Prendre soin des dents de mon enfant, ça commence dès maintenant !

Avec une alimentation adaptée à son âge (0-6 ans)

Dès que mon enfant a diversifié son alimentation - à partir de 6 mois :

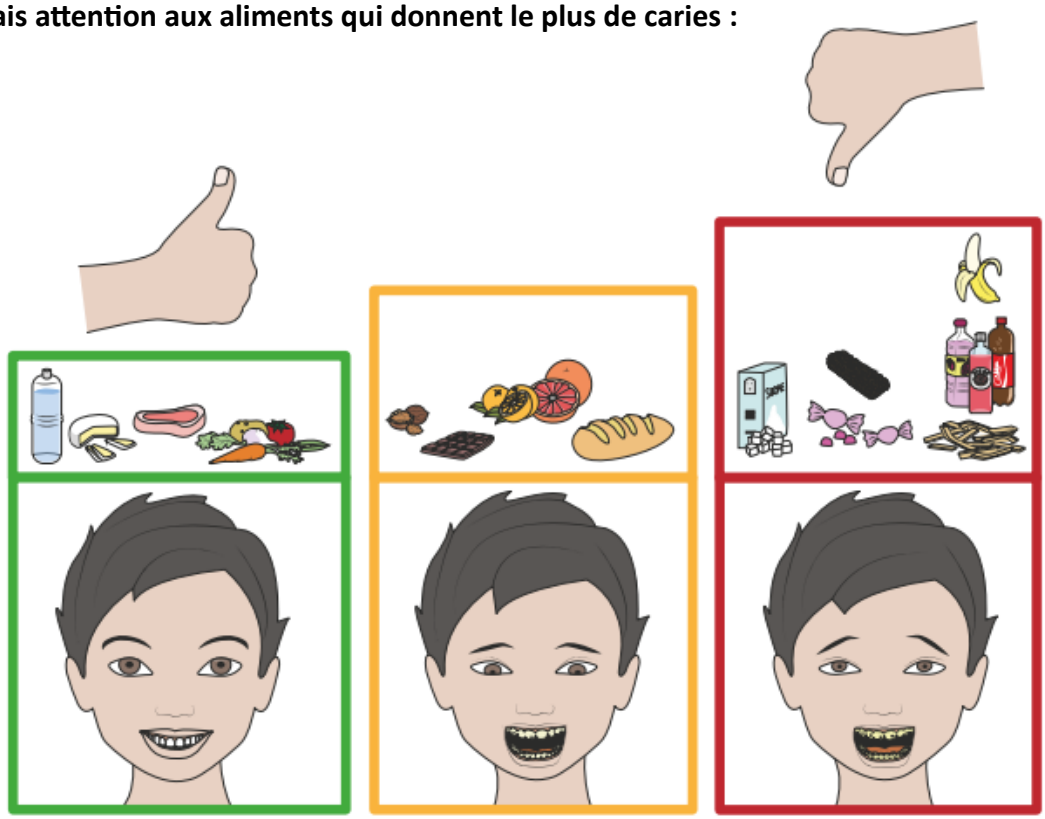
• Je lui propose à manger à heures régulières.
J'évite au maximum de donner à manger à mon enfant en dehors des repas.

• Je privilégie les fruits, les légumes, les féculents.

• Je cuisine sans sel.

• J'évite les aliments gras, sucrés et salés (comme les gâteaux, les bonbons, les biscuits apéritifs, les chips…).

Je fais attention aux aliments qui donnent le plus de caries :



Support d'échanges à destination des parents et de l'entourage proche des 0-6 ans au cabinet dentaire proposé par l'URPS CD NA

Illustrations : https://santebd.org/

Prendre soin des dents de mon enfant, ça commence dès maintenant !

Avec une alimentation adaptée à son âge (0-6 ans)

Attention aux choix des boissons !

Pendant et en dehors des repas, **l'eau est la seule boisson à proposer.**

Un enfant ne doit jamais s'endormir avec du lait ou d'autres boissons sucrées, sinon il risque beaucoup plus d'avoir des caries.

Attention aux boissons :

avec un goût sucré :

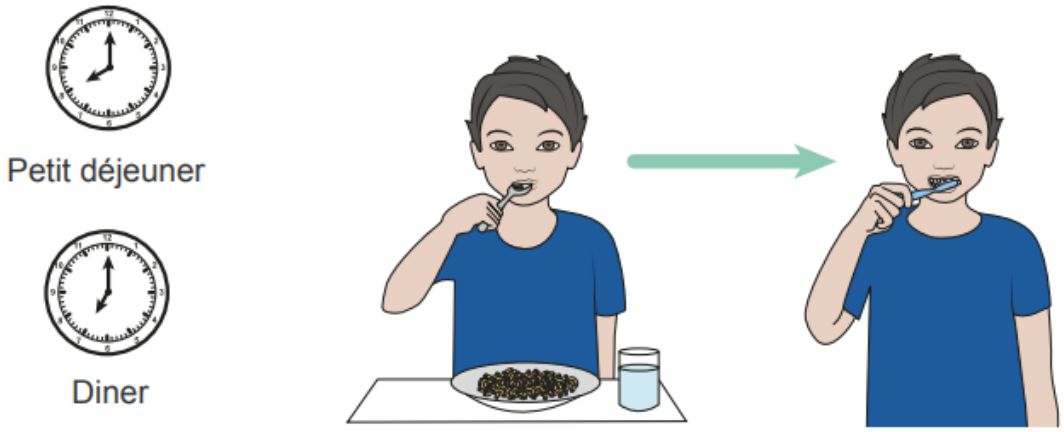
sodas et jus de fruit.

avec un goût acide :

jus de fruits et jus de citron.

Prendre soin des dents de mon enfant, c'est aussi veiller le plus tôt possible au brossage des dents.

2 fois par jour, après les repas



Support d'échanges à destination des parents et de l'entourage proche des 0-6 ans au cabinet dentaire proposé par l'URPS CD NA

Illustrations : https://santebd.org/