

La salive, une protection naturelle

FICHE PÉDAGOGIQUE



COMPRENDRE

La salive humidifie, aide à nettoyer la bouche et apporte des minéraux utiles à l'émail. L'eau, des pauses entre les prises sucrées et le brossage fluoré soutiennent la prévention.

Comprendre	La salive aide les dents à retrouver un environnement favorable entre les prises alimentaires.
Agir	Préférer l'eau entre les repas. Conserver le brossage et le suivi chez le dentiste.
Transmettre	Expliquer à un proche pourquoi siroter une boisson sucrée toute la journée multiplie les expositions.

AGIR ET TRANSMETTRE

Défi : un adulte et un enfant préparent de l'eau pour une sortie. Expliquez pourquoi espacer les prises sucrées aide la protection salivaire. Question : la salive remplace-t-elle le brossage ? Non. Sécheresse persistante : en parler au dentiste ou au médecin, sans arrêter seul un traitement.

La salive aide à protéger les dents ; elle ne nettoie pas toutes leurs surfaces. Garder un brossage fluoré au minimum matin et soir et un suivi chez le dentiste.

Sources publiques : NIH / NIDCR · Salive et bouche sèche (anglais) · NIH / NIDCR · Sucres, salive et processus carieux (anglais) · HCSP · Mesures universelles d'hygiène

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

www.assurmeyer.fr

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

