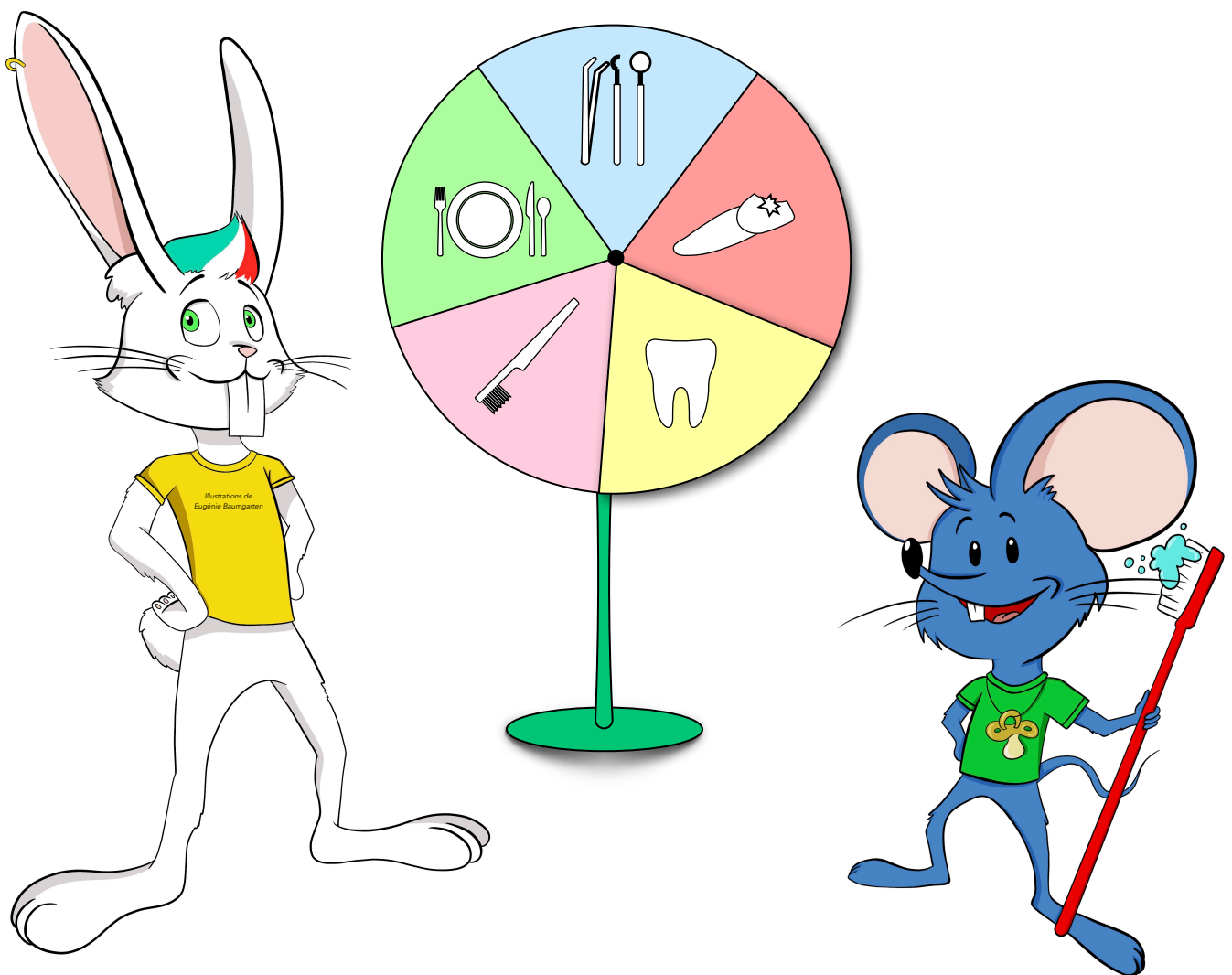


Le magazine pour la

Santé

Bucco-Dentaire

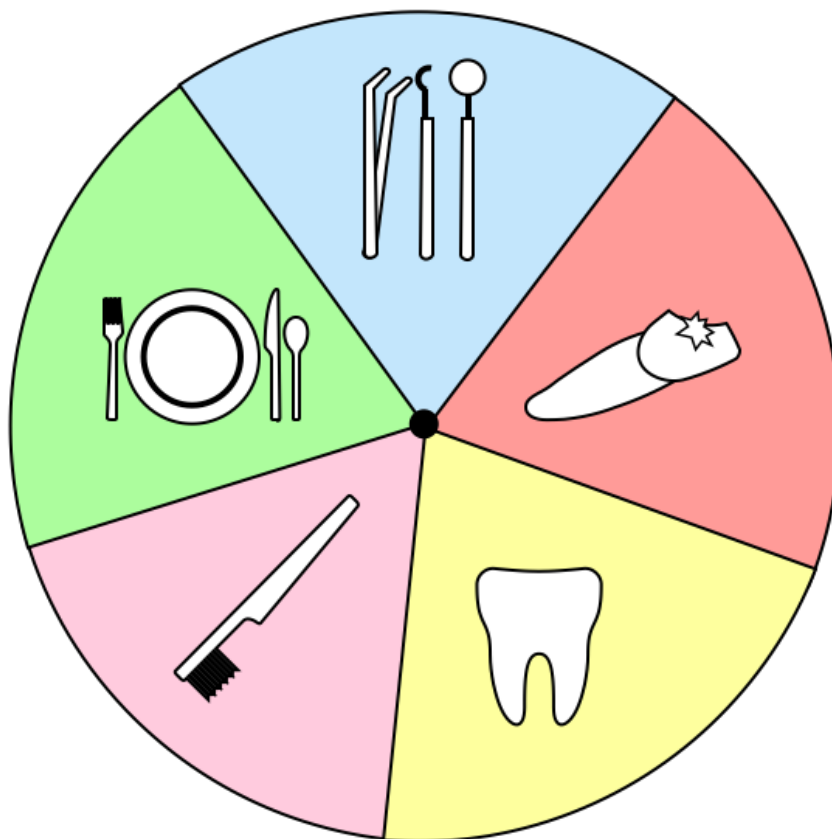
des enfants



**AIDONS LES ENFANTS
À VEILLER SUR LEURS DENTS !**

*À destination des professionnels de l'Aide
Sociale à l'Enfance.*

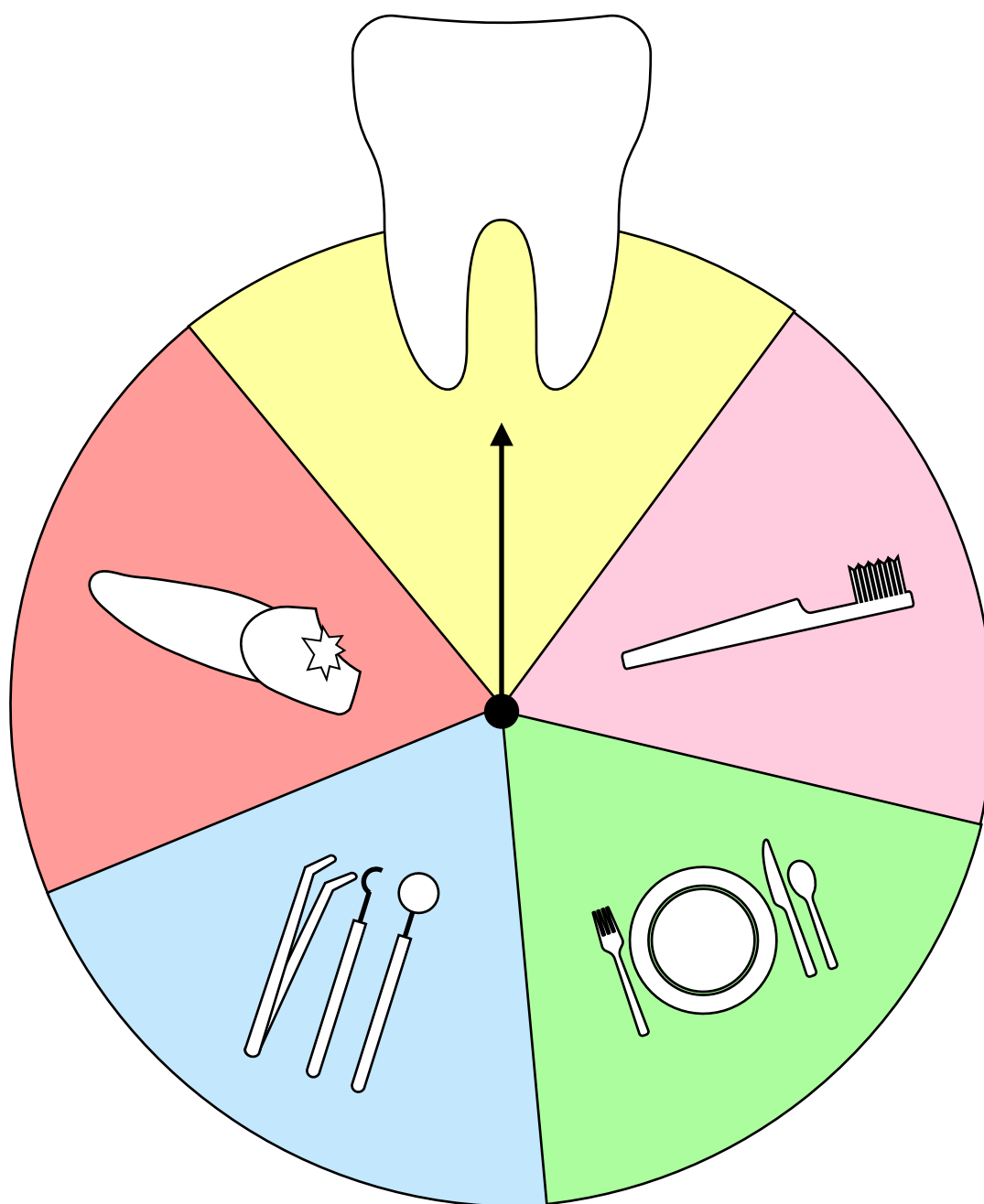
SOMMAIRE



LES DENTS	4
INCISIVES, CANINES, PREMOLAIRES, MOLAIRES... À QUOI SERVENT CES DENTS ?	5
DENTS DE LAIT, DENTS D'ADULTE. ON EN PREND SOIN !	9
COMBIEN DE DENTS AVONS-NOUS ?	11
GRANDES PERIODES DE CHANGEMENT	14
CONSTITUTION D'UNE DENT.	18
COMMENT SE FORME UNE CARIE ?	22
ANOMALIES DENTAIRES.	24
LE BROSSAGE	30
EST-IL SI IMPORTANT DE SE BROSSER LES DENTS ?	31
QUAND SE BROSSER LES DENTS ?	32
AVEC QUOI SE BROSSER LES DENTS ?	35
COMMENT SE BROSSER LES DENTS ?	37
LA DENT DE 6 ANS.	44

BROSSAGE ET ORTHODONTIE. -----	47
MES GENCIVES SAIGNENT QUAND JE BROSSE MES DENTS... QUE SE PASSE-T-IL ? -----	51
L'ALIMENTATION -----	54
NE DIABOLISONS PAS LE SUCRE !-----	55
QUELQUES EXPLICATIONS POUR MIEUX COMPRENDRE LE PROBLEME. -----	55
LES SUCRES CACHES. -----	58
LES REPAS EQUILIBRES -----	59
LE DENTISTE -----	62
PREPARER LA VISITE CHEZ LE DENTISTE. -----	63
QUAND ALLER CHEZ LE DENTISTE ? -----	69
À QUOI ÇA SERT DE SOIGNER MA DENT DE LAIT ? PUISQU'ELLE VA TOMBER ? -----	70
COMMENT SOIGNE-T-ON UNE CARIE ?-----	71
ALORS SI JE N'AI PAS DE CARIE, LE DENTISTE NE FAIT RIEN ? -----	72
ET L'ORTHODONTISTE QUE FAIT-IL ? -----	73
QUELQUES MOTS SUR LA SUCCION NON NUTRITIVE, LA RESPIRATION BUCCALE ET LA DEGLUTITION. -----	75
LES TRAUMATISMES -----	78
QU'EST-CE QU'UN TRAUMATISME DENTAIRE ? -----	79
COMMENT REAGIR ?-----	80
COMMENT PREVENIR AU MIEUX LES TRAUMATISMES DENTAIRES ? -----	85
QUI APPELER EN CAS D'URGENCE ?-----	86

LES DENTS

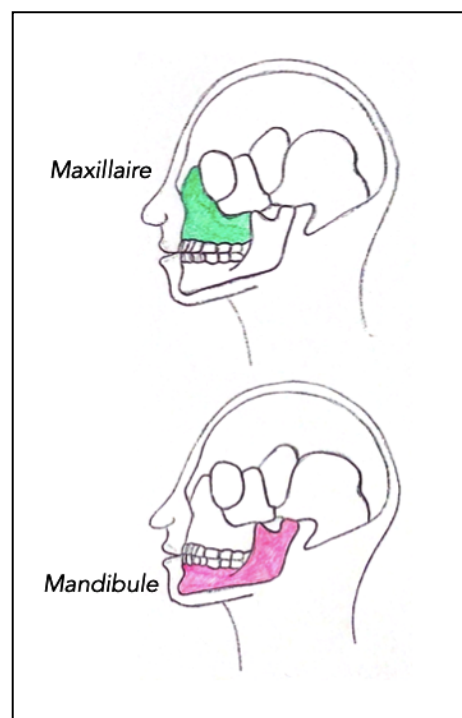


a) Incisives, canines, prémolaires, molaires... À quoi servent ces dents?

