



Ordre des  
**hygiénistes dentaires**  
du Québec

# La prévention au 1<sup>er</sup> rang pour vos petits et grands!

Conseils et astuces  
buccodentaires  
de votre **hygiéniste dentaire**  
pour les 0 à 9 ans

Le Top **20**  
des conseils  
et astuces!



# La santé buccodentaire, c'est beaucoup plus qu'un beau sourire et ça commence dès la naissance!

Une bonne santé buccodentaire peut permettre aussi à votre enfant d'avoir :

- Une forme et un développement harmonieux du visage;
- Une alimentation variée comme recommandée, en pouvant bien mastiquer;
- Un développement du langage optimal;
- Une croissance adéquate;
- Une bonne estime de soi.

**Votre hygiéniste dentaire et la présente brochure peuvent vous aider à donner encore plus à votre enfant qu'un beau sourire!**

Celle-ci renferme de précieux conseils et astuces sur :

- L'éruption des dents;
- L'alimentation;
- L'hygiène buccodentaire;
- Les visites avec l'hygiéniste dentaire;
- La prévention;
- Vos interrogations.

**De plus, vous y trouverez *Le Top 20* des conseils et astuces de votre hygiéniste dentaire pour votre enfant!**



À tout âge,

la santé buccodentaire  
a un impact sur  
la santé générale!



# Le développement et l'éruption des dents : c'est captivant!

Les vingt dents primaires (appelées aussi dents de bébé ou de lait) se forment principalement pendant la grossesse. À la naissance, elles sont partiellement formées et calcifiées sous la gencive. L'éruption débute vers l'âge de six mois, parfois avant ou quelques mois plus tard. Cette étape passe inaperçue pour certains enfants mais pour d'autres, elle entraîne :

- Malaises
- Refus de s'alimenter
- Douleurs
- Fièvre occasionnelle

**Les bourgeons des premières dents sont sous la gencive dès la naissance.**

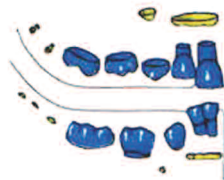


Durant cette période, les enfants salivent abondamment et portent leur poing à la bouche. Les symptômes peuvent s'accompagner de :

- Pleurs
- Plaques rouges sur le visage
- Diarrhée
- Érythème fessier
- Écoulement nasal

Selon l'ampleur de la fièvre et de la diarrhée, il peut être indiqué de communiquer avec le médecin ou Info-Santé car ces malaises peuvent être causés par un problème de santé autre que la poussée des dents.

**Vers l'âge de 6 mois, les dents primaires amorcent leur éruption et les dents permanentes (dents d'adulte) commencent à se former sous la gencive.**



# Conseils et astuces

## concernant l'éruption des dents

### Il a besoin d'être soulagé?

- Donnez-lui un anneau de dentition, réfrigéré mais jamais congelé, fabriqué par une compagnie reconnue ou une débarbouillette propre, humide et fraîche.
- Faites un léger mouvement circulaire sur sa gencive à l'aide d'une petite brosse à dents aux soies souples.
- Frottez ou massez ses gencives avec un doigt propre.
- Communiquez avec Info-Santé, si bébé souffre trop.

### Il faut surtout éviter :

- Les sirops et biscuits de dentition. Ils n'ont pas l'effet calmant escompté et contiennent du sucre.
- Les gels qui engourdissent la gencive. Ils risquent d'être avalés et de causer des engourdissements de la gorge ou de nuire à la déglutition (réflexe d'aval) et à la digestion.
- Les carottes et céleris crus car ils présentent des risques d'étouffement.
- Les colliers « de dentition ». Santé Canada a émis il y a quelques années un avis les déconseillant, afin de réduire les risques de suffocation et de strangulation.

### Est-ce normal si un kyste se forme lorsqu'une dent pousse?

Juste avant qu'une dent perce, il arrive qu'un kyste ou une bulle bleue se forme sur la gencive. D'habitude, aucun traitement n'est requis mais si la dent tarde à percer et que le kyste devient plus volumineux et douloureux, il faut consulter le dentiste.

