



ENFANT SANTÉ BUCCO- DENTAIRE

En collaboration avec le
Dr Ismaël BOUCHIBA

NOS RECOMMANDATIONS !



2 brossages / jour
matin et soir pendant 2 minutes



Utiliser un dentifrice fluoré



**Utiliser du fil dentaire
ou des brossettes**



**Privilégier une alimentation
variée et équilibrée**

À partir de 6 ans

La méthode B.R.O.S.



Brossez haut
et bas séparément



Rouleau ou
mouvement rotatif
pour brosser dents
et gencives du rose
vers le blanc



Oblique : on incline
la brosse à 45° sur
la gencive



Suivez un trajet
pour faire le tour de
toutes les dents sans
oublier le dessus

ufsbd www.ufsbd.fr

REMBOURSEMENT

Remboursement scellements de sillons à partir de
6 ans par la **CPAM** (avant l'âge de **14 ans**)

Sillons profonds

Sillons comblés et protégés



ADULTE


PRENEZ SOINS DE VOS DENTS !

En collaboration avec le
Dr Ismaël BOUCHIBA



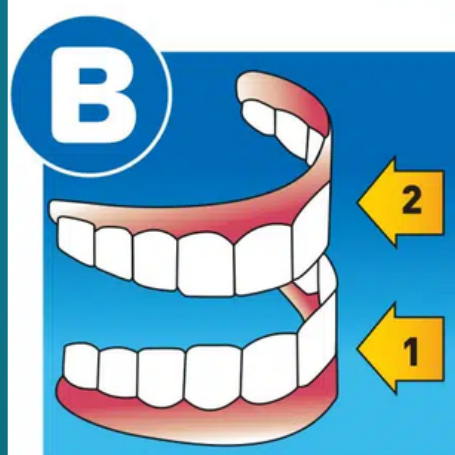
ALIMENTATION

Privilégier une alimentation
saine et équilibrée.
Eviter **le sucre, le tabac**
et **l'alcool** qui **sensibilise**
les gencives

- 1** 2 brossages / jour
matin et soir pendant 2 minutes 
- 2** Utiliser un dentifrice fluoré 
- 3** Utiliser du fil dentaire ou des brossettes 
- 4** Privilégier une alimentation
variée et équilibrée 

À partir de 6 ans

La méthode B.R.O.S.



B Brossez haut
et bas séparément



R Rouleau ou
mouvement rotatif
pour broser dents
et gencives du rose
vers le blanc



O blique : on incline
la brosse à 45° sur
la gencive



S uivez un trajet
pour faire le tour de
toutes les dents sans
oublier le dessus