Chez l'Homme, les dents se situent sur deux arcades différentes :

- le maxillaire, qui correspond à l'arcade du haut,
- la mandibule pour l'arcade du bas.

Lorsque l'on mange, parle, sourit, chante, la mandibule se rapproche du maxillaire et les dents entrent en contact :



Il existe différents types de dents qui ont des formes et des rôles différents. On retrouve les incisives, les canines et les molaires en denture temporaire*. En denture permanente** s'ajoute un quatrième type de dent, ce sont les prémolaires.

Les incisives centrales et latérales



Au nombre de 4 par arcade, elles sont les dents que l'on voit en premier lorsque l'on sourit.

Elles servent à couper ou trancher les aliments.

* dent temporaire = dent « de lait »

** dent permanente = dent définitive = dent « d'adulte »

Les canines



Au nombre de 2 par arcade.

Elles sont les dents pointues qui servent à déchirer les aliments.

Les prémolaires



Au nombre de 4 par arcade, elles sont présentes uniquement en denture permanente. Il n'existe pas de prémolaire de lait

Elles remplacent en fait les molaires de lait.

Elles servent à déchirer les aliments comme les canines et à écraser comme les molaires.

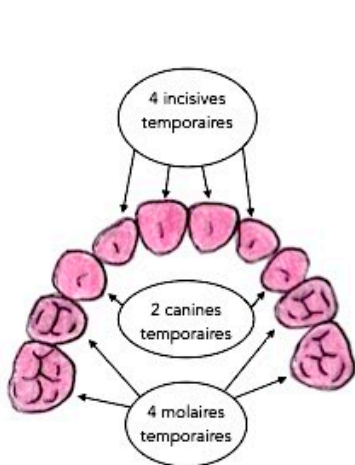
Les molaires



Au nombre de 6 par arcade, dont 2 « dents de sagesse », elles sont les dents au fond de la bouche.

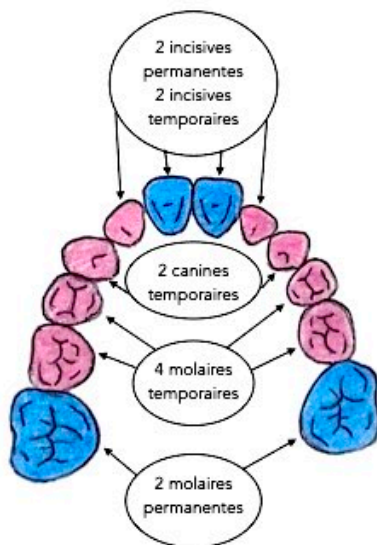
Elles servent à écraser les aliments.

On peut demander ici aux enfants s'ils connaissent les différents types de dents, leur nom et à quoi elles servent. Il peut être ludique et plus concret de leur demander de montrer leurs dents à l'aide de leur doigt, si possible devant un miroir !



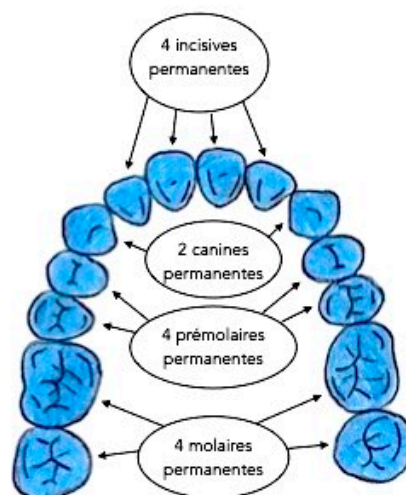
Denture temporaire

0 - 6 ans



Denture mixte

6 - 12 ans



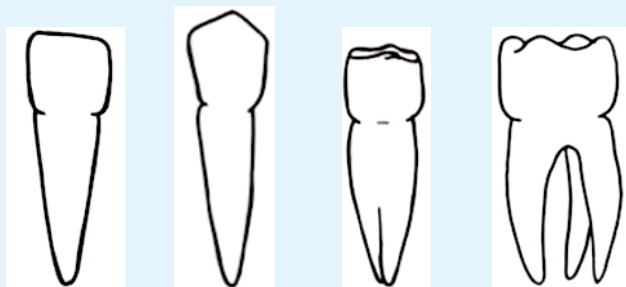
Denture permanente

après 12 ans

OUTILS :

• Photolangage

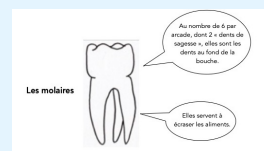
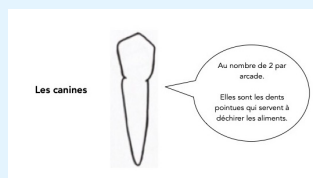
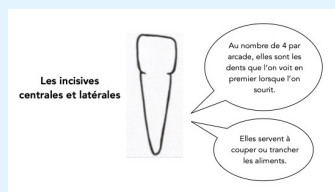
- 5 ans et plus : discussions autour des schémas des types de dents.
- Nommer les différents types de dents et leurs fonctions.



Les planches des dents sont disponibles dans la mallette en version plastifiée ou numérique sur clé USB.

• Activité

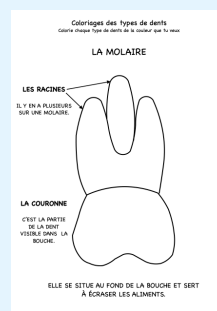
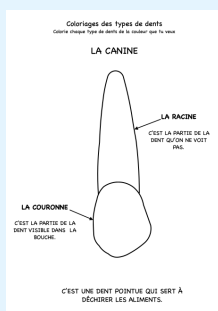
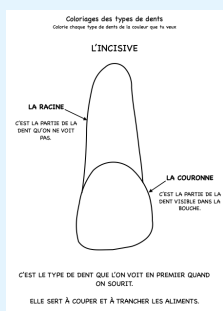
- 5-6 ans et plus : montrer les dents devant un miroir.
- Dès 3 ans : montrer les différents types de dents à l'enfant devant un miroir. Utiliser en parallèle les planches explicatives. Si l'activité a été faite une ou plusieurs fois, demander à l'enfant de montrer lui-même les différents types de dents dans sa bouche et à quoi lui sert chaque type de dents.



Planches disponibles dans la mallette en version plastifiée ou numérique sur clé USB.

• Coloriages

- Dès que l'enfant sait colorier : coloriages des types de dents



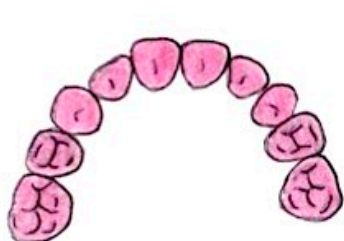
Coloriages disponibles en version numérique sur la clé USB

b) Dents de lait, dents d'adulte. On en prend soin !

Deux dentures existent chez l'Homme, à la différence du requin par exemple dont les dents sont renouvelées tout au long de sa vie lorsqu'une est abîmée ou tombée.

La denture temporaire est la première denture de la vie d'un Homme. La première dent temporaire apparaît aux alentours de 6 mois. Les dents temporaires chutent naturellement pour laisser la place aux dents permanentes. Vers 6 ans apparaît la première dent permanente. La denture permanente est la deuxième et dernière denture chez l'Homme. Aucune autre dent ne remplacera une dent permanente perdue.

Il est intéressant de faire comprendre aux enfants que leur bouche est en pleine évolution. En effet, durant quelques années (environ de 6 à 12 ans) vont se mêler dans leur bouche dents temporaires et dents permanentes.



Denture temporaire
de 0 à 6 ans



Denture mixte
de 6 à 12 ans



Denture permanente
après 12 ans

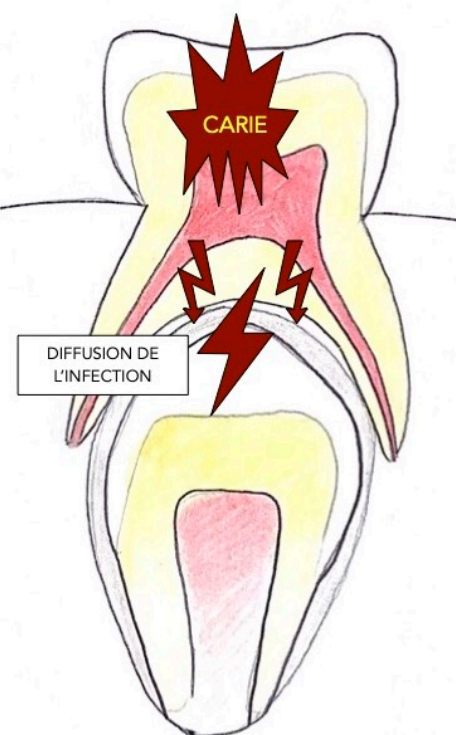
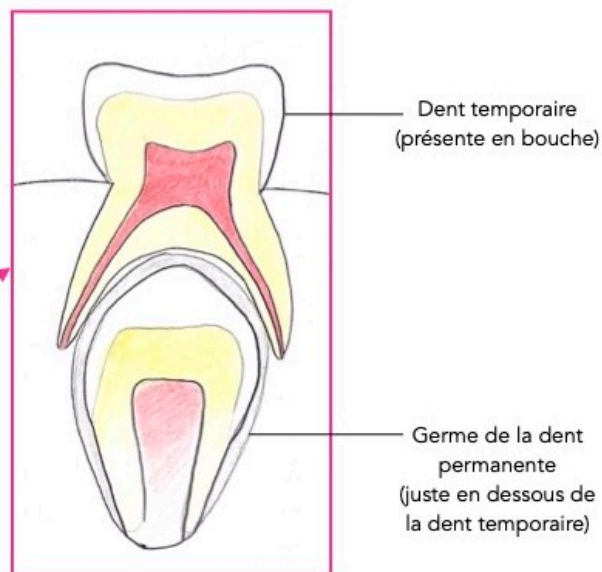
En dessous d'une dent temporaire, il y a une dent permanente qui va pousser et remplacer la dent de lait qui tombe.

En dessous d'une dent permanente, il n'y a rien, elle ne sera pas remplacée si on la perd.

Il faut donc en prendre vraiment soin.



Radiographie panoramique d'un enfant de 7 ans



Il existe plusieurs différences entre les dents temporaires et permanentes : l'émail des dents temporaires est plus fin et poreux, moins minéralisé. La dentine est plus perméable et la pulpe est plus large, avec plus de communication vers les tissus qui entourent la dent.

Ces particularités des dents temporaires ont pour conséquences une progression plus rapide de la carie, qui peut n'entraîner qu'une douleur fugace car la dent se nécrose plus rapidement. Il n'est donc pas rare de passer à côté de douleurs, laissant ainsi l'infection se propager à bas bruit. Suite à la nécrose, les structures autour de la dent peuvent également être contaminées rapidement, entraînant par exemple un abcès.



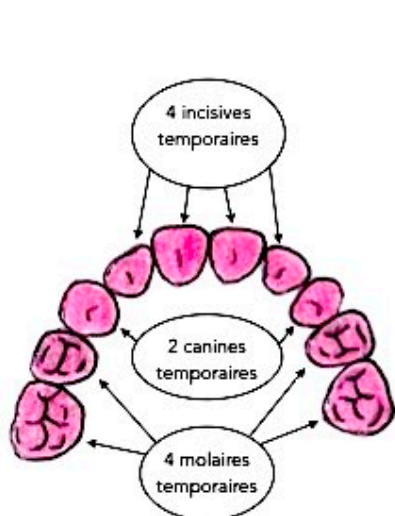
Photographie montrant la présence d'un abcès suite à la nécrose d'une dent temporaire

(photographie personnelle d'un cas pris en charge en odontologie pédiatrique au CHU de Nancy)

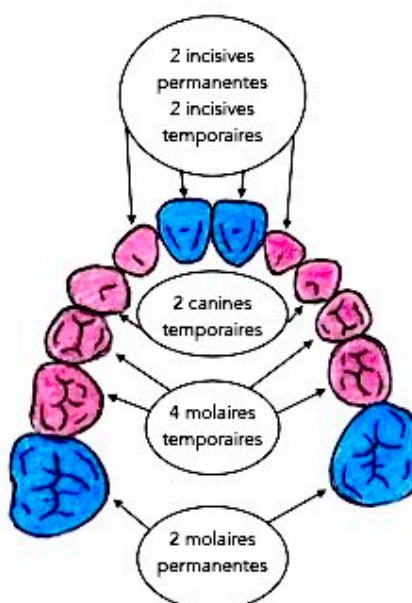
c) Combien de dents avons-nous ?

Nous avons au total 20 dents en denture temporaire et 32 dents en denture permanente. En denture mixte, le nombre de dents varie en fonction de l'âge.