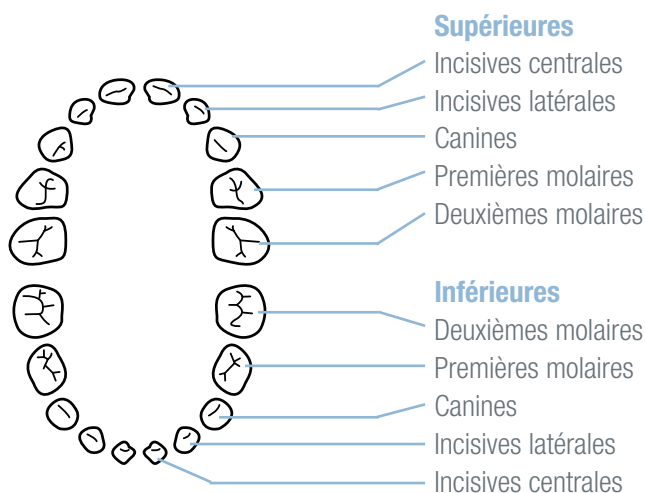
### Que faire si une dent permanente pousse et que la dent primaire qu'elle doit remplacer n'est pas tombée?

La dent primaire bouge lorsque sa racine s'est résorbée par la venue de la dent permanente qui la remplace. Attendez et observez. Après quelques jours, vous pouvez demander à votre enfant de faire bouger la dent avec sa langue, une compresse ou un mouchoir. Une fois la dent primaire tombée, la dent permanente prendra sa place. Si la dent primaire ne bouge pas et que 2/3 de la dent permanente est sorti, consultez le dentiste.



# Voici la séquence habituelle d'éruption et chute des dents primaires

Elle peut toutefois varier d'un enfant à l'autre.



## Dents de lait

### Supérieures

Incisives centrales  
 Incisives latérales  
 Canines  
 Premières molaires  
 Deuxièmes molaires

### Éruption (âge en mois)

entre 7 et 12  
 entre 9 et 13  
 entre 16 et 22  
 entre 13 et 19  
 entre 25 et 33

### Chute (âge en années)

entre 6 et 8  
 entre 7 et 8  
 entre 10 et 12  
 entre 9 et 11  
 entre 10 et 12

### Inférieures

Deuxièmes molaires  
 Premières molaires  
 Canines  
 Incisives latérales  
 Incisives centrales

entre 20 et 31  
 entre 12 et 18  
 entre 16 et 23  
 entre 7 et 16  
 entre 6 et 10

entre 10 et 12  
 entre 9 et 11  
 entre 9 et 12  
 entre 7 et 8  
 entre 6 et 8

# Conseils et astuces

## à propos de l'alimentation

### Dès la naissance



- L'allaitement maternel constitue le choix par excellence. Le lait maternel contient tous les nutriments nécessaires au développement de votre enfant et les bienfaits qu'il procure à son système immunitaire et au bon développement des muscles et des os de son visage sont reconnus. Pour de plus amples renseignements à ce propos, ou au besoin pour le choix de tétines ou de sucettes, consultez la publication de l'Institut national de santé publique du Québec (INSPQ) : *Mieux vivre avec notre enfant de la grossesse à deux ans*.
- Évitez de coucher votre bébé avec un biberon. Ceci aide à prévenir la carie et l'otite.

### À partir de 6 mois

- Introduisez le gobelet d'apprentissage pour lui faire boire de l'eau ou du lait.
- Pour apaiser la soif, donnez-lui régulièrement de l'eau.
- Évitez les boissons sucrées et les jus car ils favorisent un milieu acide propice à la carie et à l'usure des dents par érosion.

### À 1 an

- Entre 12 et 14 mois, cessez graduellement l'utilisation du biberon.
- Comme le verre à bec est uniquement un verre de transition, à utiliser pendant quelques mois seulement, commencez progressivement à lui faire boire les liquides dans une tasse ordinaire.

### Après 1 an et pour tous les groupes d'âge

- Les fruits et légumes frais ainsi que certains fromages constituent d'excellentes collations.
- Évitez les collations sucrées et collantes entre les repas. Si elles sont consommées, il est préférable que ce soit à la fin d'un repas car la salive plus abondante neutralise les bactéries de la carie.



