



# LE BROSSAGE MATIN ET SOIR

## AVEC MINI BROSSE BIG BROSSE

CALENDARIO

LAVA I DENTI

Chers Parents,

Les dents de vos enfants ont besoin de vous !

Chaque jour, les dents de vos enfants sont attaquées par des bactéries et acides alimentaires qui peuvent conduire à

l'apparition de caries, gâchant leur sourire. Leur sourire est tellement important que nous devons agir ! Un brossage

quotidien matin et soir permet d'éliminer facilement ces

bactéries. Mais comment convaincre vos enfants ?

Nous avons eu une super idée.

De la même manière qu'il faut 21 jours pour prendre une

habitude, nous voulons vous emmener, vous et votre enfant, dans une aventure de 21 jours, pour créer une routine de

brossage matin et soir pour des dents fortes et saines. Nous avons conçu plusieurs activités pour toute la famille pour rendre le moment du brossage amusant.

Commencez votre aventure du brossage avec les **Episodes Mini Brosse Big Brosse** sur notre chaîne Youtube ou sur le site. Dans chaque vidéo, votre enfant partira vers une aventure autour du monde et apprendra les bonnes techniques de brossage avec nos amis animaux. Regardez-les avec votre enfant au moment du brossage du soir, pour rendre le moment encore plus amusant.

Si votre enfant aime les histoires du soir, nous avons quelque chose pour lui aussi ! Notre histoire **Mini Brosse Big Brosse** téléchargeable sur notre site comporte 21 chapitres éducatifs et ludiques pour rappeler aux enfants de se brosser les dents avant d'aller dormir.

Nous avons d'autres supports. Par exemple, le **Calendrier Du Bon Brossage** imprimable sur notre site vous aide à surveiller les habitudes de brossage de votre enfant. Il pourra cocher les cases de son calendrier à chaque fois qu'il se brossera les dents.

MATTINA E SERA



Suivez ces activités scrupuleusement et leur sourire restera sain et éclatant pour une longue durée.

Merci d'avance pour votre aide !  
L'équipe Signal Brossage Matin & Soir

# TOUT SUR LES DENTS

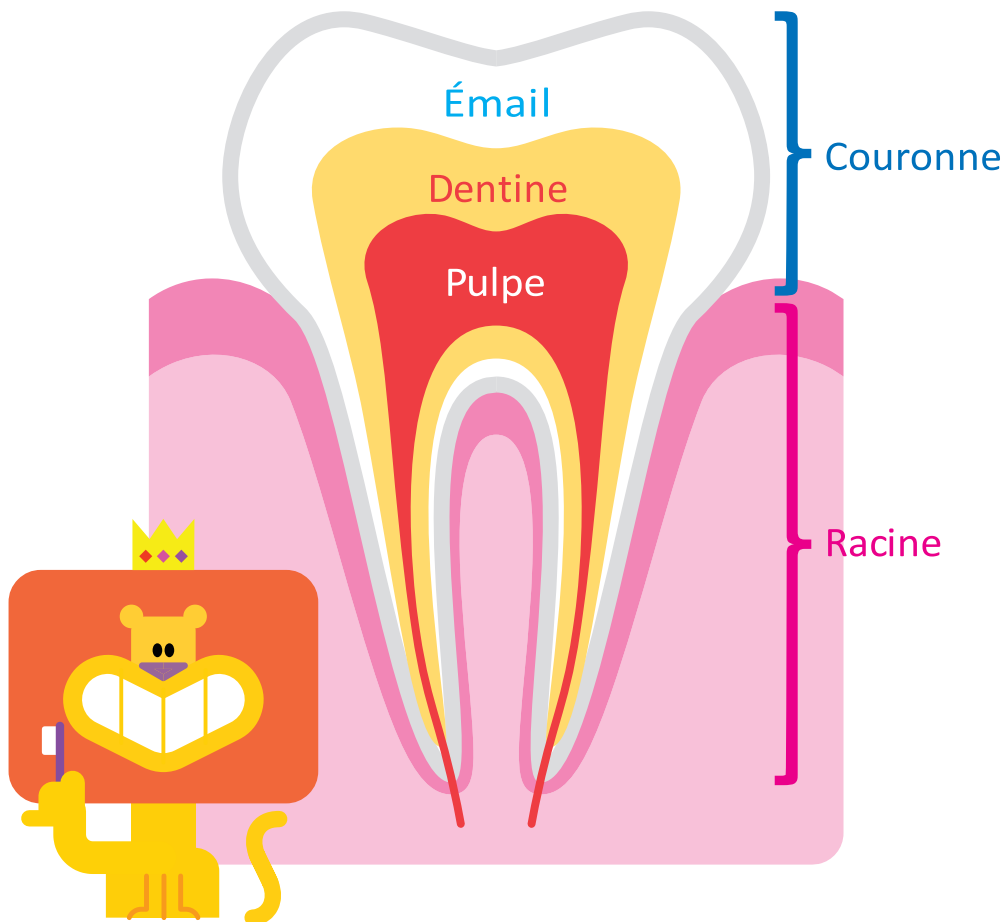
Les dents, on les utilise tous les jours pour découper, mordre et mastiquer les aliments, mais pas seulement ! Elles sont aussi indispensables pour bien parler... Et pour sourire !