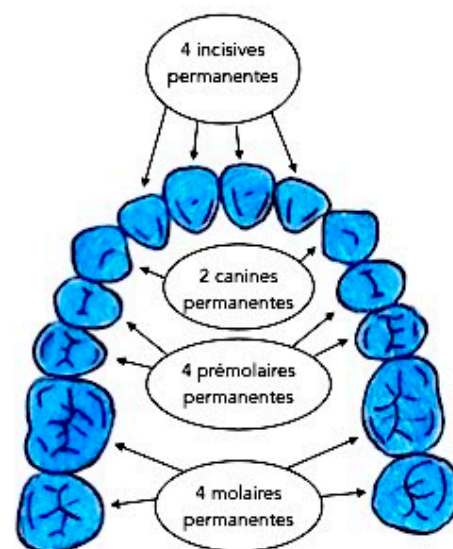
On peut demander ici aux enfants de compter leurs dents !



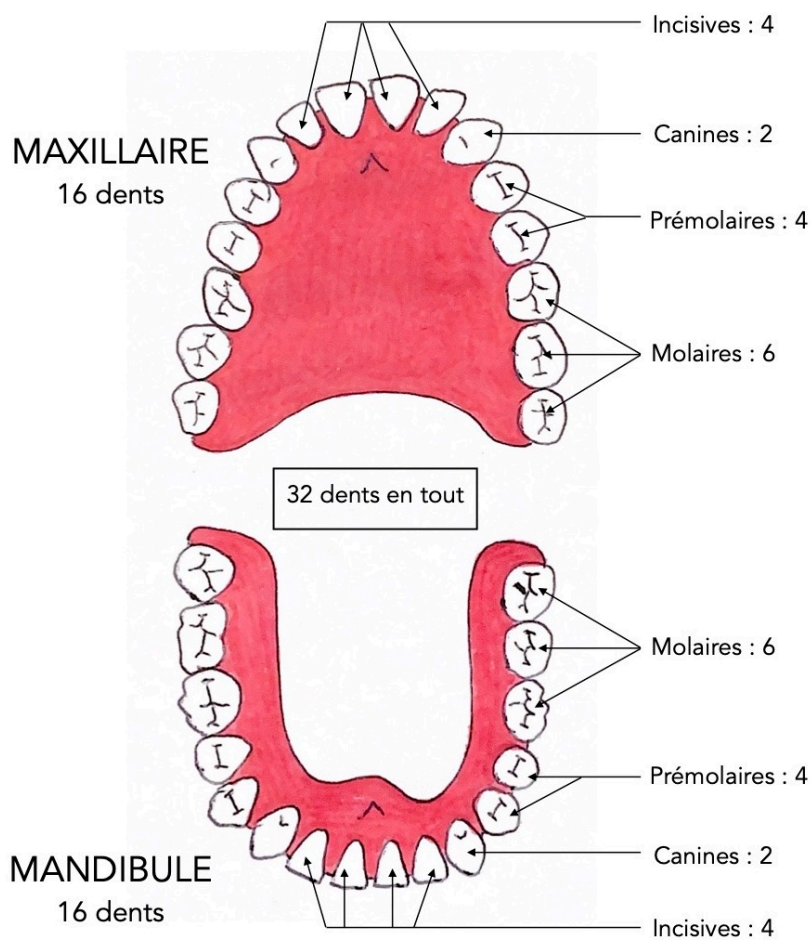
Denture temporaire
20 dents



Denture mixte
nombre variable
de dents



Denture permanente
28 dents sans compter
les dents de sagesse



Nombre de dents en denture permanente.

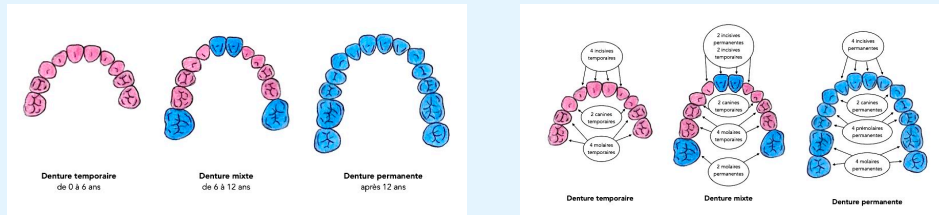
32 dents avec présence des dents de sagesse, approximativement après 18 ans.

28 dents sans compter les dents de sagesse, approximativement après 12 ans.

OUTILS :

• Activité

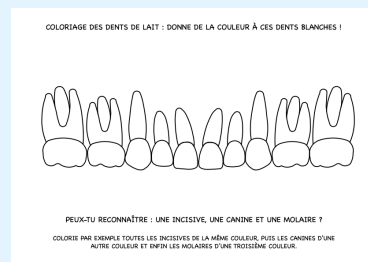
- 5-6 ans et plus : faire compter les dents de l'enfant à l'aide de son doigt, idéalement devant un miroir.
- 5-6 ans et plus : discussions autour de ces schémas de bouche. Compter les dents, montrer les différents types de dents et expliquer leur fonction.



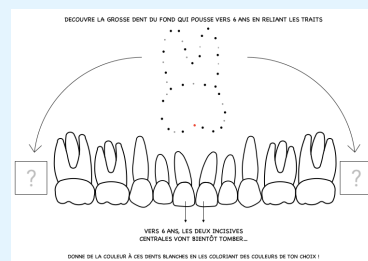
Planches disponibles dans la mallette en version plastifiée ou numérique sur clé USB.

• Coloriages

- Dès que l'enfant sait colorier : coloriage des dents temporaires



- Autour de 6 ans : coloriage spécifique de l'apparition de la dent de 6 ans.



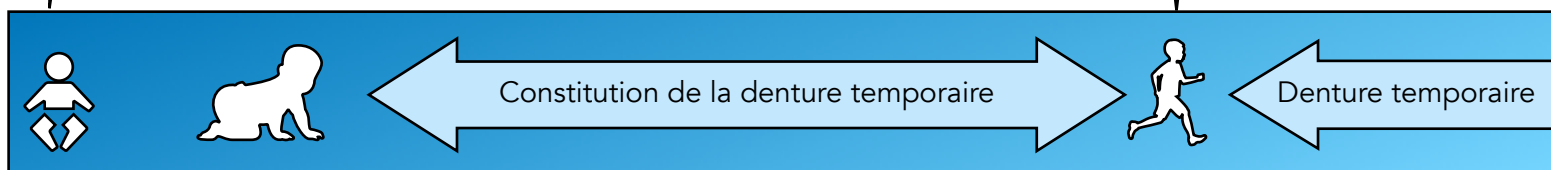
d) Grandes périodes de changement

À la naissance, les dents ne sont normalement pas en bouche. Cependant, il existe parfois des dents dites néonatales. Elles peuvent être des dents surnuméraires, mobiles ou alors des « vraies » dents à garder tant que possible... Dans tous les cas il faut consulter rapidement un dentiste

Le saviez-vous?

Un enfant a les dents temporaires espacées : c'est normal et c'est souhaitable ! En effet, ils sont des espaces nécessaires pour l'éruption des dents permanentes car ces dernières sont plus grosses.

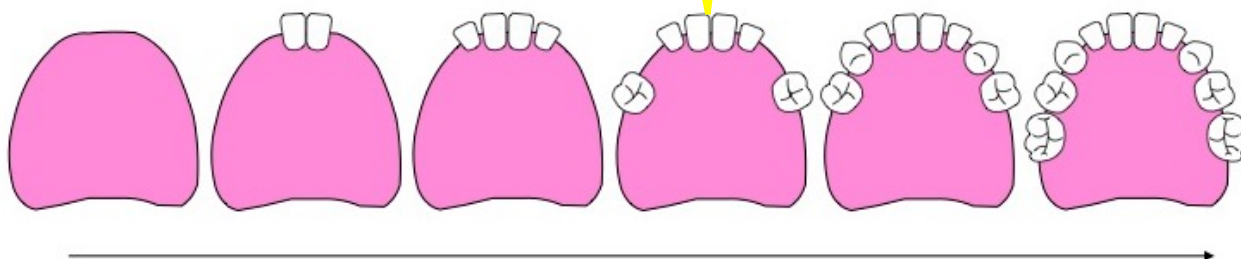
À 3 ans, la denture temporaire est normalement complète. Une période de stabilité s'écoule jusqu'environ 6 ans. On parle de denture temporaire stable. Vers 4-5 ans, des espaces apparaissent peu à peu. On les appelle les diastèmes.



À 7 mois, éruption de la première dent. Début de la constitution de la denture temporaire. Le plus souvent apparaissent d'abord les incisives centrales mandibulaires puis maxillaires.

Le saviez-vous?

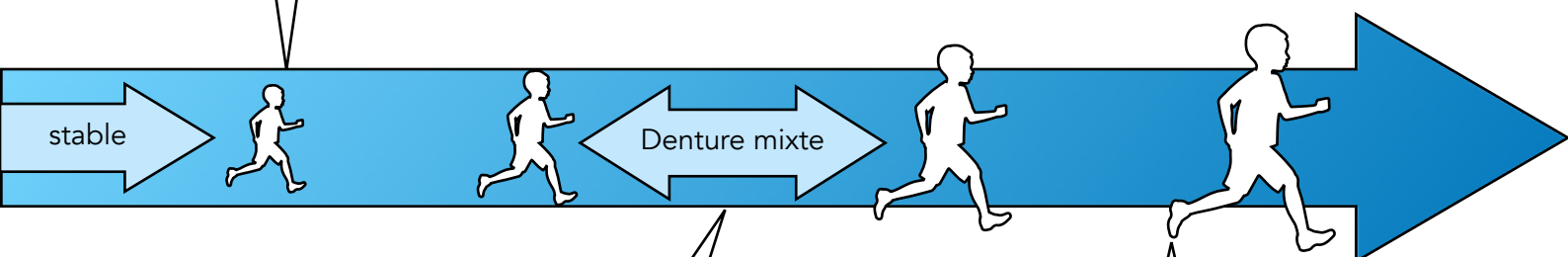
Les premières molaires de lait apparaissent entre 12 et 18 mois, avant les canines de lait, soyez rassurés s'il « manque » les canines de lait alors qu'il y a déjà la présence des molaires de lait, c'est normal !



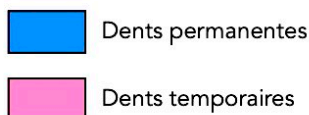
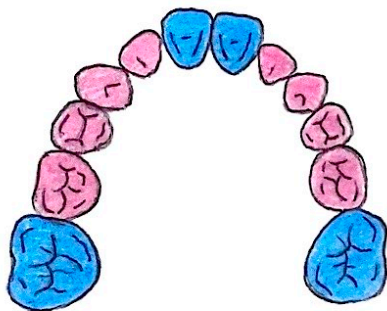
6ans, une période à risque ! Marquée par la chute des incisives temporaires et l'éruption des premières molaires permanentes. Les « dents de 6ans » ou les premières molaires permanentes poussent au fond de la bouche, derrière les molaires temporaires encore présentes. Dans la majeure partie des cas les adultes ne savent pas que les enfants ont leurs dents permanentes au fond de leur bouche car elles ne sont pas précédées par la chute d'une dent temporaire.

Ces dents sont immatures et vont mettre de long mois à venir sur l'arcade, à la même hauteur que les autres dents. Par méconnaissance de leur existence et difficulté d'accès avec la brosse à dents, ce sont des dents laissées à l'abandon qui vont se carier beaucoup plus vite.

*Les enfants doivent prendre conscience de cette nouvelle dent. Chez les enfants de 6 ans en moyenne, il est indispensable de leur parler de la **première molaire permanente** qui pousse tout au fond, derrière les dents de lait présentes, une dent fragile qu'il faut repérer pour la brosser particulièrement attentivement. C'est une dent qu'ils vont garder toute leur vie. Si cette dent est laissée à l'abandon, elle va rapidement se carier.*



De 8 à 10 ans, une denture « mixte » est en place : des dents temporaires cohabitent en bouche avec des dents permanentes (les incisives et les premières molaires permanentes avec les canines et les molaires temporaires).



À 12 ans environ, toutes les dents temporaires sont normalement tombées, ou sur le point de tomber. Les deuxièmes molaires permanentes font leur éruption. Comme pour les premières molaires permanentes vers 6 ans, ces dents ont besoin d'une attention particulière lors du brossage car elles sont tout au fond de la bouche et elles mettent plusieurs mois à être totalement alignées aux autres dents, donc peuvent se carier rapidement.

Zoom sur la dent de 6 ans, ou première molaire permanente



Photographie montrant les dents de 6 ans maxillaires faisant leur éruption

(issue d'un article « les extractions de dents temporaires : faire et ne plus faire » consultable sur le site www.sop.asso.fr)

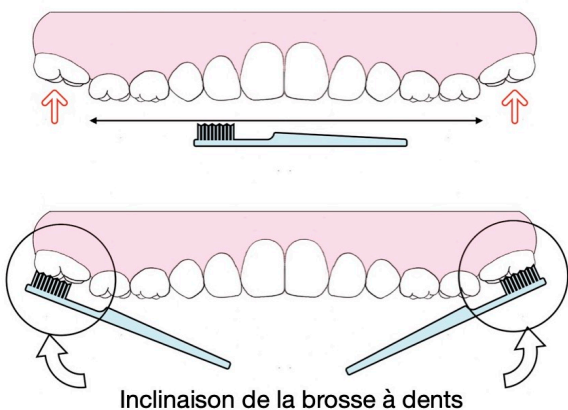
Nouvelle dent permanente, non précédée par la chute d'une dent temporaire.