# Conseils et astuces

## concernant l'hygiène buccodentaire

### Avant la naissance

Les parents devraient s'assurer d'avoir eux-mêmes une bonne santé buccodentaire. Entre autres, de nombreuses études révèlent que les toxines présentes lors d'une maladie parodontale (gencives et os supportant la dent) occasionnent les risques de naissance prématurée et de bébé de faible poids à la naissance. Ces enfants ont une plus faible résistance aux infections et ont plus souvent des anomalies de naissance ou de développement.

### De la naissance à 6 mois

- Nettoyez les gencives de votre bébé deux fois par jour avec une petite débarbouillette propre et humide.
- Prévenez la transmission des bactéries pouvant causer la carie en évitant le partage d'objets tels une cuillère, la tétine du biberon, un jouet ou une sucette.

### À partir de 6 mois



Dès l'apparition de la première dent, vous pouvez commencer l'utilisation d'une brosse à dents douce, conçue pour les bébés, avec un soupçon de dentifrice. Brossez au moins une fois par jour et idéalement au coucher. Voici des suggestions de position :

- Adossez l'enfant contre vous;
- Couchez-le sur une surface plane;
- Déposez sa tête sur vos genoux.

### De 1 à 3 ans



- Brossez ses dents au moins deux fois par jour, à l'aide d'une petite brosse aux soies souples.
- Utilisez un dentifrice au fluorure reconnu à saveur pour enfants.
- Encouragez-le à tenir la brosse et faire lui-même des mouvements de brossage car il cherche à imiter. Il faut tout de même toujours finir son brossage.
- Le brossage devrait suivre aussi chaque repas et chaque collation sucrée ou collante.
- La brosse ne peut nettoyer convenablement l'endroit où deux de ses dents sont en contact et la carie peut s'y développer. Il faut donc lui passer la soie dentaire une fois par jour entre les dents qui se touchent.
- La sucette devrait être utilisée uniquement pour les siestes et le coucher.

### Quelle quantité de dentifrice au fluorure est requise pour mon enfant?

Dès l'éruption de la première dent : un soupçon ou effleurement, aussi mince qu'une feuille de papier.

À partir d'un an : la quantité ne doit pas dépasser la grosseur d'un grain de riz.

À partir de trois ans : la quantité ressemble à la grosseur d'un petit pois.



## À 3 et 4 ans



- Laissez-le brosser seul puis terminez la tâche, afin de vous assurer que toutes les dents sont bien nettoyées.
- Instaurez une méthode de motivation pour le brossage, si requis. Voici quelques exemples :
  - Soyez un modèle en vous brossant les dents en même temps;
  - Faites le brossage le temps d'une chanson facile à fredonner;
  - Utilisez une minuterie ou un sablier de deux minutes;
  - Instaurez un calendrier de brossage avec autocollants.
- Passez-lui la soie dentaire une fois par jour entre les dents qui se touchent. Les porte-fils dentaires peuvent être utiles.



## De 5 à 9 ans

- Aux alentours de 6 ans, les 4 premières molaires permanentes qui poussent derrière les molaires primaires (aux 4 coins de sa bouche) demandent beaucoup d'attention lors du brossage. Elles sont des dents « clés » pour sa dentition d'adulte. Il a maintenant 24 dents au lieu de 20!
- Aidez-le à s'initier à la technique de soie dentaire et à développer son autonomie. Votre enfant aura besoin de votre aide jusqu'à ce qu'il ait l'habileté requise. Plus tôt il commencera, meilleure sera sa dextérité et plus rapidement cette excellente habitude, essentielle à la santé dentaire, fera partie de sa routine quotidienne.
- Intégrez le brossage de la langue à l'hygiène buccodentaire quotidienne.

## Pour tous les groupes d'âge

- Comme la plupart des médicaments pour enfants contiennent beaucoup de sucre, on suggère de rincer la bouche et de nettoyer les dents après leur ingestion.
- Lavez-vous les mains avant et après le brossage des dents.
- Remplacez la brosse au moins tous les trois mois ou dès que les soies sont courbées ou aplaties par l'usure.
- Rincez bien la brosse après usage et assurez-vous qu'elle sèche à l'air libre, sans en toucher d'autres.
- Comme des microorganismes peuvent se loger au fond de la brosse, entre les soies et à la base de celles-ci, la brosse à dents devenue contaminée doit également être changée après une forte fièvre ou une maladie contagieuse.
- Aidez votre enfant pour son brossage puisqu'il n'aura la dextérité requise que vers l'âge de 6 et parfois même 8 ans! La supervision d'un parent est aussi requise afin de s'assurer que l'enfant n'avale pas de dentifrice.
- Tous les produits fluorés (dentifrices, rince-bouche et gels) doivent être placés hors de la portée des enfants.

