



# Comment brosser chez l'enfant ?

## **De 0 à 3 ans : une hygiène accompagnée des parents**

De 1 à 3 ans, l'enfant imite ses parents. Il est encore trop tôt pour utiliser un dentifrice fluoré, l'enfant ne sait ni cracher ni maîtriser le rinçage et pourrait en avaler, d'où risque de surdosage en fluor.

On conseille d'utiliser une compresse imbibée de liquide physiologique.

## **4 à 6 ans : la période de l'apprentissage**

Nous sommes à l'âge de l'évolution des premières dents définitives. Sous la surveillance des ses parents, l'enfant apprend à réaliser un brossage efficace avec une méthode simplifiée :

- On apprend à brosser toutes les dents ;
- On brosse chaque côté ou quadrant l'un après l'autre ;
- On tient la brosse bien en main ;
- Les poils de la brosse, à cheval sur les dents, font un mouvement de va-et-vient ;
- On brosse après chacun des principaux repas et au moins 2 fois par jour ;
- Une brosse de petite taille (enfant), un dentifrice fluoré.

## **6 à 8 ans : vers un brossage adulte**

A partir de six ans, votre enfant commence à acquérir ses dents définitives : il faut donc redoubler de vigilance pour ne pas que les caries se développent.

Il faut commencer par les dents du fond, pour lesquelles l'enfant fait des mouvements de va-et-vient. Ensuite, on passe aux dents de devant, en effectuant un mouvement de bas en haut. Enfin, terminez par l'arrière des dents, en lui faisant tenir le manche en hauteur. Suivez toujours le code "du rose vers le blanc".

La brosse à dents utilisée doit toujours être à poils souples. Pour le dentifrice, vous pouvez acheter une pâte contenant des concentrations un peu plus fortes en fluor : on approuve l'utilisation de dentifrices de teneurs supérieures à 1500 ppm.