Au fond de la bouche, derrière les dents temporaires.

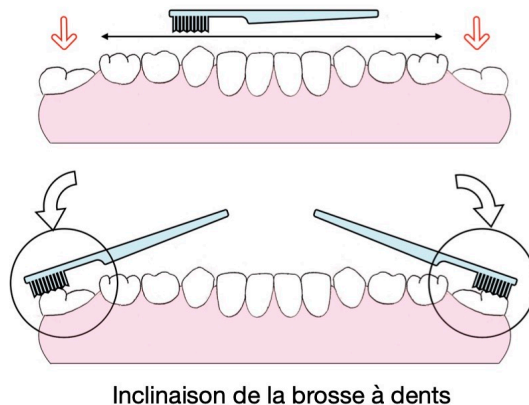
En cours d'éruption : pas à la même hauteur que les dents temporaires présentes : « en dessous » des autres dents.

Lors du brossage, afin de brosser les dents de 6 ans qui ne sont pas encore à la même hauteur que les autres dents, il est nécessaire d'incliner la brosse à dents. Pour les dents de 6 ans maxillaires, il faut incliner la brosse vers le haut. Pour les dents de 6 ans mandibulaires, il faut incliner la brosse vers le bas, sans quoi les brins de la brosse ne pourront pas atteindre la dent.

Dents du haut



Dents du bas



OUTILS :

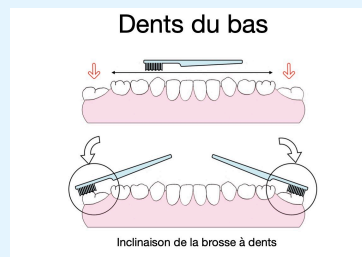
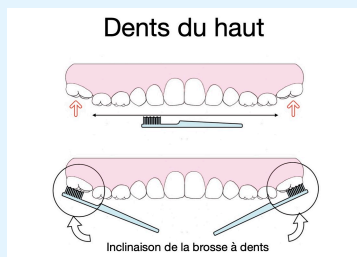
• Photolangage

- Dès 5 ans : montrer aux enfants la photographie des dents de 6 ans en éruption. L'intérêt est de leur faire prendre conscience de l'apparition d'une nouvelle dent permanente, non précédée par la chute d'une dent temporaire. Cette nouvelle dent est située au fond de la bouche, « cachée » derrière les autres dents.



Photographie disponible dans la mallette et sur clé USB.

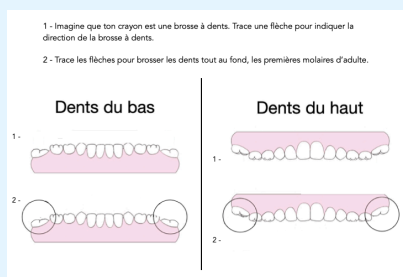
- Dès 5 ans : discussion autour des schémas montrant la nécessité d'incliner la brosse à dents à dents pour broser les dents de 6 ans encore en dessous des autres dents.



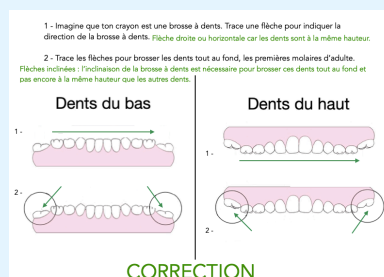
Planches disponibles dans la mallette en version plastifiée ou numérique sur clé USB.

• Activité

- Pour les enfants autour de 6 ans : tracer le chemin de la brosse à dents à l'aide de flèches et d'un stylo. L'objectif est la prise de conscience de la position de la dent de 6 ans, encore en dessous des autres dents. Il est alors nécessaire d'incliner la brosse à dents.



Feuille activité disponible dans la mallette, photocopiable ou imprimable à partir de la version numérique sur clé USB.



Correction sous forme de planche disponible dans la mallette en version plastifiée ou numérique sur clé USB.

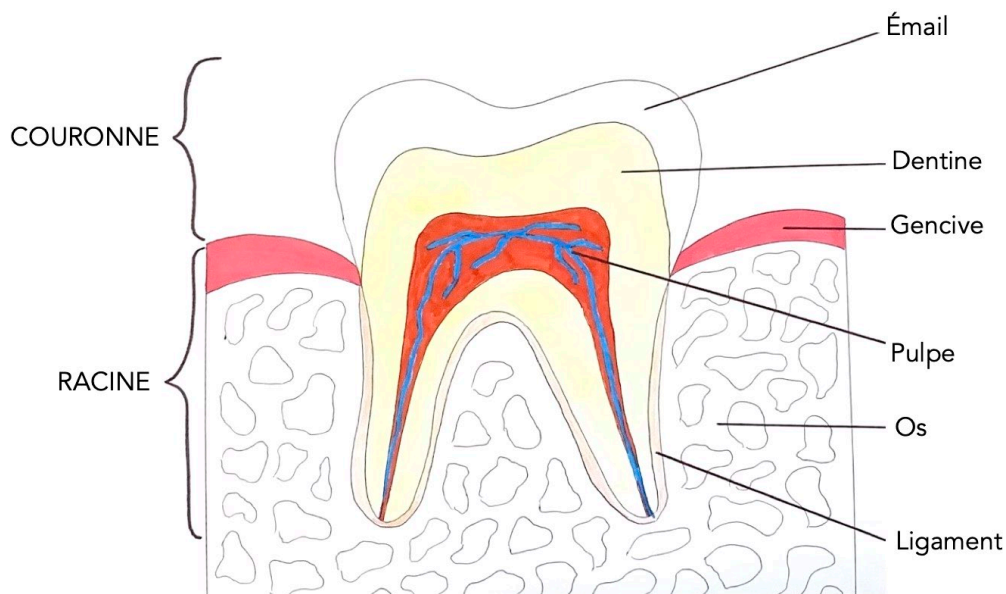
e) Constitution d'une dent

Une dent est composée de deux parties :

- la couronne = la partie blanche que l'on voit dans la bouche
- la/les racine(s) = la partie que l'on ne voit pas, en dessous de la gencive

Une dent est vivante, elle est composée de plusieurs éléments :

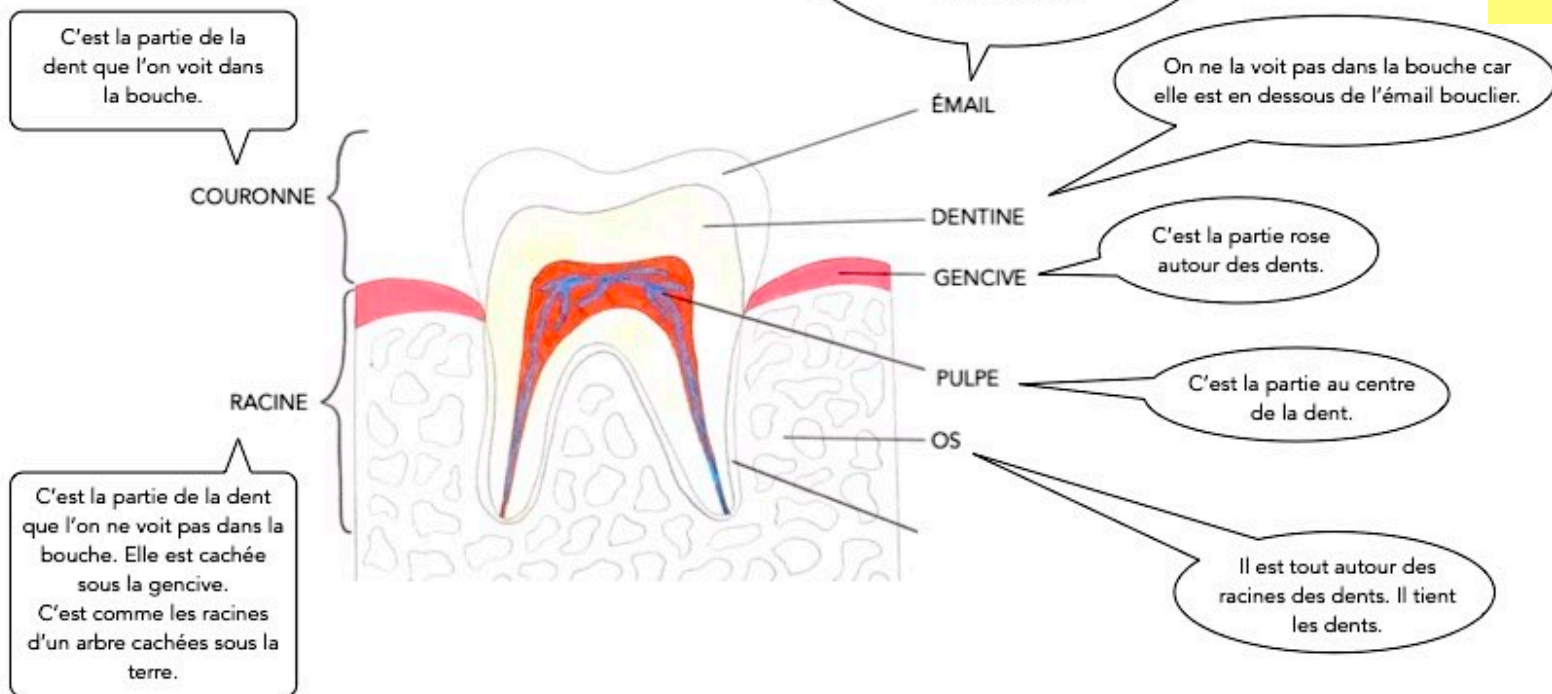
- l'émail = la couche extérieure de la dent, l'émail est blanc, très dur et très résistant, c'est ce qui protège la dent contre les caries.
- la dentine = la couche qui se situe sous l'émail, si une carie a atteint la dentine, les douleurs apparaissent (alors qu'une carie de l'émail ne fait pas mal)
- la pulpe = l'élément central de la dent
-



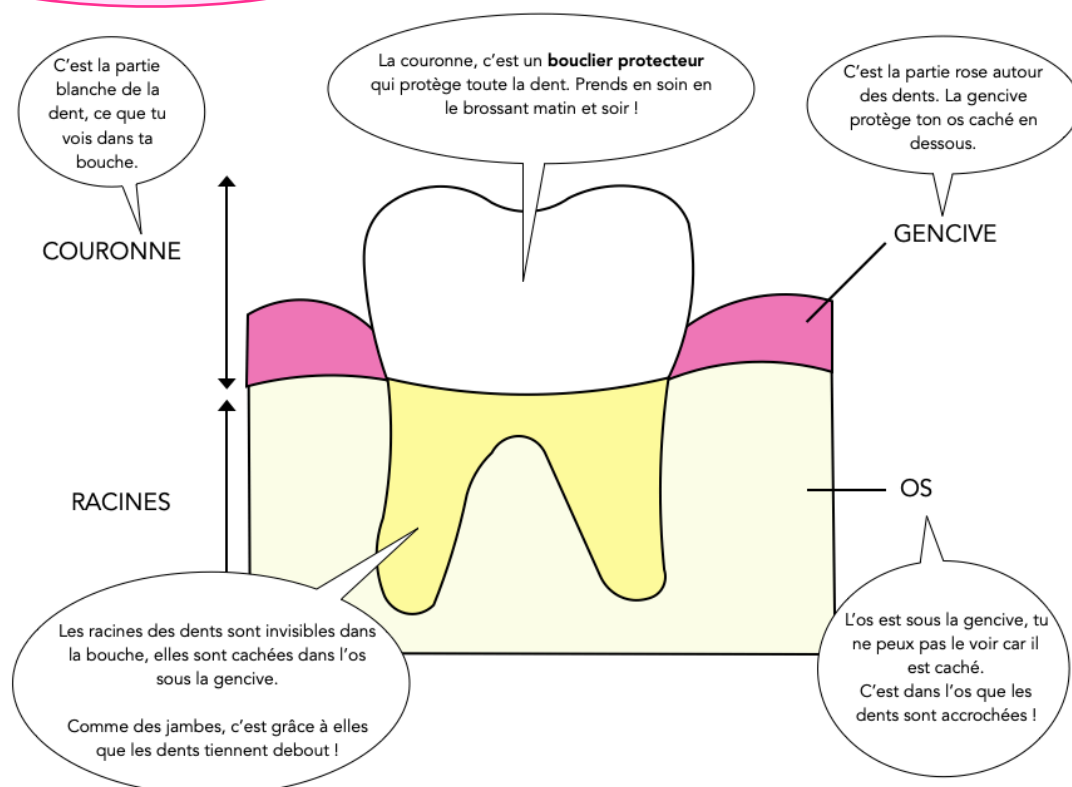
Constitution d'une dent

Insister auprès des enfants et adolescents sur le rôle essentiel de l'émail qui protège la dent contre les caries tel un « bouclier » pour les plus petits, ou une « barrière minérale » pour les plus grands.

