



## Le brossage supervisé des dents avec un dentifrice fluoré en service de garde

Par Élise Bertrand, dentiste-conseil

### Pourquoi faire le brossage des dents en service de garde?

Le brossage des dents en service de garde renforce le rôle des parents en ajoutant un brossage à ceux déjà faits à la maison. À cet effet, dès ce printemps, une formation en ligne sur le brossage des dents avec un dentifrice fluoré sera offerte aux éducatrices et éducateurs en service de garde dans les Laurentides.

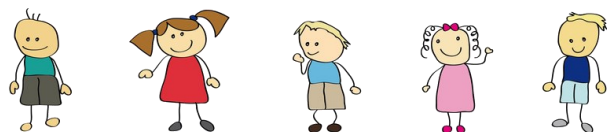
**Le brossage des dents avec un dentifrice fluoré doit être fait 2 fois par jour à la maison.**

Selon une étude récente de l'Institut national de santé publique du Québec, plus de la moitié des élèves de la 2<sup>e</sup> année du primaire ont déjà eu des caries. Les enfants ont donc des caries avant l'entrée à l'école, pendant la petite enfance. Heureusement, la carie peut être facilement évitée en brossant les dents des enfants avec un dentifrice fluoré.



designed by Freepik

### Quelles sont les conséquences de la carie dentaire sur les dents de bébé?



### Pourquoi utiliser un dentifrice fluoré?

Pour causer la carie, il faut 3 éléments :

1. Des dents, évidemment!
2. Des bactéries qui causent la carie.
3. Du sucre : quand on grignote des collations sucrées ou qu'on sirote une boisson sucrée, le sucre est présent plus longtemps dans la bouche. Attention! Le sucre n'est pas seulement présent dans les sucreries. On le retrouve aussi dans les fruits séchés, les jus de fruits naturels, les craquelins, etc.

Le fluor a une influence sur ces 3 éléments :

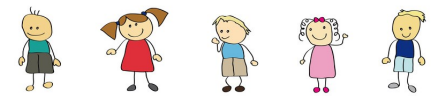
1. Il augmente la résistance des dents.
2. Il diminue le nombre de bactéries dans la bouche.
3. Il traite le début de carie : même si la dent a une petite carie, le fluor peut rendre la dent saine à nouveau.

### SAVIEZ-VOUS QUE...

- ❗ La carie n'est pas banale. On doit parfois endormir les enfants pour les traiter parce qu'ils sont trop jeunes pour collaborer.
- ❗ La carie est la première cause d'anesthésie générale chez les jeunes enfants au Canada.
- ❗ Le brossage des dents avec un dentifrice fluoré est l'une des mesures les plus efficaces contre la carie dentaire.
- ❗ C'est le fluor contenu dans le dentifrice et non le brossage seul qui permet de diminuer la carie.

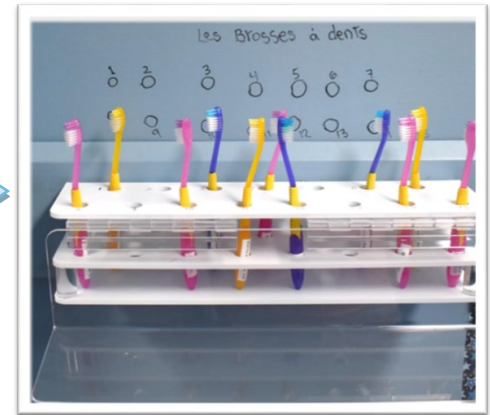


Designed by Brgfx / Freepik



## Comment se passe le brossage dans un service de garde?

1. Le service de garde vérifie si les parents sont d'accord pour que leur enfant participe au brossage.
2. Un porte-brosses à dents est utilisé pour que les brosses ne se touchent pas entre elles.
3. Le service de garde identifie chaque brosse à dents et chaque endroit sur le porte-brosses avec le nom de chacun des enfants. Cela évite la transmission d'infections.
4. Les enfants lavent leurs mains avant et après l'activité.
5. Les éducatrices ou éducateurs distribuent les brosses et le dentifrice :
  - a. de la grosseur d'un grain de riz pour les moins de 3 ans;
  - b. de la grosseur d'un petit pois pour les 3 à 6 ans.



Grain de riz : moins de 3 ans

Photos : Isabelle Fortin, dentiste-conseil, Centre intégré de santé et de services sociaux de Lanaudière.



Petit pois : de 3 à 6 ans

En tout temps, l'activité de brossage des dents est supervisée par une éducatrice ou un éducateur.

Des outils intéressants sont disponibles sur le site du ministère de la Santé et des Services sociaux :

- » Un [calendrier de brossage des dents](#)
- » Un [guide pour les parents](#)

## Faire analyser l'eau de son puits pour éviter les risques à la santé

Par Manon Paul, agente de planification, de programmation et de recherche

Afin de prévenir les maladies causées par la présence de microbes ou de contaminants chimiques dans l'eau potable, il est recommandé aux propriétaires de puits de faire analyser leur eau.

### Les analyses

Pour les **microbes**, bactéries, virus ou parasites, l'idéal est d'effectuer deux prélèvements par année :

- » Au printemps, après la fonte des neiges;
- » À l'automne, après de fortes pluies.

Pour les **contaminants chimiques** comme l'arsenic, le manganèse ou les nitrates/nitrites, il est recommandé de faire analyser l'eau au moins une fois en début d'utilisation du puits, que ce soit au démarrage ou lors de l'acquisition d'une nouvelle propriété.

### Un laboratoire accrédité

Pour s'assurer de la fiabilité des résultats, les analyses doivent être effectuées par un laboratoire accrédité. Pour obtenir la liste des laboratoires accrédités, consultez le site du ministère de l'Environnement et de la Lutte contre les changements climatiques au : <http://www.ceaeq.gouv.qc.ca/accreditation/pala/>

### En cas d'inondation

En cas d'inondation, on ne doit pas consommer l'eau du puits :

- » Si l'eau au robinet est claire et sans odeur, il faut la faire bouillir pendant une minute à gros bouillons avant de l'utiliser.
- » Si l'aspect de l'eau a changé, il ne faut pas la boire; il est alors important d'utiliser de l'eau d'une autre provenance, comme de l'eau embouteillée.

### Pour plus d'informations :

Prévenir les risques à la santé :

[http://www.santelaurentides.gouv.qc.ca/fileadmin/internet/cisss\\_laurentides/Sante\\_Publique/Environnement/Puits\\_privés/PUB\\_20\\_18-03-29\\_Fiche\\_puit\\_proprietaire1.pdf](http://www.santelaurentides.gouv.qc.ca/fileadmin/internet/cisss_laurentides/Sante_Publique/Environnement/Puits_privés/PUB_20_18-03-29_Fiche_puit_proprietaire1.pdf)

### Propriétaire de puits?

Prévenir les problèmes de santé  
Vérifier la qualité de votre eau potable

#### Le saviez-vous?

Votre eau peut être claire, sans odeur et agréable à boire, mais contenir des bactéries et des contaminants chimiques pouvant affecter votre santé. Certains traitements pour améliorer l'apparence de l'eau (exemple : adoucisseur, filtre au charbon actif, filtre au sable vert, etc.) n'éliminent pas les principaux risques à la santé.

La qualité de l'eau de mon puits :

<http://www.environnement.gouv.qc.ca/eau/potable/depliant/index.htm>