

CONSEILS DE
PRÉVENTION
DENTAIRE

0-5 ANS

OUTIL POUR
LES INTERVENANTS



INTERVENTIONS SELON L'ÂGE

Cet outil résume les conseils les plus importants pour réduire la carie dentaire lors de la petite enfance

Naissance

2 mois

4 mois

6 mois

12 mois

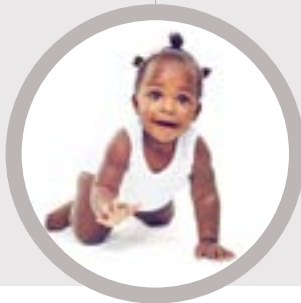
18 mois

24 mois

36 mois

60 mois

Annexes



NAISSANCE - 2 MOIS

Menu



Hygiène des gencives

À l'aide d'un linge **humide** et **propre** enroulé autour du doigt, nettoyer délicatement les gencives et l'intérieur de la bouche chaque jour.



Allaitement

L'allaitement favorise un bon développement du visage et de la bouche.



Biberon et sucette

Si le biberon est utilisé :

Ne pas laisser l'enfant dormir avec un biberon.

Si la sucette est utilisée :

Ne pas tremper la sucette dans le sucre (par exemple : sirop de maïs).

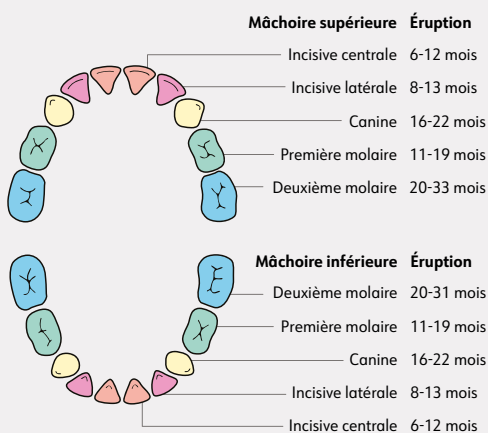
[Page précédente](#)

[Page suivante](#)



Poussée des dents

Les dents poussent habituellement vers l'âge de 6 mois. Ne soyez pas inquiet s'il y a un retard. Les premières dents peuvent parfois percer après 12 mois.



Les malaises possibles :

Joues rouges, irritation autour de la bouche et sur le visage, gencives enflées et rouges, tempérament maussade, mordillement, refus de la nourriture, salivation plus abondante.

Ne pas associer trop rapidement la fièvre, la diarrhée ou les fesses rouges à la poussée des dents. Même si ces symptômes coïncident avec cette dernière, ils sont souvent attribuables à une autre cause.

Pour soulager les malaises :

- Masser la gencive avec un doigt propre.
- Offrir une débarbouillette propre, humide et froide à mordiller.
- Offrir un anneau de dentition (sans PVC) certifié par Santé Canada. L'anneau peut être réfrigéré. Ne jamais le congeler.
- Donner de l'acétaminophène au besoin.



Brossage des dents

La quantité de dentifrice recommandée pour les enfants de moins de 3 ans correspond à un grain de riz.

Commencer le brossage dès l'apparition de la première dent.

- Utiliser un dentifrice fluoré.
- Brosser au moins deux fois par jour.
- Ne pas rincer la bouche après le brossage.
- Cette quantité de dentifrice est sécuritaire pour la santé même si elle est avalée.



Technique «Soulève la lèvre»

C'est une bonne idée de montrer au parent comment pratiquer le «Soulève la lèvre» pour qu'il puisse le faire à la maison tous les mois (entre chacune de vos visites).



Dents saines :
Félicitations !



Lignes blanches près des gencives :
Améliorer le brossage avec un dentifrice fluoré.



Taches brunes ou trous sur la dent :
Voir un dentiste rapidement.

Credits photo Technique «Soulève la lèvre»: © Centre intégré de santé et de services sociaux de Chaudière-Appalaches.



