

Les saines collations

à l'école

Savez-vous comment se forme la carie dentaire?

Bactéries



+

Sucre



=

Acide



Acide



+

Dent



+

Temps



=



Pour éviter la carie dentaire, il faut :

- ⇒ Réduire la fréquence de consommation d'aliments et de boissons sucrés
- ⇒ Diminuer les bactéries en bouche par le brossage avec un dentifrice au fluorure (un minimum de deux brossages par jour, pendant deux minutes)