# Conseils et astuces

pour les visites essentielles avec l'hygiéniste dentaire!

## De la naissance à 1 an

Faites-lui sortir la langue afin de vérifier si elle est bien mobile. Certains enfants ont un frein très fort sous la langue qui nuit à leur apprentissage nutritif ou vocal. Au besoin, parlez-en avec votre hygiéniste dentaire, dentiste ou médecin.

## De 1 à 3 ans

Vers l'âge d'un an, soit environ six mois après l'éruption de la première dent, une visite est conseillée :

- Pour évaluer le développement de sa bouche et de ses dents;
- Pour vérifier ses habitudes buccales comme la respiration, la façon d'avaler ou de prononcer;
- Pour évaluer sa susceptibilité à la carie;
- Pour déterminer la fréquence des prochaines visites;
- Pour vous renseigner sur les soins buccodentaires quotidiens.

## À 3 et 4 ans

- Il faut poursuivre les visites tous les six ou douze mois, selon la fréquence établie pour ses besoins. Préférez un rendez-vous le matin car il est à ce moment bien reposé. Les livres d'histoire et jeux de rôle peuvent aider à le préparer.
- Les visites de prévention se composent principalement :
  - D'un nettoyage des dents;
  - D'une application professionnelle de fluorure (en gel ou vernis);
  - Des conseils personnalisés de l'hygiéniste dentaire;
  - De la planification des traitements requis suite au diagnostic du dentiste.

## Pour tous les groupes d'âge

- Amenez-le sans délai si vous soupçonnez un problème ou qu'un accident survient, telle une dent cassée ou tombée suite à une chute ou un coup.
- Des radiographies peuvent être requises afin de :
  - Déceler tôt les caries non visibles à l'œil nu et qui se forment entre deux dents en contact;
  - Vérifier si une carie a atteint le nerf de la dent et causé un abcès;
  - Voir s'il y a des absences de dents;
  - Surveiller le développement et la position des dents permanentes;
  - Évaluer si les dents permanentes auront assez de place dans sa bouche.

# Conseils et astuces

## de prévention pour votre enfant

### Le scellement des puits et fissures : bien sûr!

Les crevasses des surfaces masticatrices emprisonnent facilement les débris d'aliments et les bactéries, favorisant ainsi la carie. Dès que les premières molaires permanentes poussent (vers 6 ans), et selon leur forme, le scellement peut être conseillé. Facilement appliqué, sans anesthésie, il comble les creux et sillons. Combiné à une bonne hygiène dentaire, il prévient la carie des surfaces masticatrices. Il peut aussi être indiqué pour :

- Les deuxièmes molaires permanentes qui poussent vers 12 ans;
- Les molaires primaires qui chutent seulement vers 10 ou 12 ans;
- Les prémolaires permanentes qui remplaceront les molaires primaires.



### Le protecteur buccal : tout à fait génial!

Le protecteur buccal est recommandé pour les sports présentant un risque de chute ou de coup et est conçu sur mesure en cabinet dentaire à partir d'une empreinte des dents. Ainsi, il :

- Réduit les risques de commotion cérébrale;
- Réduit les risques de fracture de la mâchoire ou des dents;
- Diminue la gravité des blessures aux muqueuses de la bouche;
- Est confortable et tient bien en bouche.



### Les fluorures et ce qu'ils procurent!

Composantes naturelles des dents et des os comme le calcium, les fluorures de surface agissent principalement après l'éruption de la dent. Leur apport constant en petite quantité et directement sur la dent est bénéfique. Ils aident principalement à prévenir la carie dentaire :

- En arrêtant l'activité des bactéries et le processus de décalcification;
- En favorisant la reminéralisation de l'émail.

