

DES DENTS SAINES ET
BELLES SONT
PRÉCIEUSES. IL N'EST
PAS DIFFICILE DE LES
GARDER EN BON ÉTAT,
IL SUFFIT DE PRENDRE
DE BONNES
HABITUDES.



Il presente opuscolo, redatto a cura di Specialisti ambulatoriali di Branca Odontoiatria Pediatrica ASL CN1 (dr.ssa Michela Manfredi) e del Servizio di Promozione della Salute ASL CN1, deriva da un riadattamento dell' "Opuscolo dei genitori" prodotto e diffuso nell'ambito del progetto interministeriale "Identikit" (2012)

iDenti KIT



iDenti KIT



Bonnes pratiques pour la santé bucco-dentaire de vos enfants



LES BONNES HABITUDES COMMENCENT DANS LA FAMILLE

1 Il est préférable d'éviter l'utilisation prolongée de tétines et de biberons après 18/24 mois, car ils augmentent le risque de caries et de malocclusion. Des habitudes telles que sucer son pouce ou se ronger les ongles peuvent également causer des dommages aux dents et à la bouche.

2 Ce qui est bon pour les dents est bon pour tout le corps : choisissez des aliments simples pour votre enfant, proposez-lui des fruits et des légumes à plusieurs reprises chaque jour (même pour le goûter !), prenez des repas réguliers.

3 Évitez de lui donner des aliments et des boissons sucrés en dehors des repas : ne l'habituez pas à être récompensé ou consolé avec des sucreries

4 Avant d'aller au lit, seulement de l'eau : la règle est "au lit avec les dents propres"



5 Montrez l'exemple : laissez-le assister au brossage des dents, il vous imitera. Apprenez-lui à se brosser les dents sans hâte après chaque repas, mais surtout après avoir mangé des aliments sucrés.

6 Apprenez-lui les bons gestes du brossage et guidez ses gestes les premières fois. Avec une dose de dentifrice pour enfants de la taille d'un petit pois, nettoyez toutes les surfaces : d'abord l'intérieur des dents, puis l'extérieur, terminez par les surfaces de mastication et n'oubliez pas de nettoyer également la langue

7 N'attendez pas les maux de dents ! Vérifiez la bouche de votre enfant : si des caries sont présentes sur les dents de lait, elles doivent être traitées, car en plus de causer beaucoup de douleur, elles peuvent ruiner les dents qui viendront plus tard. En cas de doute, demandez à votre pédiatre ou à votre dentiste.