

## Brossage de dents



Comme les adultes, les bébés sont sujets aux maladies dentaires. Outre le fait que les premières années sont occasions de porter à la bouche une multitude d'objets plus ou moins propres, la bouche des bébés est propice aux caries "de lait". Ces caries viennent de la consommation en lait, riche en lactose, autrement dit, en sucre ! C'est pourquoi, pour prévenir ces désagréments, une bonne hygiène dentaire doit commencer dès l'apparition de la première dent.

### *Comment faire ?*

L'hygiène dentaire de bébé est presque identique à celle de l'adulte. Au moins deux fois par jour avec un matériel adapté. Pour les plus jeunes, il est possible de commencer à nettoyer les dents avec une compresse mouillée. Puis d'introduire une brosse à dent à tête souple et à petite tête un peu plus tard. Pour les enfants n'aimant pas ce moment, des brosses à dents à mâchouiller existent. C'est un moyen de les familiariser à cet objet qu'ils porteront à la bouche par eux-mêmes.

Concernant le dentifrice fluoré, les saveurs sucrées sont généralement préférées des enfants. Pour limiter tout risque d'ingestion, une trace, pas plus grosse qu'un petit pois, suffit lorsque l'enfant est en mesure de cracher. Avant, un lavage à l'eau suffit.

Il n'est jamais trop tôt pour montrer aux enfants les bonnes habitudes !