Comme l'alimentation fournit peu de fluorures pour combler les besoins quotidiens, les autres sources possibles sont :

- L'eau potable : 3 % des Québécois bénéficient d'eau fluorée;
- L'eau embouteillée : on doit consulter l'étiquette pour connaître sa teneur en fluorure;
- Les dentifrices arborant le logo de l'Association dentaire canadienne;
- Les applications professionnelles de fluorure deux fois par année ou plus;
- Les rince-bouche et gel fluorés thérapeutiques qui peuvent être une mesure préventive supplémentaire mais ne doivent être utilisés qu'à partir de 6 ans et seulement sur recommandation d'un professionnel de la santé;
- Les suppléments fluorurés, que le professionnel peut aussi recommander à l'occasion.



Bien qu'ils confèrent plusieurs bénéfices, les fluorures ont aussi des limites. La prévention de la carie doit aussi inclure une bonne hygiène buccodentaire et une alimentation saine.

# Conseils et astuces

## pour vos interrogations

### **Jusqu'à quel âge la succion du pouce est-elle acceptable?**

Elle est normale chez les bébés mais doit cesser graduellement dès l'âge de 2 ou 3 ans, afin de prévenir les mauvais positionnements des dents d'adulte et des mâchoires. L'effet néfaste de la succion du pouce qui perdure dépend de sa fréquence, sa durée et son intensité. Votre hygiéniste dentaire et votre dentiste vous aideront à trouver des solutions pour qu'il cesse idéalement avant 5 ans. Si l'habitude persiste après la poussée des dents permanentes, il faut trouver une solution rapidement.

### **Quelle est l'importance de préserver une dent primaire jusqu'à ce que la dent permanente pousse?**

Les dents primaires sont comme des « gardiens »! Elles terminent leur éruption vers 2 ans et sont en bouche jusqu'à l'âge de 11 ou 12 ans. Elles préparent et préservent l'emplacement des dents permanentes, jusqu'à leur éruption (entre 6 et 13 ans).

Si l'enfant perd une dent de lait trop tôt, à cause de la carie ou à la suite d'un choc :

- Les autres dents peuvent se déplacer;
- L'espace prévu pour la dent permanente rétrécit;
- La dent permanente risque de pousser en angle (de travers);
- Un chevauchement des dents adultes peut en résulter.

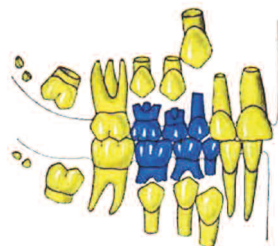
Une carie non traitée peut :

- Causer un abcès douloureux;
- L'infection peut s'étendre au bourgeon de la dent permanente (en préparation sous la gencive) et lui causer des malformations.

La perte précoce des dents de bébé peut aussi affecter :

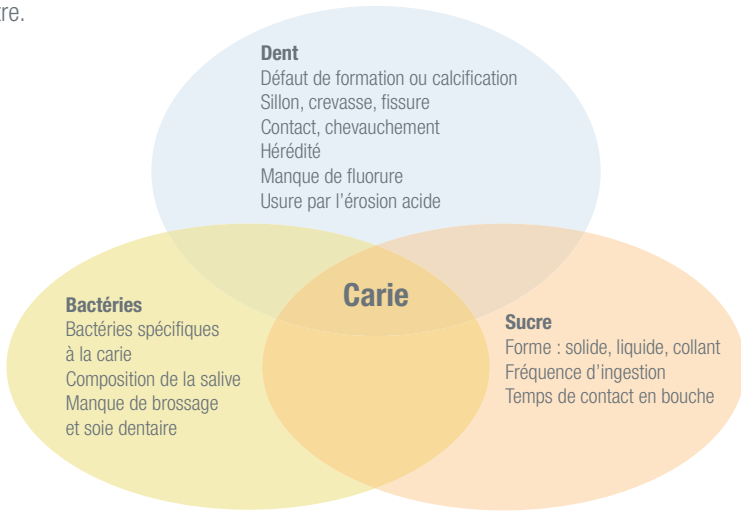
- Le langage (prononciation);
- La déglutition (façon d'avalier);
- Le développement du palais et des mâchoires;
- La capacité à mastiquer et bien s'alimenter, nuisant ainsi à la croissance;
- L'estime de soi.