C'est pourquoi on doit toujours en prendre soin.

Les dents en bonne santé sont très solides : chacune est ancrée dans la gencive. La partie invisible de la dent s'appelle « **la racine** ». La partie visible s'appelle « **la couronne** ».

**La couronne** est recouverte et protégée par l'émail, une substance très dure, la plus dure de notre corps.

À l'intérieur de chaque dent, sous la couronne, on trouve **la dentine**, qui est également très dure. Au centre de la dent, il y a une partie molle appelée la pulpe. C'est par la pulpe que la dent est nourrie.



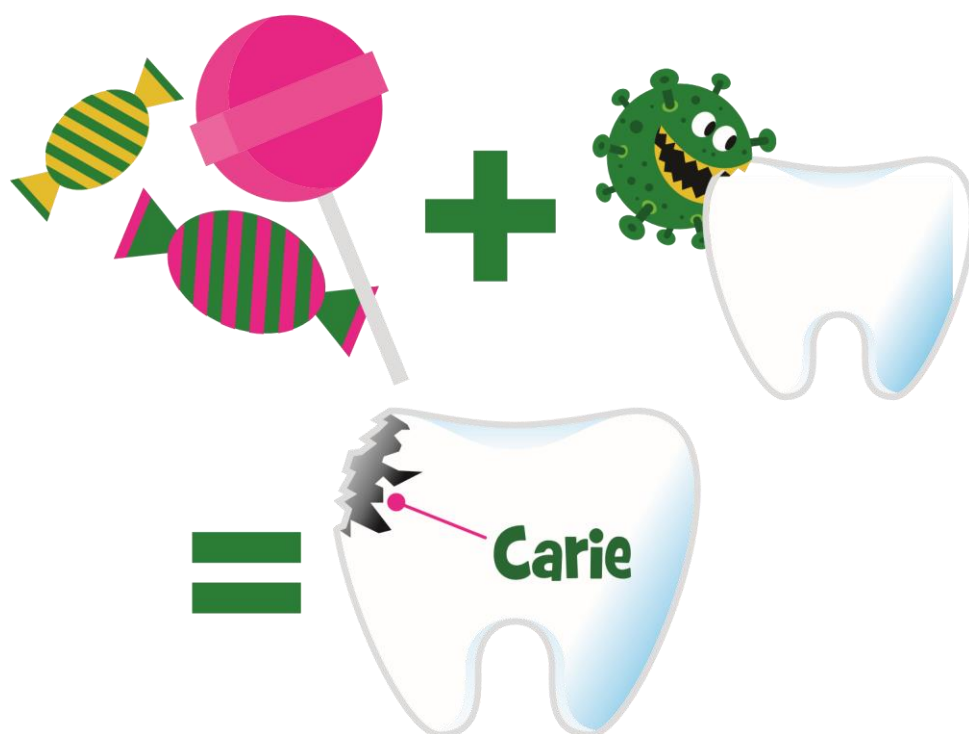
## LES CARIES FONT TRÈS MAL

Il se passe beaucoup de choses dans notre bouche. De minuscules organismes y sont présents en permanence : les bactéries, mais elles sont si petites que vous ne pouvez pas les voir. Certaines bactéries

sont utiles : elles facilitent la digestion des aliments. Mais d'autres sont nocives : elles peuvent donner des maladies ou attaquer les dents et créer des caries.

Les aliments sucrés comme les bonbons, les sucettes et le chocolat, mais aussi les sodas peuvent également provoquer des caries. Pourquoi ? Parce que les bactéries se collent aux dents et utilisent le sucre des friandises pour se multiplier et provoquer des caries.

Les caries sont d'abord des trous minuscules dans vos dents. On ne les voit pas toujours mais le dentiste, lui, peut les voir. Elles ne guérissent pas toutes seules. Elles peuvent grossir et grossir jusqu'à devenir très douloureuses. Il n'y a qu'un dentiste qui pourra soigner votre dent.





# L'HYGIÈNE BUCCO-DENTAIRE DES ENFANTS EN DIX QUESTIONS

1



4XDQGGRLVMHFRPPHQFHU@SUHQGUHVRLQGHVGHQWVGH mon enfant ?

Dès la naissance, commencez à prendre soin de leur bouche en leur lavant les gencives avec une gaze ou une serviette propre au moins deux fois par jour. Il est conseillé de le faire après l'allaitement et avant le coucher. Dès que la première dent pousse, il faut alors commencer un brossage régulier en douceur.