Biberon et sucette

Si le biberon est utilisé :

- Ne pas laisser l'enfant dormir avec un biberon.
- Ne pas donner de jus à l'enfant.

Si la sucette est utilisée :

Ne pas tremper la sucette dans le sucre (par exemple : sirop de maïs).

[Page précédente](#)

[Page suivante](#)



Premier examen chez le dentiste

Premier examen dentaire à 1 an.

L'examen et les réparations (plombages) sont **gratuits** pour les enfants de 9 ans et moins (RAMQ).

→ Voir [Annexes](#) : Couverture des soins dentaires.



Brossage des dents

La quantité de dentifrice recommandée pour les enfants de moins de 3 ans correspond à un grain de riz.

Commencer le brossage dès l'apparition de la première dent.

- Utiliser un dentifrice fluoré.
- Brosser au moins deux fois par jour.
- Ne pas rincer la bouche après le brossage.
- Cette quantité de dentifrice est sécuritaire pour la santé même si elle est avalée.



Technique «Soulève la lèvre»

C'est une bonne idée de montrer au parent comment pratiquer le «Soulève la lèvre» pour qu'il puisse le faire à la maison tous les mois (entre chacune de vos visites).



Dents saines :
Félicitations !



Lignes blanches près des gencives :
Améliorer le brossage avec un dentifrice fluoré.



Taches brunes ou trous sur la dent :
Voir un dentiste rapidement.

Credits photo Technique «Soulève la lèvre» : © Centre intégré de santé et de services sociaux de Chaudière-Appalaches.



Bye-bye, biberon !

Il est recommandé d'**éliminer le biberon vers l'âge de 1 an.**

Commencer à utiliser un verre ou un gobelet sans couvercle avant l'âge de 12 mois.

Entre les repas, l'eau est la boisson de choix !



Collations

Préférer les collations faibles en sucre qui ne collent pas aux dents (par exemple : légumes et fruits frais, fromage, yogourt, lait, œuf, houmous, tartinade de tofu).

Si des aliments sucrés ou collants sont consommés, les servir au moment des repas et non en collation.

En tout temps, l'eau est la boisson de choix !



Examen annuel chez le dentiste

Premier examen dentaire à 1 an.

Si l'enfant n'a pas reçu d'examen dentaire au cours de la dernière année : référer l'enfant chez le dentiste pour son examen annuel.

L'examen et les réparations (plombages) sont **gratuits** pour les enfants de 9 ans et moins (RAMQ).

→ Voir [Annexes](#) : Couverture des soins dentaires.



Brossage des dents

La quantité de dentifrice recommandée pour les enfants de moins de 3 ans correspond à un grain de riz.

Commencer le brossage dès l'apparition de la première dent.

- Utiliser un dentifrice fluoré.
- Brosser au moins deux fois par jour.
- Ne pas rincer la bouche après le brossage.
- Cette quantité de dentifrice est sécuritaire pour la santé même si elle est avalée.



Collations

Préférer les collations faibles en sucre qui ne collent pas aux dents (par exemple : légumes et fruits frais, fromage, yogourt, lait, œuf, houmous, tartinade de tofu).

Si des aliments sucrés ou collants sont consommés, les servir au moment des repas et non en collation.

En tout temps, l'eau est la boisson de choix!



Technique «Soulève la lèvre»

C'est une bonne idée de montrer au parent comment pratiquer le «Soulève la lèvre» pour qu'il puisse le faire à la maison tous les mois (entre chacune de vos visites).



Dents saines :
Félicitations !



Lignes blanches près des gencives :
Améliorer le brossage avec un dentifrice fluoré.



Taches brunes ou trous sur la dent :
Voir un dentiste rapidement.



Premier examen chez le dentiste

Premier examen dentaire à 1 an.

Si l'enfant n'a pas reçu d'examen dentaire au cours de la dernière année : référer l'enfant chez le dentiste pour son examen annuel.

L'examen et les réparations (plombages) sont **gratuits** pour les enfants de 9 ans et moins (RAMQ).

→ Voir [Annexes](#) : Couverture des soins dentaires.



