



Conseils pour le bébé

# « Ce qui est à Bébé n'est pas à vous. » »

L'Assurance Maladie et les Chirurgiens-Dentistes vous accompagnent pour préserver le capital dentaire de votre enfant.

- La carie et les maladies des gencives (gingivites et parodontites) sont des maladies bactériennes, il est donc important de ne pas les transmettre à votre bébé (ne pas goûter ses plats, ne pas lécher sa cuillère, ne pas nettoyer sa tétine dans votre bouche, ...). Votre enfant peut avoir des caries dès qu'il a des dents. Il est donc impératif, dès l'apparition de ses premières dents, de surveiller son alimentation et son hygiène bucco-dentaire.



## → Le brossage

**L'enfant doit avoir sa propre brosse à dents, dont la taille doit être adaptée à son âge et les poils souples. Elle sera changée au moins tous les deux mois.**

- Avant l'apparition de la première dent, vers 6 mois : nettoyage des gencives avec une compresse humide enroulée sur l'index.
- De 6 mois à 2-3 ans : apprentissage du brossage avec l'aide de papa ou de maman, sans utiliser de dentifrice.
- De 3 à 6 ans, c'est-à-dire dès que l'enfant sait recracher, un dentifrice faiblement fluoré pourra être utilisé, le brossage sera encore supervisé par les parents.
- A partir de 6 ans : utilisation d'un dentifrice fortement fluoré.

## → L'hygiène alimentaire

- Les biberons qui calment si bien au coucher ou pendant la journée, et qui contiennent autre chose que de l'eau (jus de fruit ou boisson sucrées) sont à proscrire. En effet, le sucre qu'ils contiennent est mauvais pour les dents et la santé.
- Privilégiez dès que possible une alimentation solide pour favoriser la mastication.

## → Le fluor

- Le chirurgien-dentiste saura évaluer le risque carieux et les besoins en fluor de votre enfant.
- A partir de 6 mois, une prescription de fluor pourra être faite. Elle sera réservée aux enfants qui présentent un risque de caries élevé et sera toujours précédée d'un bilan personnalisé des apports journaliers en fluor (eau de boisson, sel, alimentation, ...).

## Les bonnes habitudes à avoir

- • Essayez de limiter dans la mesure du possible le recours à la tétine ou au pouce.

Conseils pour le bébé  
« Ce qui est  
à Bébé  
n'est pas à vous. » »