2

~TXHOOHIU\$TXHQFHPRQHQIDQWGRLWLOVHEURVVHUOHVGHQW"

Chaque enfant doit se brosser les dents deux fois par jour au moins durant deux minutes. Cette habitude permet de réduire le risque d'apparition de carie et de problème de gencives. Brossez les dents, le matin après le petit-déjeuner et le soir avant le coucher. Attention à ce qu'ils ne mangent rien après le brossage du soir.

3

4XHOHTXDQWLW\$GHGHQWLIULFHXWLWLVHUSRXUPRQHQIDQW"

Si votre enfant a moins de 3 ans, utilisez une quantité de dentifrice équivalente à la taille d'un grain de riz. Pour les enfants entre 3 et 6 ans, utilisez une quantité équivalente à la taille d'un petit pois.

4

/HGHQWLIULFHDX@XRUHVWLODGD\$W\$SRXUXQHQIDQW"

Tous les enfants doivent brosser leurs dents avec du dentifrice au fluor. Consultez un dentiste pour obtenir des conseils sur la concentration de fluor nécessaire.

5

)DXWLOTXHPRQHQIDQWVHULQFHODERXFKHDSU|VOHEURVVDJH"

Faites-le recracher tout le dentifrice résiduel avant qu'il se rince la bouche.





4XDQGIDXLWLOFKDQJHUVDEURVVH@GHQWV"

Pour maintenir une bonne hygiène bucco-dentaire, la brosse à dents doit être remplacée tous les trois mois ou moins dès que les poils sont usés. **Sucer son pousse ou une tétine est-il mauvais pour les dents de mon enfant ?**

Sucer la tétine ou le pouce pendant trop longtemps peut affecter le développement des dents et de la bouche de l'enfant. Choisissez une tétine anatomique et évitez de l'utiliser après 3 ans passés.

**Mon enfant doit-il limiter la consommation de nourriture ou boissons fortement concentrées en sucre ?**

La consommation de sucre peut varier en fonction de l'âge de votre enfant. Assurez-vous qu'il ne consomme pas de quantités excessives de sucre venant de produits transformés et de sodas.

**9 Comment protéger les dents et la bouche de mon enfant lors de sport de contact ?**

Il peut être demandé à votre enfant de porter un protège-dents lors de sports impliquant un contact physique ou des chutes fréquentes. Un protège-dents protège la bouche des fractures et de la perte de dents. Consultez un dentiste pour savoir si les activités de votre enfant nécessitent l'utilisation d'un protège-dents.



Emmenez l'enfant chez le dentiste dès que leur première dent a

\$YHFTXHOOHU\$JXODULW\$GRLVMHHPHQHUPRQHQIDQWFKHJOHGHQWLWVH"

poussé et pas plus tard qu'au bout de leur premier anniversaire. Puis planifiez un rendez-vous de contrôle chaque année pour diminuer le risque de problèmes dentaires.

# RENDRE LE BROSSAGE AMUSANT POUR LES ENFANTS

/DLVVH]OHVFKRLVLUOHXUEURVVH@GHQWV

Que vous soyez un grand ou un petit, qui n'aime pas les cadeaux"? Quel meilleur moyen qu'une nouvelle brosse à dents pour commencer une routine d'hygiène bucco dentaire"?

Laissez-les choisir leur brosse à dents avec leur couleur et personnages préférés pour qu'ils se réjouissent de l'utiliser. **Le goût du dentifrice peut aider**

Certains « piquent » trop, d'autres « ne sont pas bons ». Le goût du dentifrice peut déterminer si votre enfant aimera ou détestera se brosser les dents. Faites tester le dentifrice à vos enfants, fruité ou mentolé, cela n'a pas d'importance. Ce qui compte c'est que le taux de fluor soit adapté.

3DVVH]GHX[PLQXWHVDJU\$DEOHVDYHF0LQL%URVVHHW%LJ%URVVH

Le brossage doit durer au moins deux minutes. Pour les adultes, ça semble court, mais pour les petits, cela peut sembler sans fin. Comment faire passer le temps plus vite"? Découvrez les aventures de Mini Brosse Big Brosse sur notre chaîne Youtube et notre site.

,QFOXH]OHEURVVDJHGDQVODURXWLQHGXVRLU

Créer une routine du soir aidera les enfants à comprendre l'importance du brossage et à se réjouir de cette activité. Nous recommandons une routine brossage-histoiredodo. Commencez avec les vidéos des aventures de Mini Brosse Big Brosse pendant le brossage, puis lisez-leur un chapitre de notre histoire, que l'on peut trouver sur notre site, puis bordez-les. **%URVVH]YRXVOHVGHQWVHQQVHPEOH**

Les enfants imitent leurs parents très souvent. Utilisez cela en jouant à Jacques-A-Dit lors du brossage. Vous pouvez varier vos mouvements de brossage avec des bruits, des expressions ou autre – votre enfant doit vous imiter. Faire le guignol rendra le brossage plus amusant"!