Brossage des dents

La quantité de dentifrice recommandée pour les enfants de 3 à 6 ans correspond à un petit pois.

Commencer le brossage dès l'apparition de la première dent.

- Utiliser un dentifrice fluoré.
- Brosser au moins deux fois par jour.
- Ne pas rincer la bouche après le brossage.

Cette quantité de dentifrice est sécuritaire pour la santé même si elle est avalée.



Collations

Préférer les collations faibles en sucre qui ne collent pas aux dents (par exemple : légumes et fruits frais, fromage, yogourt, lait, œuf, houmous, tartinade de tofu).

Si des aliments sucrés ou collants sont consommés, les servir au moment des repas et non en collation.

En tout temps, l'eau est la boisson de choix!



Technique «Soulève la lèvre»

C'est une bonne idée de montrer au parent comment pratiquer le «Soulève la lèvre» pour qu'il puisse le faire à la maison tous les mois (entre chacune de vos visites).



Dents saines :
Félicitations !



Lignes blanches près des gencives :
Améliorer le brossage avec un dentifrice fluoré.



Taches brunes ou trous sur la dent :
Voir un dentiste rapidement.

COUVERTURE DES SOINS DENTAIRES

Soins dentaires payés par la RAMQ* pour tous les enfants de 9 ans et moins	Soins dentaires non payés par la RAMQ* Vérifier si admissible à : 1. une assurance dentaire privée 2. un programme dentaire ministériel (consulter dentaccés.ca)
<ul style="list-style-type: none"> - Examens - Radiographies - Obturations - Couronnes - Extractions - Urgences - Traitements de canal 	<ul style="list-style-type: none"> - Nettoyages et détartrages - Applications de fluorure - Scellants dentaires - Mainteneurs d'espace - Traitements d'orthodontie - Etc.

* Régie de l'assurance maladie du Québec

→ Pour **trouver un dentiste**, [cliquez ici](#).

OUTILS GRATUITS

DÉPLIANT

« Je brosse mes dents avec l'aide de mes parents! »

Disponible pour commande sur le site du ministère de la Santé et des Services sociaux (MSSS): [cliquez ici](#) pour consulter la page.



DÉPLIANT

« Pour une bouche en santé, buvez de l'eau tous les jours. »

Disponible pour commande sur le site du ministère de la Santé et des Services sociaux (MSSS): [cliquez ici](#) pour consulter la page.



SITE INTERNET

« Guide des bonnes pratiques en prévention clinique »

Ce guide permet d'offrir un counseling adapté selon votre clientèle. [Cliquez ici](#) pour consulter la page.



Édition

La Direction des communications du ministère de la Santé et des Services sociaux

Le présent document s'adresse spécifiquement aux intervenants du réseau québécois de la santé et des services sociaux qui peuvent le consulter sur les sites suivants :

<http://intranetreseau.rtss.qc.ca> et www.msss.gouv.qc.ca, section **Publications**.

Il peut également être commandé à l'adresse diffusion@msss.gouv.qc.ca ou par la poste :

Ministère de la Santé et des Services sociaux
Direction des communications
Diffusion
1075, chemin Sainte-Foy, 2^e étage
Québec (Québec) G1S 2M1

Le genre masculin utilisé dans ce document désigne aussi bien les femmes que les hommes.

Dépôt légal
Bibliothèque et Archives nationales du Québec, 2024

ISBN : 978-2-550-98801-4 (version PDF)

Les photographies contenues dans cette publication ne servent qu'à illustrer les différents sujets abordés. Les personnes y apparaissant sont des figurants.

Tous droits réservés pour tous pays. La reproduction, par quelque procédé que ce soit, la traduction ou la diffusion de ce document, même partielles, sont interdites sans l'autorisation préalable des Publications du Québec. Cependant, la reproduction de ce document ou son utilisation à des fins personnelles, d'étude privée ou de recherche scientifique, mais non commerciales, sont permises à condition d'en mentionner la source.

© Gouvernement du Québec, 2024