



## Quantité de dentifrice fluoré à utiliser



**1 à 2 ans :**  
une mince trace



**3 à 5 ans :**  
la  $\frac{1}{2}$  de la grosseur d'un pois



**6 ans et plus :**  
la grosseur d'un pois

**Important au moins 2 fois par jour,  
principalement avant d'aller au lit.**

Agence de la santé  
et des services sociaux  
de l'Outaouais  
**Québec**  
Direction de santé publique

**ACDQ**  
ASSOCIATION DES  
CHIRURGIENS DENTISTES  
DU QUÉBEC

**Société  
Dentaire  
de l'Outaouais**  
**Ordre des  
Dentistes du  
Québec**