Explications adaptées aux enfants de plus de 6 ans.



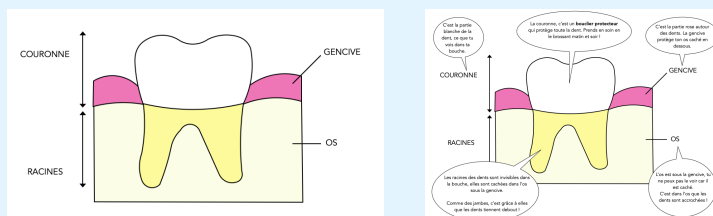
Explications adaptées aux enfants de 3 à 6 ans.



OUTILS :

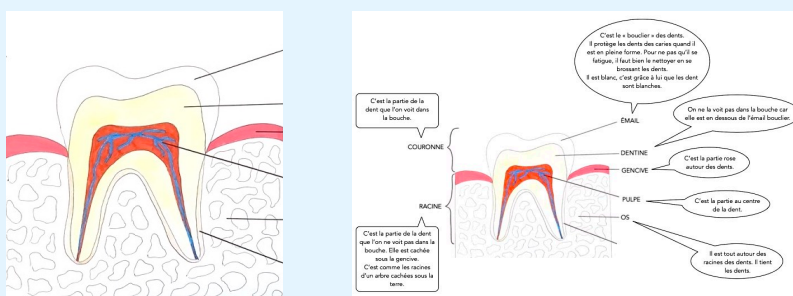
• Photolangage

3 - 6 ans : utiliser le schéma « constitution d'une dent 3-6 ans ». Montrer aux enfants les différentes parties d'une dent. Leur expliquer de manière imagée le rôle de chacune. Vous pourrez vous appuyer sur le schéma explicatif avec les bulles « schéma simplifié de la constitution d'une dent avec explications ».



Planches disponibles dans la mallette en version plastifiée ou numérique sur clé USB.

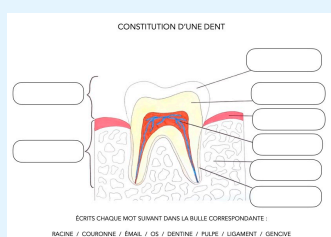
6 ans et plus : utiliser le schéma « constitution d'une dent sans légende ». Montrer aux enfants les différentes parties d'une dent. Leur expliquer de manière imagée le rôle de chacune. Vous pourrez vous appuyer sur le schéma explicatif avec les bulles «schéma de la constitution d'une dent avec explications ».



Planches disponibles dans la mallette en version plastifiée ou numérique sur clé USB.

• Activité

6 ans et plus : utiliser le schéma «constitution d'une dent à compléter ». La correction correspond au schéma « constitution d'une dent ». Une fois le schéma complété, discuter du rôle de chaque élément. Vous pourrez vous appuyer sur les informations données dans le magazine.



Feuille activité disponible dans la mallette, photocopiable ou imprimable à partir de la version numérique sur clé USB.

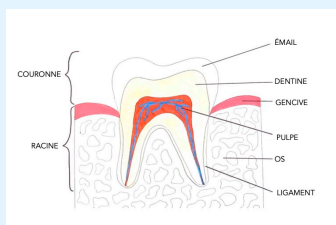
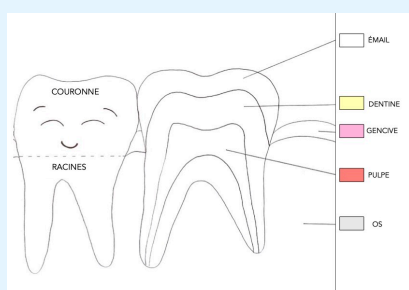


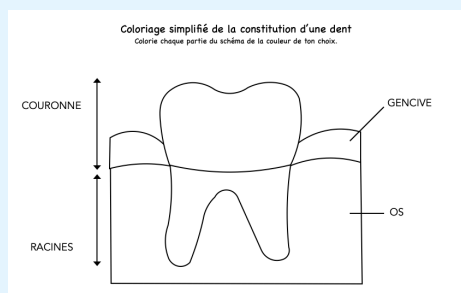
Planche disponible dans la mallette en version plastifiée ou numérique sur clé USB.

• Coloriage

Dès que l'enfant sait colorier : « coloriage de la constitution d'une dent » et « coloriage simplifié de la constitution d'une dent ». Autre manière ludique et détournée pour l'enfant de se concentrer sur ce sujet. Possibilité de discuter du rôle de chaque élément.



Feuille activité disponible dans la mallette, photocopiable ou imprimable à partir de la version numérique sur clé USB.



f) Comment se forme une carie ?

En bouche, il existe un nombre important de bactéries. Certaines sont inoffensives et même essentielles à une bonne santé bucco-dentaire, d'autres peuvent s'avérer délétères pour les dents si elles ne sont pas éliminées régulièrement. Quelques bactéries s'accumulent et forment la plaque dentaire. Si la plaque n'est pas éliminée, elle se transforme progressivement en tartre.

Certaines bactéries transforment le sucre en acide. Cet acide commence par affecter l'émail. Différents stades font suite à cette affection de l'émail :

lorsque la dentine est touchée, des douleurs apparaissent. Si la carie atteint la pulpe, composée de vaisseaux sanguins et de nerfs, apparaît alors une "rage de dent" qui précède la nécrose de la dent. Si aucun traitement n'est entrepris, les tissus environnants peuvent être atteints : la gencive, l'os, le ligament desmodontal qui entoure la dent, et un abcès peut apparaître. La dent est alors parfois à extraire et l'infection peut atteindre la circulation générale et toucher d'autres parties du corps comme le cœur, les articulations...



Photographie montrant la présence importante de **plaque dentaire** sur des dents temporaires. (Photographie personnelle)

Le saviez-vous ?

Au stade de carie de l'émail, si la carie est non cavitaire (changement de coloration sans formation de « trou ») la reminéralisation est possible.

Carie de l'émail, pas de douleur à ce stade. État encore réversible si la carie est non cavitaire.

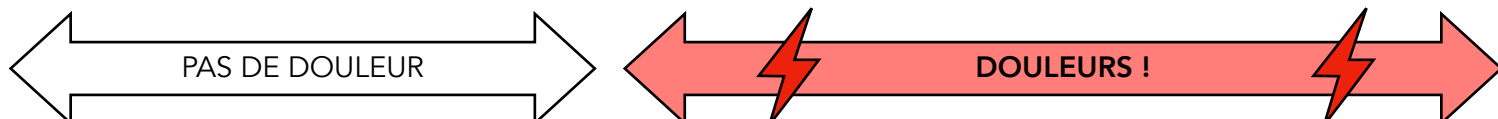
Carie ayant atteint la dentine, les douleurs apparaissent.

La pulpe est atteinte, une « rage de dent » apparaît.

Nécrose de la dent.

DENT PERMANENTE

Dent saine.



DENT TEMPORAIRE

Germe de la future dent permanente

Diffusion plus rapide de la carie sur une dent temporaire, la **nécrose** arrive plus rapidement et l'infection peut vite atteindre le **germe** de la future dent permanente.

Schéma disponible dans la mallette.

Ne pas hésiter à demander aux enfants s'ils ont déjà entendu parler de carie, s'ils savent à quoi cela est dû et pourquoi elles apparaissent. Beaucoup répondent qu'ils savent ce qu'est une carie mais peu savent en expliquer le fonctionnement et surtout la progression. Beaucoup d'enfants (et d'adultes) pensent que si l'on n'a pas mal aux dents, alors on n'a pas de carie.

Lorsque l'on mange trop d'aliments sucrés et surtout trop souvent dans la journée (explications dans la partie « Alimentation »), des bactéries vont créer de l'acidité en bouche qui attaque les dents. Petit à petit, ces attaques répétées vont être à l'origine d'un « trou » qui se forme dans l'émail, c'est ce qu'on appelle une carie.

Tant que la carie se limite à l'émail, elle ne fait pas mal. Toutefois, si elle n'est pas soignée, elle va progresser et atteindre les tissus profonds (dentine et pulpe). La carie devient alors douloureuse.

g) Anomalies dentaires

Il arrive parfois que les dents n'aient pas un aspect classique, il peut s'agir d'anomalies dentaires. Il existe des anomalies de nombre, de forme, de position ou de structure. Ces anomalies apparaissent lors de la constitution des dents.

- Les anomalies de **nombre** : une ou plusieurs dent(s) supplémentaire(s) ou manquante(s)
- Les anomalies de **forme et de volume** : dent de taille différente de la normale, plus petite ou plus grosse.
- Les anomalies de **structure** : quelques exemples vous seront donnés.

Exemples d'anomalies dentaires fréquemment rencontrées

Les bactéries chromogènes ou « Black Stains »

Il s'agit de petites tâches brunes ou noires à la surface des dents. Ces tâches intéressent surtout les dents temporaires. Elles seraient composées de micro organismes présents dans la salive et de minéraux, dont le fer. Leur étiologie est à ce jour incertaine. Ces tâches n'entraînent pas de carie. (informations issues d'un article de la British Dental Association, 2022)

Le principal désagrément occasionné est une gêne esthétique. Il ne s'agit pas d'un défaut d'hygiène. Ces tâches résistent au brossage, un nettoyage professionnel régulier chez le dentiste est nécessaire afin de les retirer : cela prend peu de temps, c'est sans douleur et le résultat est immédiat. Cela a un impact important sur le bien être de l'enfant, il ne faut pas hésiter à rendre visite au dentiste dès qu'une gêne pour l'enfant se fait ressentir.



Bactéries chromogènes sur dents temporaires

Photographie issue de la revue l'Information Dentaire (« Les colorations noires extrinsèques d'origine bactérienne, ou black stains » 2019)

MIH et HSPM : hypominéralisations

Elles sont des anomalies de minéralisation lors de la formation des dents. Sur les dents temporaires, on parle d'HSPM et correspond principalement à une hypominéralisation des canines temporaires et des deuxième molaires temporaires. Sur les dents permanentes, la MIH correspond à une hypominéralisation d'une ou plusieurs premières molaires permanentes associée ou non à une anomalie d'une ou plusieurs incisives permanentes. Les dents touchées sont fragilisées, sensibles, tachées et se carient plus vite que des dents sans MIH ou HSPM.



Première molaire permanente atteinte de MIH

Photographie issue de la revue l'Information Dentaire
(« L'hypominéralisation molaires-incisives – MIH » 2017)



Incisive centrale gauche permanente atteinte de MIH

Photographie issue de l'article « Les MIH : prévalence, étiologie et pratique médicale » disponible sur sop.asso.fr

On peut parfois détecter ces anomalies chez les enfants qui montrent des difficultés pour boire de l'eau froide, manger des glaces ou qui rapportent des douleurs ressenties lors du brossage des dents du fond par exemple.

Autres anomalies dentaires beaucoup plus rares

L'Amélogénèse imparfaite : maladie rare de l'émail, toutes les dents sont touchées, en denture temporaire et permanente. Les dents sont tâchées, sensibles, fragiles.

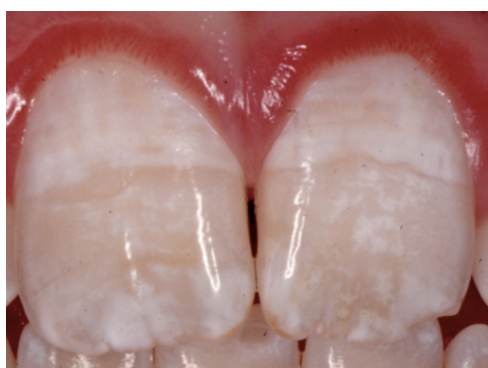
La fluorose : défaut qualitatif de l'émail dû à une ingestion excessive de fluor pendant la minéralisation, les tâches sont symétriques et concernent un groupe de dents ayant la même période de minéralisation. Souvent due à une ingestion d'eau très fluorée, plus fréquemment rencontrée au Maghreb. La fluorose n'arrive pas si l'enfant avale son dentifrice en se brossant les dents.

La dentinogénèse imparfaite : touche la dentine, c'est une maladie génétique rare, généralement caractérisée par des dents de teinte brune-bleutée, opalescentes et s'usant rapidement.



Amélogénèse imparfaite

Photographie issue de orpha.net



Fluorose

Photographie issue de l'article « fluorosis » disponible sur cdc.gov (Centers for Disease Control and Prévention)



Dentinogénèse imparfaite

Photographie issue de l'article « les altérations héréditaires de la dentine : si on faisait le point » disponible sur son.asso.fr

Au moindre doute, il est important de consulter rapidement un dentiste. Sensibilités dentaires, douleurs, caries, gêne engendrant des difficultés à sourire ont parfois des solutions simples. Une prise en charge précoce peut éviter leur aggravation.

