Jour 10. _____

Jour 20. _____

Jour 30. _____