**Vers l'âge de 9 ans, votre enfant a une dentition mixte :  
12 dents primaires et  
12 dents permanentes  
sont en bouche.**



## Pourquoi certains enfants ont-ils beaucoup de caries et d'autres pas?

La carie est multifactorielle et résulte d'une combinaison de facteurs pouvant varier d'un enfant à l'autre.



Bien qu'elle puisse être évitable si on agit sur les bons facteurs, la carie dentaire demeure la maladie infectieuse, chronique et transmissible (par la salive) la plus répandue chez nos enfants.

### Qu'est-ce que la carie de la petite enfance?

Elle affecte les enfants de moins de 5 ans et sa progression peut être foudroyante. Elle cause souvent des douleurs au froid, à la mastication ou de façon spontanée pendant la nuit.

Elle peut se développer chez l'enfant :

- Dont l'hygiène buccodentaire est insuffisante;
- Qui dort en ayant à sa bouche un biberon ou un gobelet d'apprentissage contenant du jus, du lait ou une boisson sucrée;
- Dont l'alimentation est riche en sucres;
- Dont l'histoire familiale révèle une grande susceptibilité à la carie;
- Qui tète une sucette trempée dans un produit sucré.

**Une fois par mois, vérifiez l'apparence de l'émail des dents en soulevant la lèvre de votre enfant. Les premiers signes de carie peuvent être un émail terne ou des taches blanches et crayeuses ou brunâtres. L'atteinte par la carie suit habituellement l'ordre suivant :**

- **Incives supérieures, près de la gencive ou entre les dents;**
- **Canines;**
- **Molaires.**

**Comme ce type de carie progresse rapidement, il faut consulter le professionnel dentaire dès que possible.**



## **Que faire si mon enfant se mord la langue ou la lèvre?**

- Nettoyez doucement avec un linge propre et sec;
- Faites une pression directement sur la plaie, afin d'arrêter le saignement;
- Prévenez l'enflure en appliquant une débarbouillette d'eau très froide;
- Amenez-le à l'urgence si la morsure semble profonde ou que le saignement continue car des points de suture peuvent être requis.

## **Est-ce normal qu'un enfant grince des dents?**

Le grincement (bruxisme) chez les tout jeunes enfants disparaît habituellement avec l'éruption des dents permanentes. On suggère de permettre à l'enfant de se relaxer et favoriser le calme et une certaine routine. Parlez-en avec le professionnel dentaire car dans certains cas, on peut proposer un protecteur buccal.

## **Est-ce qu'une dent primaire ou permanente cassée peut être réparée?**

La plupart du temps oui : il faut consulter le dentiste.

## **Mon enfant est tombé et sa dent est totalement délogée. Que faire?**

- Rincez rapidement la dent sous l'eau et essayez de la remettre en place en évitant de toucher la racine;
- Si vous ne pouvez la remettre en place, placez-la dans du lait froid;
- Faites-lui rincer la bouche avec de l'eau puis mordre dans un tampon d'ouate;
- Amenez-le rapidement chez le dentiste ou à l'urgence et apportez la dent.

## **Pourquoi une dent primaire devient-elle parfois grise?**

Un choc cause un saignement à l'intérieur de la dent, lui donnant une couleur grise après quelque temps. Il faut consulter le dentiste car la dent grise doit idéalement rester en place jusqu'à ce que la dent permanente pousse.

## **La brosse à dents électrique pour enfants a-t-elle des avantages?**

Il est possible d'avoir une excellente hygiène buccodentaire grâce à l'utilisation régulière de la brosse manuelle et de la soie dentaire. Toutefois, la brosse électrique pour enfants peut faciliter l'hygiène dentaire et aider à la motivation.

Elle est plus petite que la brosse pour adulte et a des soies plus courtes. Les modèles ayant quelques soies légèrement plus longues permettent de nettoyer plus facilement les crevasses et fissures de la surface masticatrice, là où la carie risque de se développer.



La supervision d'un parent demeure essentielle et la tête de la brosse doit être remplacée aussi souvent que le serait une brosse manuelle.