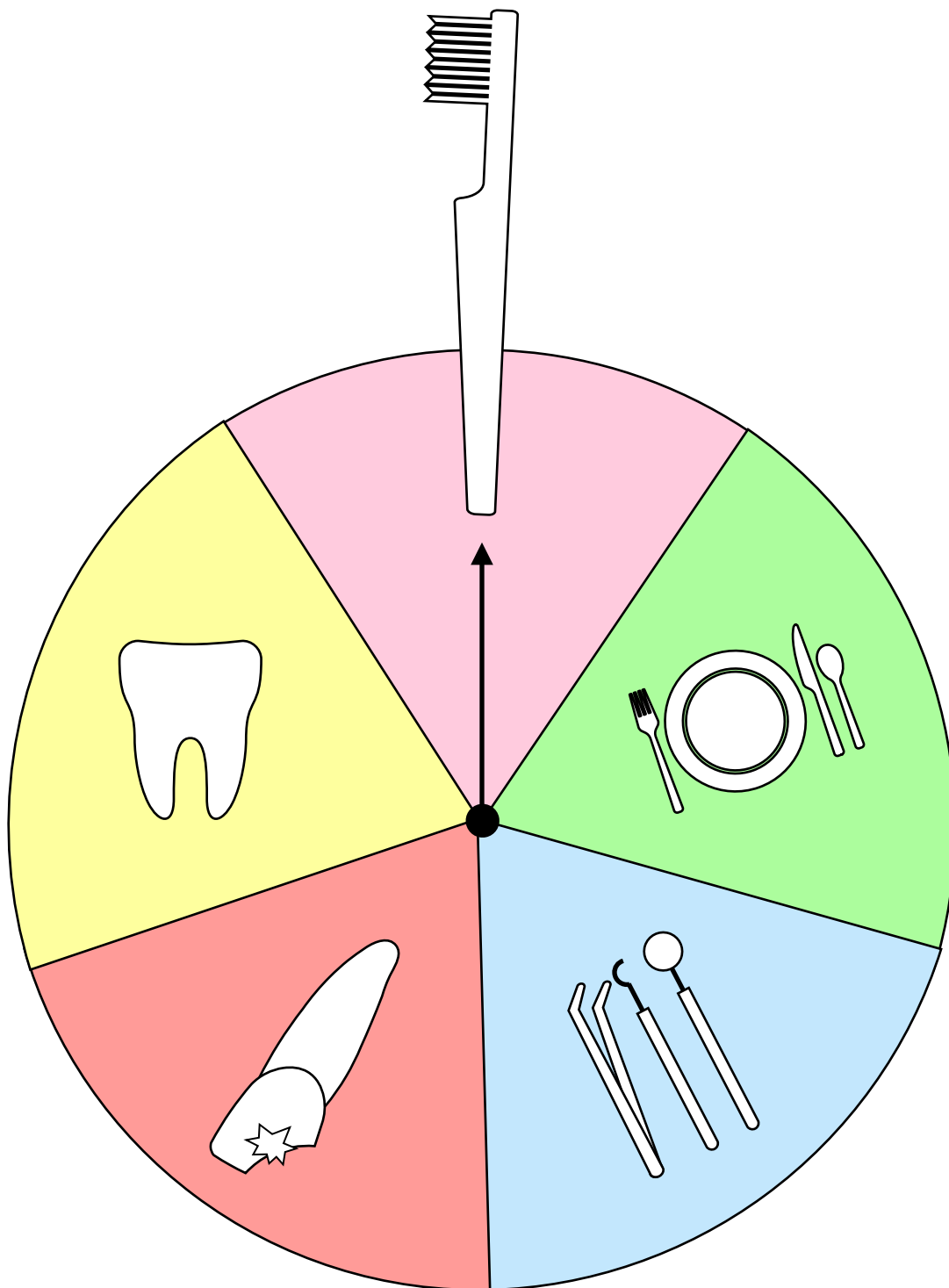
Le sujet des dents vous intéresse ? Vous n'avez pas trouvé de réponse à certaines de vos questions ?

Sur le site internet de l'IAPD (International Association of Paediatric Dentistry), vous pourrez trouver de nombreuses informations concernant les dents des enfants, sous forme de questions - réponses, en fonction de tranches d'âges.

Pour accéder au site, suivez le lien suivant ou utilisez le flash code :
iapdworld.org (traduction possible en français)



LE BROSSAGE



a) Est-il si important de se brosser les dents ?

Il est souvent difficile de motiver les enfants à se brosser les dents. Commençons peut-être par tenter de leur faire comprendre pourquoi c'est important...

Éviter les caries

Après chaque repas, il reste toujours des débris de nourriture sur et entre les dents. Les bactéries présentes en bouche vont s'accumuler sur ces débris pour se nourrir et former entre elles un amas de milliards de bactéries. Elles fabriquent de l'acide qui va ronger la dent. Si on ne fait rien, l'acidité attaque les dents et des caries se forment. Le meilleur moyen pour protéger les dents et éviter les caries, c'est de les brosser efficacement et régulièrement.

Avoir une bouche propre et une bonne haleine

C'est-à-dire avoir une bouche qui sent bon !

Cet argument est parfois plus parlant pour les enfants et notamment les adolescents et peut les motiver...

On peut ici demander aux enfants :

« A votre avis, pourquoi faut-il se brosser les dents ? »
leur demander quel est pour eux l'intérêt ?

- Éliminer les bactéries présentes à la surface des dents
- Avoir un joli sourire, avec des dents en bonne santé

Il peut être intéressant aussi de leur demander pourquoi ils ne se brossent pas les dents ...

b) Quand se brosser les dents ?

Pour être efficace, le brossage est à effectuer **au minimum 2 fois par jour** : le matin et le soir. Quand c'est possible, c'est encore mieux de se brosser les dents également après le repas du midi, le week-end par exemple.

Le brossage doit s'effectuer pendant **au moins 2 minutes**. C'est le temps minimum pour bien nettoyer toutes les faces de toutes les dents.



Le saviez-vous?

Le brossage du soir est considéré comme le plus important (bien que le brossage du matin soit indispensable). Cela est dû au fait que la nuit, en dormant, la bouche est plus sèche. La salive, qui a un rôle protecteur pour les dents, assure moins son rôle. Il faut donc aider davantage les dents à « affronter » un moment avec moins de protection salivaire en se couchant avec les dents très propres.

ON BROSSE AUSSI LES DENTS DE BÉBÉ !

Dès l'éruption de la première dent, vers 6 mois, on commence à brosser les dents d'un bébé avec une compresse humide. Par contre, dès l'éruption des molaires, vers 18 mois, il faut passer à la brosse à dents. Préférer une toute petite tête de brosse.



OUTILS :

Afin de motiver les enfants à broser leurs dents **pendant 2 minutes**, nous vous proposons ces outils suivants :

- **Vidéos**

De nombreuses vidéos de 2 minutes existent sur Internet, spécialement conçues pour servir de « minuteur » aux enfants lors du brossage.

Parmi elles, voici des vidéos adaptées aux plus petits qui pourront se broser les dents en même temps que Petit Ours Brun, Sam le Chat, Ben le Koala et bien d'autres...



Vidéos disponibles sur la clé USB dans la mallette ou en scannant les flashcodes



- **Musique**

Pour petits et grands : écouter une musique appréciée le temps du brossage. La musique doit durer au moins 2 minutes. Vous pouvez proposer à chaque brossage à un nouvel enfant de choisir sa chanson. Cela peut motiver le groupe et rendre le brossage ludique.

- **Histoires ou podcasts**

Si l'organisation de la structure vous le permet, il pourrait être stimulant de **faire écouter une histoire** aux plus petits ou un **podcast** pour les plus grands pendant le brossage et s'arrêter au bout de 2 minutes... Afin de reprendre la suite de l'histoire ou du podcast au prochain brossage !

- **Sablier**

Simple mais peut être efficace pour certains enfants.



c) Avec quoi se brosser les dents ?



Une brosse à dents

Elle sert à frotter et éliminer les bactéries. C'est son action mécanique qui est efficace pour les éliminer.

Elle est personnelle. Il ne faut donc surtout pas la prêter. Il est important de l'expliquer aux enfants à qui on apprend tout le temps qu'il est important de partager... En faisant ça, ils risquent de transmettre ou d'attraper des bactéries responsables de caries. Il est également important de bien séparer les brosses et de ne pas les mettre toutes dans le même gobelet.

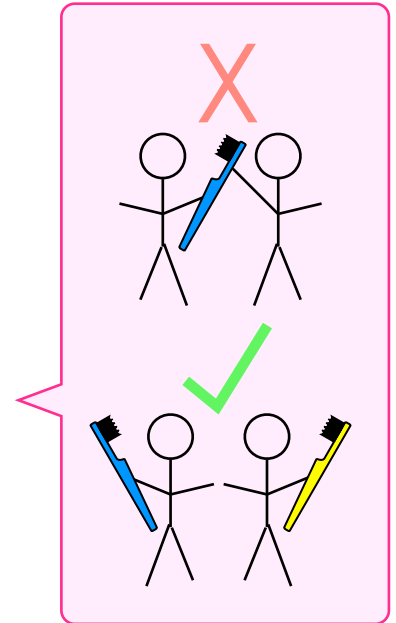
Les poils de la brosse doivent être souples et la taille de la tête doit être adaptée à l'âge. Une tête trop grosse réduit l'efficacité du brossage, il faut préférer une plus petite tête pour plus de précision. Attention : les âges mentionnés sur les emballages des brosses sont parfois trompeurs, il vaut mieux choisir une plus petite brosse.

Elle doit être changée dès qu'elle est usée. C'est-à-dire dès que les poils ne sont plus droits. Il faut la changer environ tous les 3 mois, mais parfois plus souvent, notamment chez les plus jeunes qui mordillent la brosse et chez les adolescents avec traitement orthodontique.



Un dentifrice

Il doit nécessairement contenir du **fluor** pour avoir une action efficace de protection des dents. Il doit être adapté à l'âge de l'enfant.



Le brossage

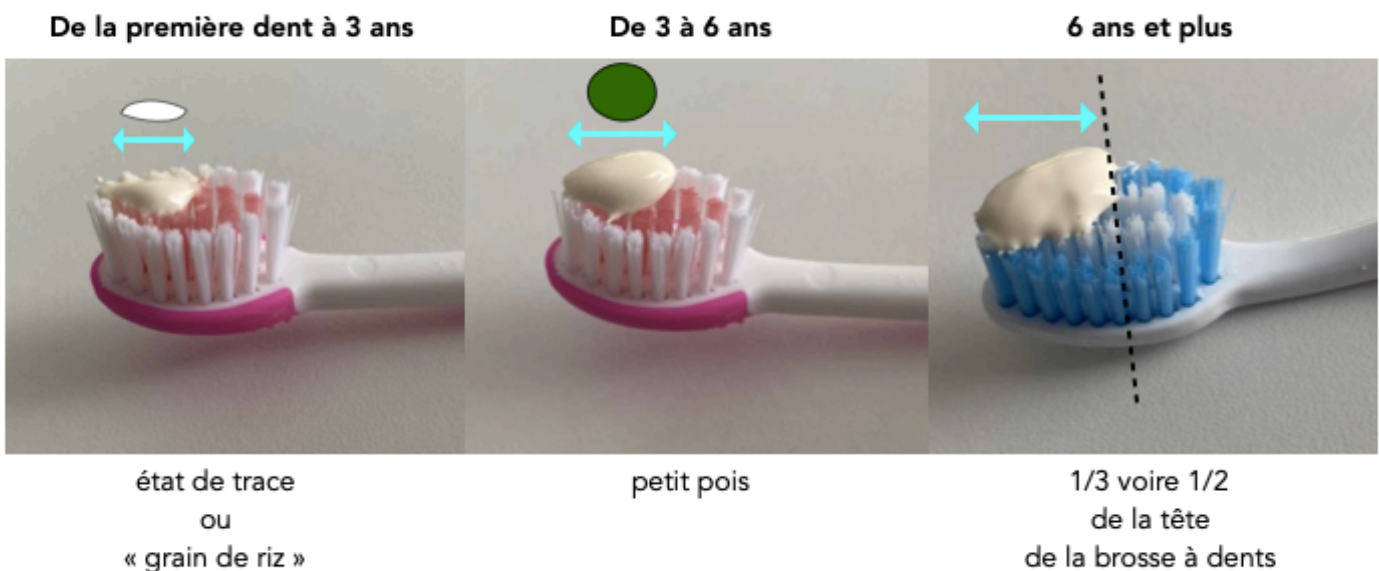


Brosse à dents usée, les poils ne sont plus droits.

	De la première dent à 3 ans	3 à 6 ans	6 ans et plus
Concentration en Fluor (écrite au dos du tube dans la liste des ingrédients)	1000 ppm	1000 ppm (si le risque carieux* est élevé, 1450 ppm sous supervision d'un adulte)	1450 ppm (si le risque carieux est élevé, 2500 ppm à partir de 10 ans)
Quantité de dentifrice à utiliser	état de trace ou "grain de riz"	taille d'un petit pois	1/3 voire 1/2 de la tête de brosse à dents

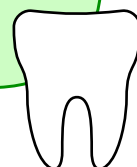
Guide pour le choix du dentifrice fluoré en fonction de l'âge selon EAPD (European Academy of Paediatric Dentistry, 2019)

* Risque carieux : évalué par le dentiste, selon plusieurs critères (critères individuels, hygiène orale, habitudes alimentaires...)



