

A chaque dentifrice sa spécificité

Choisir un dentifrice fluoré en fonction de l'âge de l'enfant et de sa maîtrise du rinçage

Choisir son dentifrice

La gamme de dentifrices proposée en pharmacie et en supermarché est très vaste. Voici quelques conseils pour vous y retrouver.

Quels sont les principes actifs des dentifrices ?

Les dentifrices peuvent contenir divers principes actifs (antiseptiques, anti-inflammatoires, fluor, calcium, etc...) qui leur confèrent des propriétés différentes. Actuellement, le fluor est la substance la plus efficace pour lutter contre la plaque dentaire et pour renforcer la résistance des dents face aux caries. En l'absence de recommandations spécifiques, vous devez donc utiliser un dentifrice contenant du fluor.

Les dentifrices dits blanchissants contiennent des composants abrasifs qui peuvent altérer l'état de la surface de l'émail s'ils sont utilisés de façon trop intensive. Ils peuvent être source de sensibilités dentinaires.

A chaque âge son dentifrice fluoré :

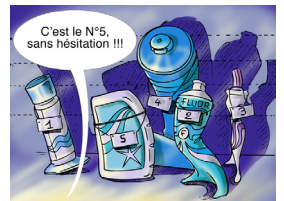
Tant qu'ils ne savent pas correctement cracher, les enfants doivent utiliser un dentifrice sans fluor.

Dès les premières dents de l'enfant et jusqu'à 2 ans, le brossage est réalisé une fois/jour par ses parents avec de l'eau.

- A partir de 2 ans, les enfants peuvent utiliser un dentifrice fluoré entre 250 ppm et 600 ppm (c'est-à-dire 25 à 60 mg de fluor pour 100 g de dentifrice), lorsqu'ils savent recracher.
- A partir de 3 ans un dentifrice fluoré entre 500 ppm et 1 000 ppm, lorsque l'enfant sait recracher.
- Enfin après 6 ans, un dentifrice fluoré entre 1 000 et 1 500 ppm.

Les dentifrices plus dosés en fluor ne doivent être utilisés que sur recommandations spécifiques.

Voir aussi : [Le fluor, quelles recommandations ?](#)



Nos conseils

- En cas de doute sur la dose de fluor à utiliser pour votre enfant, n'hésitez pas à demander conseil à votre chirurgien-dentiste.
- Si vous avez des dents très sensibles au chaud et au froid ou des problèmes de gingivite, nous pourrions vous