



Le brossage des dents des enfants

Mais comment faire ?

à quel âge ?

et avec quels instruments ?

Conseils pratiques

Le plus important est de commencer le rituel du brossage de dents tôt, pour qu'il fasse vraiment partie des habitudes. Les enfants apprenant par l'exemple, la meilleure solution est que les parents montrent comment faire à leurs enfants, en faisant du brossage un moment ludique.

hygiène



A partir de quand faut-il brosser les dents des enfants ?

Le capital dentaire se constitue dès le plus jeune âge. Il est important d'enseigner le plus tôt possible aux enfants les bons réflexes en matière d'hygiène de vie et l'hygiène buccodentaire en fait partie. Dès 4 mois, juste avant que les premières dents n'apparaissent, nous pouvons nous occuper de la bouche des enfants avec une compresse humide imbibée d'eau tiède ou de sérum physiologique. Cela se fait une à deux fois par jour, pour éliminer les bactéries apportées par la tétée ou le biberon. Pour un vrai brossage, mieux vaut attendre l'apparition des premières dents.

On utilisera alors une brosse souple qui sert avant tout à masser les gencives. Le geste est réalisé par les parents bien sûr, toujours deux fois par jour.

Conseils

Conseils pratiques

Ne pas utiliser le biberon comme tétine.

Eviter la « carie du biberon » en donnant seulement de l'eau le soir au lieu d'un liquide plus sucré.

Bannir le partage de la cuillère entre la maman et l'enfant pour ne pas échanger de bactéries.

A partir de 5-6 ans, quand l'enfant commence à aller à l'école, on peut lui recommander de boire un verre d'eau après le repas à la cantine pour éliminer une partie des bactéries et contribuer ainsi à éviter les caries.

Lui apprendre à bien mastiquer les aliments car la salive joue un rôle de minéralisateur.

dentifrice

A partir de quand peut-il se brosser les dents tout seul ?

A partir de 2 ans on peut déjà commencer à lui mettre une brosse à dents entre les mains et à lui apprendre, en restant derrière, à se brosser les dents en respectant bien chaque partie de la cavité buccodentaire.

C'est aussi l'âge où le dentifrice commence à être introduit. Mais l'enfant ne sera vraiment autonome qu'à partir de 5-6 ans. Plus intéressé à faire des choses lui-même, maîtrisant mieux la gestuelle, il peut s'occuper du brossage tout seul. Les parents continuent tout de même à surveiller que les dents sont brossées correctement et délicatement, et surtout pendant les deux minutes nécessaires.



dentiste

A partir de quel âge faut-il consulter le dentiste ?

On recommande d'effectuer une première visite chez le chirurgien-dentiste à 18 mois, puis de poursuivre au rythme d'une visite annuelle, afin de faire un bilan ou une évaluation de la dentition de l'enfant. Après, en fonction de l'évolution de la dentition, une visite deux fois par an s'impose, voire plus. Ensuite, lorsque l'enfant est plus grand, le rythme est d'une à deux visites par an.