Zoom sur la brosse à dents électrique

Elle peut être utilisée dès 3 ans avec une tête adaptée. Il faut choisir des brosses à dents électriques qui se chargent sur secteur et non des brosses à piles (car leur puissance diminue progressivement). Ce système peut être très efficace mais il faut insister sur le fait que la brosse électrique ne fait pas le travail toute seule, il faut l'amener sur toutes les dents et toutes les faces pour être efficace (le risque est que les enfants restent passifs). Une supervision du brossage par un adulte reste donc indispensable.



d) Comment se brosser les dents ?

Pour être efficace, le brossage doit intéresser toutes les dents sur toutes leurs faces, ainsi que la gencive. Il est important de respecter les 4 points suivants :

- brosser toutes les faces *
- de toutes les dents
(suivre un chemin peut aider à ne rien oublier)
- le haut et le bas séparément
- de la gencive vers la dent = du rouge vers le blanc
(faire des petits ronds)

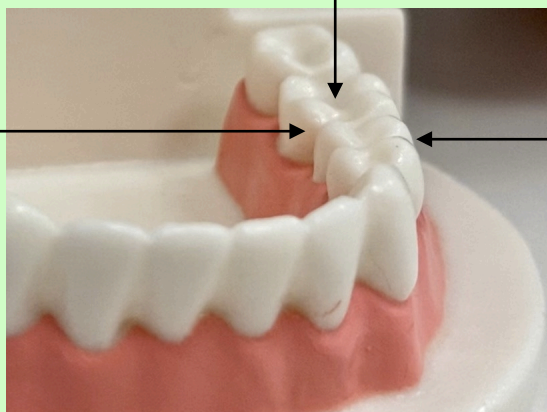
Une aide au brossage est recommandée jusqu'à l'âge de 8 ans car avant cet âge, on considère que le niveau de dextérité de l'enfant ne permet pas d'effectuer un brossage suffisamment précis. De plus, les molaires permanentes entraînent une difficulté supplémentaire car elles sont en cours d'éruption et donc pas au même niveau que les autres pendant de nombreux mois. On peut imaginer qu'un enfant peut se brosser les dents seul lorsqu'il est capable d'écrire en attaché de manière fluide.

* Zoom sur les 3 faces d'une dent :



Face occlusale.
C'est la face du dessus.

Face linguale ou palatine.
C'est la face interne, du côté de la langue ou du palais.



Face vestibulaire
C'est la face externe, du côté de la joue.

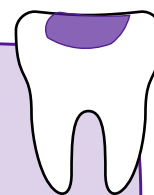
En fonction de l'âge, il existe différentes méthodes de brossage pour les enfants. Vous pourrez leur expliquer ces méthodes suivantes, qui servent également de posters à afficher près des lavabos par exemple.

IMPORTANT

Si le brossage de l'enfant est efficace, ne pas chercher à lui imposer une technique, le laisser faire avec la sienne.

Afin de savoir si le brossage est efficace, vous pouvez utiliser le **révélateur de plaque**.

Zoom sur le révélateur de plaque



Le révélateur de plaque dentaire peut aider à obtenir un brossage efficace, de manière concrète et ludique. Il en existe de différentes marques, de différentes couleurs et de différentes formes. Le principe reste le même : restent colorées les zones des dents où la plaque dentaire n'a pas été éliminée. L'enfant prend donc conscience des endroits mal brossés et peut instantanément corriger son brossage.

Voici comme exemples deux produits existants et leur utilisation : le RedCote de la marque GUM® et le Dento-Plaque de chez Inava®.



Comprimés RED COTE de la marque GUM® mode d'emploi :

« Brossez les dents, se rincer la bouche avec de l'eau, puis croquer un comprimé et le mâcher pendant 30 secondes sans avaler, avant de le recracher. Celui-ci va colorer en rouge les zones où la plaque dentaire est encore présente. Il faudra ensuite nettoyer à nouveau pour éliminer plaque et coloration, pour des dents parfaitement propres.»

sunstargum.com



Formule liquide DENTO-PLAQUE de la marque Inava® mode d'emploi :

« S'utilise de plusieurs manières : en dilution (trois gouttes dans 1/3 de verre d'eau) pour rincer la bouche avant de recracher et d'observer la coloration ; en déposant trois gouttes directement sur la langue avant de les répartir sur les surfaces dentaires ou en l'appliquant sur les dents à l'aide d'un coton-tige. Une fois le brossage terminé, la coloration rouge disparaît, en même temps que la plaque. Le brossage est optimal.»

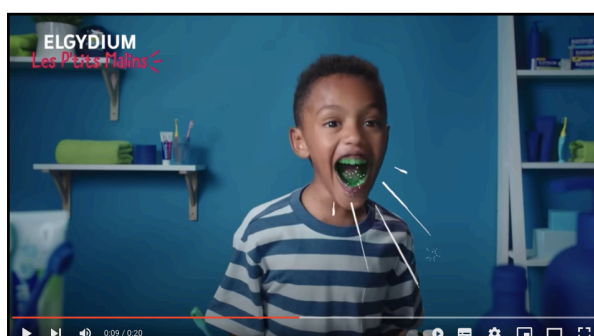
pierrefabre-oralcare.com



Dentifrice éducatif révélateur de plaque ELGYDIUM de la marque Pierre Fabre Oral Care® mode d'emploi :

« 1 à 2 fois par semaine, brossez vous les dents comme vous le faites habituellement avec le dentifrice révélateur de plaque. Rincez et vérifiez votre brossage dans un miroir. Rebrossez pour éliminer la couleur restante sur les dents (la plaque dentaire) sans ajouter de dentifrice. »

pierrefabre-oralcare.com



Vidéo explicative disponible en suivant ce lien :
<https://youtu.be/R2imzHuvgoY>

0 - 5 ans

LE CHEMIN VERS DES DENTS TOUTES PROPRES

Prends ta brosse à dents, ajoute un peu de dentifrice,
et suis ce chemin sur toutes tes dents



1
Bouche ouverte, la brosse frotte tes dents du haut d'un côté... Frottons 20 fois de ce côté... La promenade peut continuer !



2
Frottons 20 fois tes dents de l'autre côté... N'oublions pas d'aller frotter les dents tout au fond !

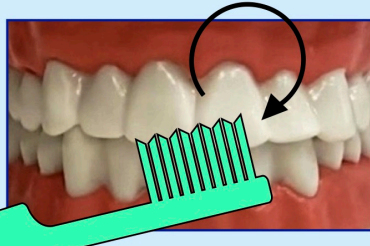


3
Continuons le chemin sur les dents du bas. D'abord 20 fois d'un côté...



4
Puis de l'autre côté, frottons 20 fois...

Crache le dentifrice, la promenade est terminée !



Pour les dents de devant, on fait « i » et on brosse en faisant des petits ronds...

6 ans et +

GUIDE DE BROSSAGE POUR DES DENTS TOUTES PROPRES

Préparation :

1. Mets du dentifrice sur ta brosse à dents (quantité = 1/3 voire la moitié de la tête de ta brosse à dents)
2. Ouvre la bouche pour brosser le haut et le bas séparément
3. Mets en route ton sablier, une musique ou une vidéo d'au moins 2 minutes

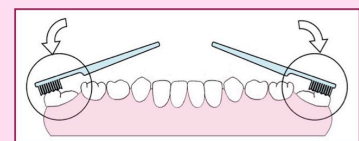


Commence en bas à droite.
Frotte 20 fois sur le dessus de
tes dents.



Fais la même chose de l'autre
côté.

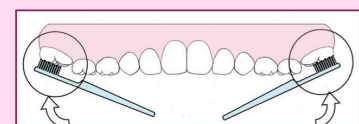
N'oublie pas tes dents d'adulte
tout au fond, il faut parfois
incliner ta brosse à dents !



Brosse maintenant tes dents du
haut. Frotte le dessus des dents 20
fois d'un côté.



Et 20 fois de l'autre côté.

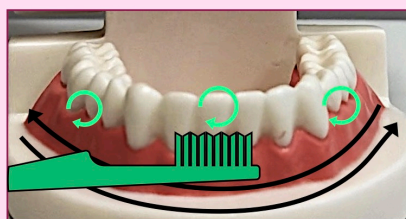


N'oublie pas d'incliner ta
brosse pour les dents cachées
tout au fond !

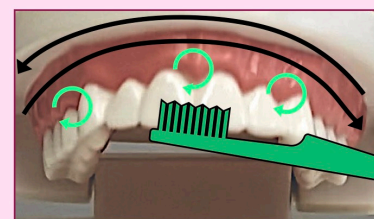
5

Brosse ensuite les faces
vestibulaires,

Fais un aller retour en bas et
un aller retour en haut :



Brosse en faisant des petits ronds.

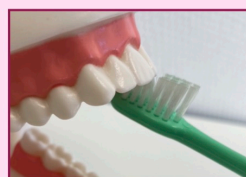


Puis fais la même chose en
haut.

6

Pour les faces linguales et
palatines des dents de devant :

fais un mouvement vertical.



À faire le matin et le soir absolument et le midi quand tu peux :)

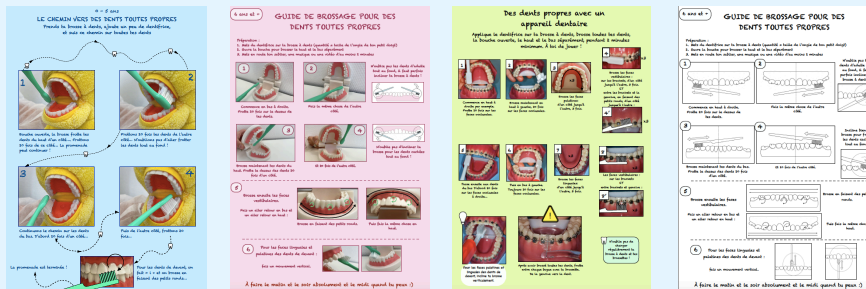
OUTILS :

• Posters

Adaptés à l'âge de l'enfant, à afficher près du lavabo par exemple.

4 posters sont disponibles :

- 0 - 5 ans
- 6 ans et plus
- Avec un appareil orthodontique
- Dès 6 ans à colorier, pour s'approprier son propre poster !



Disponibles en version numérique à imprimer sur la clé USB de la mallette ou à photocopier à partir des originaux plastifiés.

• Vidéos

- moins de 6 ans
- à partir de 6 ans
- brossage électrique



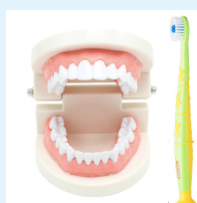
Disponibles sur la clé USB dans la mallette.

• Activités

- Pour les moins de 6 ans : brosser les dents de la peluche Tigrou Papilli® avec la brosse à dents Elmex® de la mallette. Possibilité de suivre une vidéo tutoriel pour brosser en même temps.



- À partir de 6 ans : utiliser la mâchoire Pandakids® et une brosse à dents Elmex®.



• Jeu de société « petite souris à la poursuite des 4 fromages »

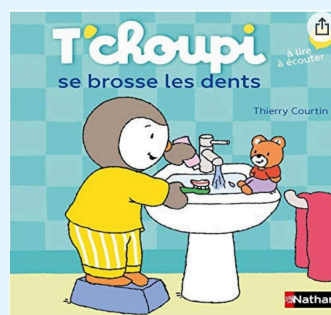
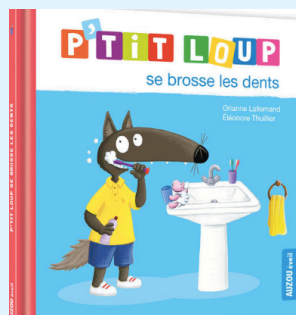
Les cartes au bord jaune correspondent à la catégorie « le brossage ». Il est possible de les utiliser en dehors du jeu afin de poser des questions aux enfants à ce sujet.

Quelle technique, laquelle, nettoie bien les dents ? Bonne ? 1. Celles de droite 2. Celles de gauche 3. Les deux à la fois Bonne : l'alternance des deux.	À quel âge peut-on se brosser les dents ? Bonne : Dès l'âge de 2 ans. Comment s'appelle la petite souris pour aider les enfants à se brosser les dents ? Bonne : La souris.	Réponse Les brosses à dents sont conçues pour nettoyer les dents et les gencives. Elles ont une tête en plastique et des poils en nylon.	Réponse Une brosse à dents doit être utilisée deux fois par jour : le matin et le soir.
À quel âge peut-on se brosser les dents ? Bonne : Dès l'âge de 2 ans. Comment s'appelle la petite souris pour aider les enfants à se brosser les dents ? Bonne : La souris.	Réponse Non. Non, car les dents sont fragiles et peuvent se casser si on se brosses trop fort.	Réponse Non. Non, car les dents sont fragiles et peuvent se casser si on se brosses trop fort.	Réponse Non. Non, car les dents sont fragiles et peuvent se casser si on se brosses trop fort.
Quelle quantité de dentifrice doit-on utiliser ? Bonne : Une petite noisette. 1. Une petite noisette 2. Une petite cuillère 3. Une petite cuillère à soupe Bonne : Une petite noisette.	Réponse Non. Non, car les dents sont fragiles et peuvent se casser si on se brosses trop fort.	Réponse Non. Non, car les dents sont fragiles et peuvent se casser si on se brosses trop fort.	Réponse Non. Non, car les dents sont fragiles et peuvent se casser si on se brosses trop fort.
Quand doit-on se brosser les dents ? Bonne : Deux fois par jour. 1. Deux fois par jour 2. Une fois par jour 3. Trois fois par jour Bonne : Deux fois par jour.	Réponse Non. Non, car les dents sont fragiles et peuvent se casser si on se brosses trop fort.	Réponse Non. Non, car les dents sont fragiles et peuvent se casser si on se brosses trop fort.	Réponse Non. Non, car les dents sont fragiles et peuvent se casser si on se brosses trop fort.

