



L'importance des dents de bébé

Pour les enfants de la naissance à 5 ans

POURQUOI LA SANTÉ DES DENTS DE BÉBÉ EST-ELLE IMPORTANTE?



Les bactéries (ou germes) commencent à apparaître dans la bouche d'un bébé à sa naissance. Il est important d'adopter tôt de bonnes habitudes d'hygiène dentaire. Les dents de bébé doivent être fortes et en santé pour manger, parler et sourire, en plus de garder la place pour les dents d'adultes qui suivront.

COMMENT DOIS-JE M'Y PRENDRE POUR NETTOYER LA BOUCHE DE MON BÉBÉ?

- En utilisant une débarbouillette humide, nettoyez les gencives de votre bébé le matin et le soir.
- Dès l'apparition de la première dent de votre bébé, brossez deux fois par jour avec une petite brosse à dents souple et en utilisant **de l'eau seulement**.
- Il n'est pas recommandé d'utiliser du dentifrice pour les enfants de moins de 3 ans, sauf si un professionnel de la santé dentaire vous avise de le faire.



LES HABITUDES ALIMENTAIRES ET DE SOMMEIL DE VOTRE BÉBÉ PEUVENT AVOIR UN EFFET SUR SA SANTÉ DENTAIRE



- Si votre bébé s'endort pendant que vous le nourrissez, retirez la tétine avant de le déposer, sur le dos, dans son lit de bébé.
- Si votre bébé dort avec un biberon, assurez-vous qu'il contient **seulement de l'eau**.
- Donnez de l'eau à votre bébé dans un gobelet en plastique ordinaire lorsqu'il peut s'asseoir seul.

MOMENTS IMPORTANTS QUANT À LA SANTÉ DENTAIRE

- Votre enfant devrait faire sa première visite de chez le dentiste au plus tard à son **premier anniversaire**, ou encore **dans les 6 mois suivant l'apparition de sa première dent**.
- Commencez à utiliser la soie dentaire une fois par jour dès que votre enfant a des dents qui se touchent.
- Lorsque votre enfant atteint l'âge de 3 ans, vous pouvez commencer à utiliser une petite quantité de dentifrice (tout au plus de la taille d'un pois). Apprenez à votre enfant à recracher le dentifrice et encouragez-le à le faire.