# Enfin, voici **Le Top 20** des conseils et astuces de votre hygiéniste dentaire pour votre enfant!

- 1 - Évitez de lui transmettre les bactéries causant la carie. Elles sont absentes de la bouche d'un nouveau-né et lui sont transmises entre autres par le partage de sucette, cuillère ou brosse.
- 2 - Évitez de coucher votre bébé avec un biberon.
- 3 - Nettoyez ses gencives au moins deux fois par jour avec une petite débarbouillette propre et humide.
- 4 - Dès l'apparition de la première dent, commencez l'utilisation d'une brosse à dents pour bébé douce, deux fois par jour.
- 5 - Nettoyez sa bouche après la prise d'un médicament ou d'un sirop contenant du sucre.
- 6 - Supervisez les brossages et insistez sur celui du soir. La production de salive est moindre pendant le sommeil et son effet protecteur en est ainsi diminué.
- 7 - Donnez-lui un dentifrice au fluorure reconnu à saveur pour enfant.
- 8 - Utilisez une brosse aux soies souples, dont la taille est adaptée à la grandeur de sa bouche et changez-la au moins tous les trois mois. Comme des microorganismes peuvent se loger au fond de la brosse, entre les soies et à la base de celles-ci, la brosse à dents devenue contaminée doit également être changée après une forte fièvre ou une maladie contagieuse.
- 9 - Une fois par mois, vérifiez ses dents en soulevant sa lèvre, afin de déceler les taches blanches ou brunâtres pouvant être des premiers signes de carie.
- 10 - Dès que deux dents se touchent, utilisez la soie dentaire une fois par jour car la brosse n'atteint pas ces contacts où la carie risque de se développer.
- 11 - Les visites avec l'hygiéniste dentaire devraient débiter vers l'âge d'un an et se poursuivre ensuite tous les six ou douze mois, selon la fréquence établie pour ses besoins. Consultez toutefois rapidement en cas de douleur ou autre inquiétude.
- 12 - Préservez ses dents de lait car elles préparent l'emplacement de ses dents d'adulte jusqu'à leur éruption qui s'échelonne entre 6 et 13 ans.
- 13 - Portez attention à ses 4 premières molaires d'adulte qui poussent vers 6 ans. Elles sont des dents « clés » pour sa dentition permanente.
- 14 - Limitez la quantité de jus car en plus de contenir du sucre, son acidité entraîne l'usure irréversible de l'émail par érosion.
- 15 - Privilégiez les fruits et légumes frais, ainsi que le fromage comme collation. Riche en calcium, cet aliment protecteur aide à prévenir la carie en diminuant l'acidité de la salive et en ralentissant l'activité des bactéries.
- 16 - Assurez-vous qu'il consomme chaque jour suffisamment de produits laitiers.
- 17 - S'il ne peut brosser après un repas ou une collation sucrée, faites-lui rincer la bouche avec de l'eau, offrez-lui un fruit ou un légume croquant ou donnez-lui un morceau de fromage à pâte ferme comme du cheddar.
- 18 - Informez votre hygiéniste dentaire de ses diverses habitudes comme la succion du pouce, sa façon d'avaler et de prononcer ou s'il respire par la bouche.
- 19 - Faites protéger ses dents de la carie avec des agents de scellement.
- 20 - Prévenez entre autres les bris de dents durant les activités sportives grâce au protecteur buccal.



## Votre hygiéniste dentaire est votre complice d'une bonne santé buccodentaire!

**Les hygiénistes dentaires sont convaincus de l'importance d'une bonne santé buccodentaire pour la santé et le développement de votre enfant. Ces spécialistes de la prévention sont toujours prêts à vous aider :**

- En dépistant les maladies buccodentaires;
- En vous enseignant des principes de l'hygiène buccale et en donnant des conseils personnalisés;
- En élaborant des programmes préventifs;
- En utilisant des méthodes scientifiques de contrôle et de prévention des affections buccodentaires comme le polissage et l'application de fluorure ou de scellants des puits et fissures.
- En posant des actes de médecine dentaire autorisés, tels que les radiographies, le détartrage et l'insertion de matériaux obturateurs.

Plus de 5 200 hygiénistes dentaires exercent la profession au Québec. Pour que votre enfant bénéficie d'une bonne santé buccodentaire, essentielle à sa santé et son développement, leurs conseils et soins vous sont précieux!

[www.ohdq.com](http://www.ohdq.com)



Ordre des  
**hygiénistes dentaires**  
du Québec