

Les caries de la petite enfance, c'est douloureux!

Cette douleur a des effets néfastes sur:

- ♦ l'alimentation
- ♦ le sommeil
- ♦ l'apprentissage
- ♦ le comportement

Le fait d'enlever des dents de bébé peut occasionner certains problèmes tels que ceux-ci:

- ♦ difficulté à mâcher des aliments
- ♦ trouble de la parole
- ♦ dents permanentes croches
- ♦ problèmes de santé en général
- ♦ estime de soi



Cas avancé de caries dentaires de la petite enfance
www.ada.org.public/topics/decay_childhood.asp

Collations appropriées pour la santé dentaire

- Fromage et craquelins
- Lait
- Yogourt
- Fruits et légumes
- Bannock et pain à grain entier
- Sandwich au jambon, bœuf ou poulet
- Compote de pommes non sucrée
- Céréale non enrobée de sucre
- Galettes de riz non sucrées
- Œufs durs *

MISE EN GARDE : Certains de ces aliments représentent un risque d'allergie* ou d'étouffement pour de jeunes enfants. Il serait préférable de modifier la texture de certains aliments pour eux (c.-à-d. faire cuire et râper ou couper en tranches les légumes et les fruits crus, couper les raisins en deux, râper le fromage, etc.). En cas de doute, vérifiez auprès d'un médecin, du personnel infirmier ou d'un nutritionniste.

Les services dentaires offerts dans votre collectivité :

Projet « Sourire en santé, enfant heureux »
Manitoba 2007. Révisé en Mai 2014.

Les dents de bébé sont importantes!

Le soin des dents (et de la bouche) commence dès la naissance



► **Nouveau-né à six ans**

Prévenez les caries de la petite enfance

► Trucs de santé dentaire!

- ♦ Allaitez votre bébé
- ♦ Les bébés allaités doivent prendre un supplément de vitamine D
- ♦ Brossez les dents de votre bébé
- ♦ Pas de biberon au lit
- ♦ L'eau est le seul liquide que l'on peut mettre sans risque dans un biberon au moment du coucher
- ♦ Ne soutenez pas le biberon avec un accessoire
- ♦ Ne laissez pas votre bébé se promener librement avec son biberon ou son gobelet à bec verseur
- ♦ Passez du biberon ou de la tasse à bec à une tasse ordinaire vers l'âge de 12 ou 14 mois
- ♦ Ne mettez pas de jus, de boissons gazeuses ou d'autres liquides sucrés dans le biberon ou le gobelet à bec verseur (utilisez une tasse ordinaire)
- ♦ Limitez la consommation de jus sans sucre à $\frac{1}{2}$ tasse par jour et diluez-le avec de l'eau
- ♦ Offrez-lui des aliments et des boissons santé
- ♦ Donnez-lui de l'eau entre les repas
- ♦ Ne trempez jamais la sucette dans du sucre
- ♦ Employez un anneau de dentition plutôt que des biscuits de dentition



Soins de la bouche dès le départ

Commencez à nettoyer les gencives de votre enfant dès sa naissance. À l'aide d'une débarbouillette humide et propre, essuyez ses gencives au moins deux fois par jour

Brossez les dents de votre bébé

- ♦ Dès l'apparition de la première dent, brossez les dents de votre bébé deux fois par jour, surtout avant le coucher
- ♦ Enfants de 3 ans et moins: Demandez à votre dentiste si votre enfant risque d'avoir des caries *
 - ⇒ *Si l'enfant est à risque*, utilisez une petite quantité de dentifrice au fluor (la taille d'un **grain de riz**)
 - ⇒ *Si l'enfant n'est pas à risque*, utilisez seulement de l'eau
- ♦ Enfants de 3 à 6 ans: Utilisez une quantité de dentifrice de la taille d'un **pois**



Quantité de dentifrice de la taille d'un **grain de riz**

Quantité de dentifrice de la taille d'un **pois**

Image: http://www.cda-adc.ca/_files/position_statements/Fluorides-English-2010-06-08.pdf

*Un jeune enfant risque d'avoir des caries s'il ou elle: habite dans une région où l'eau n'est pas traitée au fluorure; a des taches crayeuses ou des caries; prend beaucoup de collations ou de boissons sucrées entre les repas; ne se fait pas brosser les dents à chaque jour; ou si ses proches ont des caries.

► Soulevez la lèvre!

- ♦ Soulevez la lèvre supérieure au moins une fois par mois pour vérifier s'il y a des caries
- ♦ Soulevez la lèvre supérieure et vérifiez les gencives. La carie commence souvent à cet endroit et on ne la voit pas quand l'enfant dort
- ♦ La carie se présente sous la forme d'une zone blanche, brune ou décolorée sur les dents, très souvent le long des gencives
- ♦ Vérifiez aussi l'**arrière** des dents supérieures avant (vous pouvez utiliser un miroir buccal à main offerte dans la plupart des pharmacies)



Carie située tout au long de la gencive
www.calgaryhealthregion.ca/hecomm/oral/liftlip.htm



Projet « Sourire en santé, enfant heureux »
Manitoba 2007. Révisé en Mai 2014.