

Prévention dentaire : des habitudes qui durent

FICHE PÉDAGOGIQUE



COMPRENDRE

Prévoir le matériel, le moment et une aide rend les gestes plus faciles à retrouver. Le suivi des habitudes n'est pas un diagnostic.

Comprendre	La motivation seule ne résout pas tous les obstacles.
Agir	Deux minutes au minimum matin et soir avec un dentifrice fluoré adapté et des gestes doux.
Transmettre	Choisir un rappel avec un proche ; accompagner l'enfant selon ses capacités.

AGIR ET TRANSMETTRE

Défi du foyer : chacun choisit un obstacle à lever cette semaine. Notre repère : _____. Question : après un oubli, faut-il frotter plus fort ? Non : reprendre les conseils élémentaires au prochain brossage.

Préparer la régularité sans culpabiliser. Une douleur ou un nouveau signe nécessite un avis dentaire, même si la routine est bien suivie.

Sources publiques : HCSP · Mesures universelles d'hygiène · NHS · Hygiène et suivi des enfants (anglais) · NIH / NIDDK · Construire des habitudes de santé (anglais)

Lire la [fiche conseil complète et ses autres sources](#) · Cette fiche ne remplace pas un avis médical ou dentaire.

LE REPÈRE ASSURMEYER

Matin et soir au minimum. Idéalement, un troisième brossage après le déjeuner ou le goûter si possible, avec douceur et un dentifrice fluoré adapté.

www.assurmeyer.fr

Prévenir mieux ensemble. Assurer moins cher chacun.
Sourire pour tous !

