



FICHE 3

LE BROSSAGE DES DENTS



Même si les dents de lait tombent, il est important d'en prendre soin. Et cela passe par un bon nettoyage, 2 fois par jour, avec une brosse à dents adaptée à ton âge. Si tes dents de lait sont en bonne santé, tes dents définitives seront belles et fortes.

JEU 1 : LE BON OBJET

Montre l'objet qui sert à se brosser les dents.



Réponse : La brosse à dents.

© Sergey Sleznev, Pixel Shot - Adobe Stock

JEU 2 : À TOI DE JOUER !

Qu'y a-t-il sur la brosse à dents ?



Réponse : Du dentifrice.



Le coin des adultes

Avant 1 an, on peut laver les dents et les gencives de son enfant avec une petite compresse sèche ou imbibée de sérum physiologique. À partir de 1 an, ou quand l'enfant commence à marcher, investissez dans une brosse à poils souples, adaptée à son âge. Il existe également des dentifrices sans fluor pour les moins de 2 ans. À partir de 2 ans, il est conseillé de choisir un dentifrice avec une quantité de fluor entre 500 ppm et 1 000 ppm en utilisant l'équivalent d'un petit pois sur la brosse. Dès 3 ans, on peut choisir un dentifrice à 1 000 ppm. Les lavages sont à effectuer le matin, après le petit déjeuner, et le soir après le dîner.



© warisara - Adobe Stock

JEU 3 : OUVRE L'ŒIL !

Observe cette image. Montre la brosse à dents, le dentifrice et le **gobelet** pour se rincer la bouche. Que fait l'enfant ?



Réponse : L'enfant se brosse les dents.



COMPRENDRE

- Un **gobelet** en plastique permet de se rincer la bouche tout en faisant des économies d'eau (il faut bien fermer le robinet quand on se lave les dents). Préférer un gobelet en plastique plutôt qu'en verre pour ne pas le casser.