• Livres

Destinés aux plus petits, ils permettent de motiver au brossage en leur montrant des personnages donner le bon exemple.

À lire et à écouter avec une
comptine de brossage à
télécharger...



e) La dent de 6 ans

Vous souvenez-vous ? Peut-être l'avez-vous déjà évoquée avec les enfants... Sinon c'est le moment !

Ces dents nécessitent une attention particulière car elles sont :

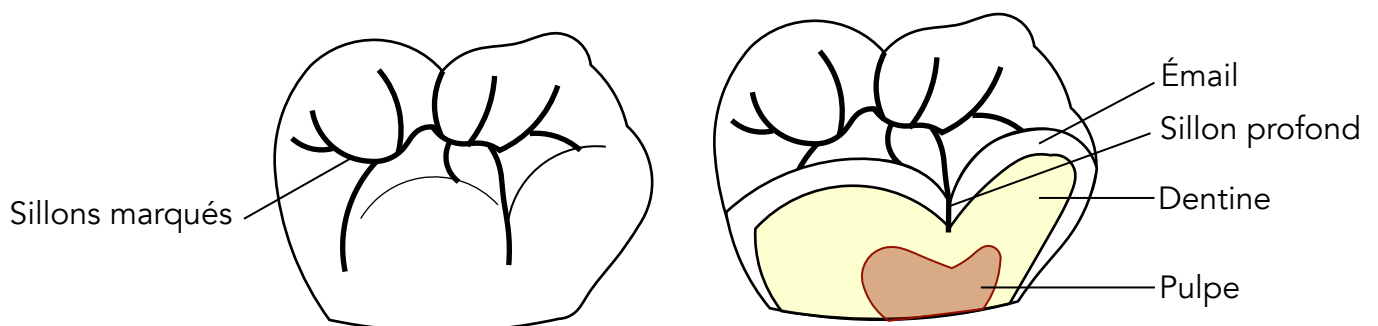
- **Cachées et donc difficiles à brosser**, tout au fond, en dessous des autres dents.



Photographie montrant les dents de 6 ans maxillaires faisant leur éruption

(issue d'un article « les extractions de dents temporaires : faire et ne plus faire » consultable sur le site www.sop.asso.fr)

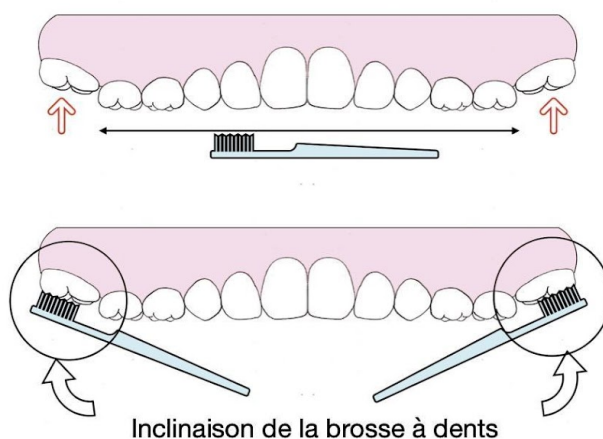
- **Fragiles**, les sillons marqués sont propices à la formation des caries. Elles sont immatures, cela signifie que les tissus qui la constituent ne sont pas encore très résistants.



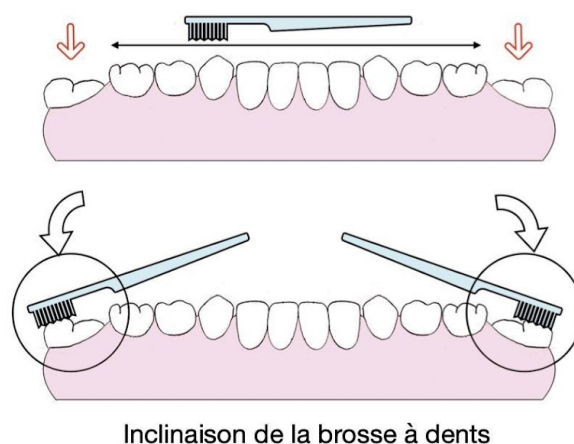
- **Importantes**, ces dents sont permanentes, c'est-à-dire qu'elles seront présentes toute la vie. Elles ont un rôle très important.

Il ne faut donc pas oublier de bien brosser ces dents du **fond** et d'**incliner** légèrement la brosse à dents lorsqu'elles font leur éruption car elles ne sont pas encore à la même hauteur que les autres dents présentes en bouche.

Dents du haut



Dents du bas



En faire prendre conscience aux enfants est fondamental si l'on souhaite que ces dents soient brossées. Leur difficulté d'accès justifie la nécessité d'aider les enfants jusque 8 ans, âge auquel elles seront plus sorties.

OUTILS :

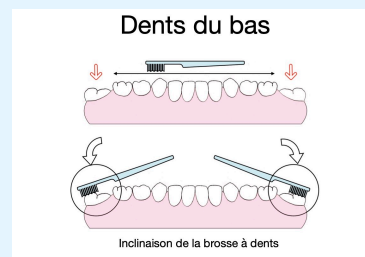
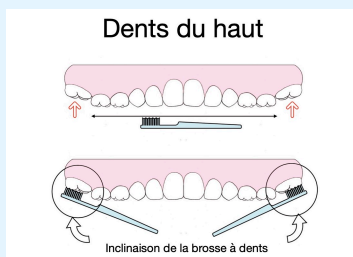
• Photolangage

- Dès 5 ans : montrer aux enfants la photographie des dents de 6 ans en éruption. L'intérêt est de leur faire prendre conscience de l'apparition d'une nouvelle dent permanente, non précédée par la chute d'une dent temporaire. Cette nouvelle dent est située au fond de la bouche, « cachée » derrière les autres dents.



Photographie disponible dans la mallette et sur clé USB.

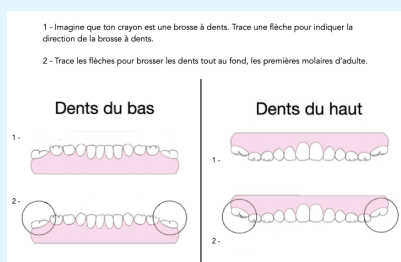
- Dès 5 ans : discussion autour des schémas montrant la nécessité d'incliner la brosse à dents pour brosser les dents de 6 ans encore en dessous des autres dents.



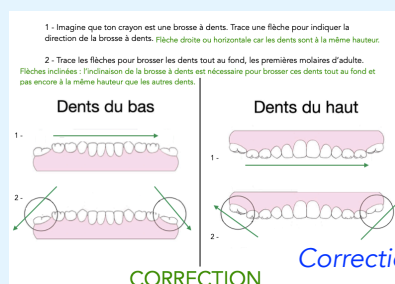
Planches disponibles dans la mallette en version plastifiée ou numérique sur clé USB.

• Activité

- Pour les enfants autour de 6 ans : tracer le chemin de la brosse à dents à l'aide de flèches et d'un stylo. L'objectif est la prise de conscience de la position de la dent de 6 ans, encore en dessous des autres dents. Il est alors nécessaire d'incliner la brosse à dents. Cette activité sur planche plastifiée peut être réalisée avec un feutre effaçable.



Feuille activité disponible dans la mallette, photocopiable ou imprimable à partir de la version numérique sur clé USB.



Correction sous forme de planche disponible dans la mallette en version plastifiée ou numérique sur clé USB.

f) Brossage et orthodontie

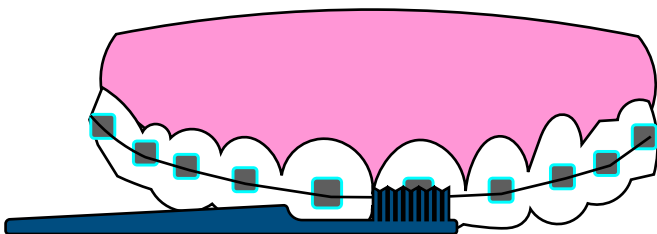
Porter un appareil dentaire complique considérablement le brossage et augmente le risque d'avoir des caries. Avant de commencer tout traitement, il faut s'assurer que le brossage est régulier et efficace. Pendant le traitement, il est nécessaire d'adapter le matériel, de le renouveler plus régulièrement et d'adapter la méthode de brossage au type d'appareil.

Attention : l'orthodontiste ne vérifiera pas les caries.
Il faut continuer à aller voir un dentiste au moins tous les 6 mois (peut-être plus fréquemment selon le risque carieux de l'enfant).

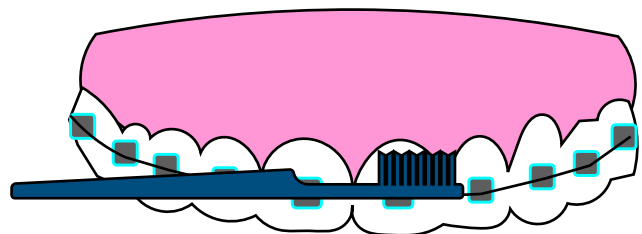
- **Pour les appareils multi-attaches (les "bagues") :**

1. **Faces vestibulaires***: brosser **sur** les brackets, **sous** les brackets et **entre** les brackets et la gencive.
2. **Faces occlusales** : brosser classiquement.
3. **Faces palatines ou linguales** : brosser classiquement
4. Passer les **brossettes** entre chaque bracket.

*** Faces vestibulaires :**



Sur les brackets



Entre les brackets et
la gencive



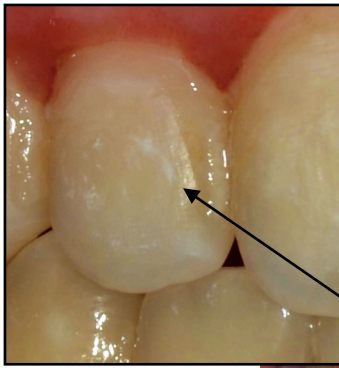
Passage indispensable de la brossette entre chaque bracket (prévoir le matériel pour l'enfant).

Un bon brossage en cours de traitement orthodontique prend du temps. C'est normal !

Il est important de sensibiliser les enfants et adolescents au risque plus important de développer une gingivite lors du traitement orthodontique et de l'apparition de caries autour des brackets qui entraînent des "tâches" à la fin du traitement.



Gingivite induite par la plaque dentaire au cours d'un traitement orthodontique
(photographie d'un patient suivi au service dentaire du CHRU de Nancy)



Tâches de déminéralisation
visibles après dépose de
l'appareil

(photographie d'un patient suivi au
service dentaire du CHRU de Nancy)

- **Pour les appareils amovibles (les « plaques »)**

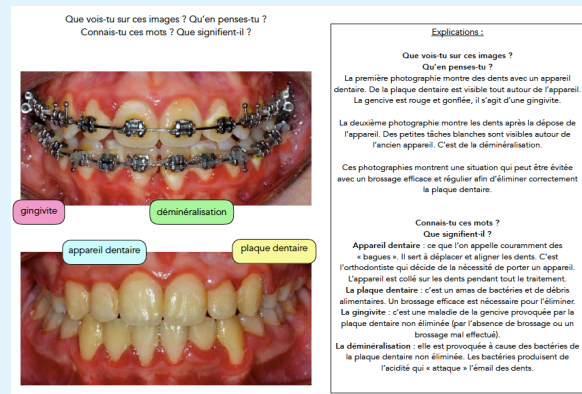
- Nettoyer l'appareil en dehors de la bouche idéalement avec une brosse dédiée car elle peut s'user rapidement.
- Brosser les dents sans l'appareil en bouche, certains enfants n'y pensent pas...



OUTILS

• Photolangage

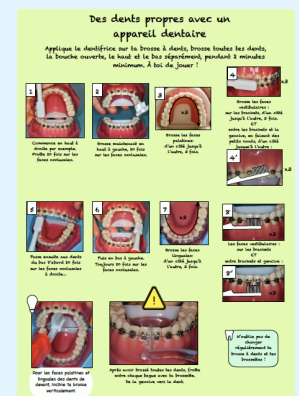
Pour les enfants qui portent un appareil multi-attaches ou « des bagues » : discussion autour de ces photographies montrant une gingivite ou la présence de tâches de déminéralisation après la dépose de l'appareil.



Photographies avec explications au verso disponibles dans la mallette ou en version numérique sur la clé USB.

• Poster

Tuto brossage avec appareil dentaire, à afficher près du lavabo.



• Vidéo

Une vidéo est proposée aux enfants ou adolescents portant un appareil afin de leur montrer pourquoi il faut brosser sur les brackets, sous les brackets, entre chaque bracket et entre les brackets et la gencive.



Vidéo disponible sur la clé USB.

g) Mes gencives saignent quand je brosse mes dents... Que se passe-t-il ?

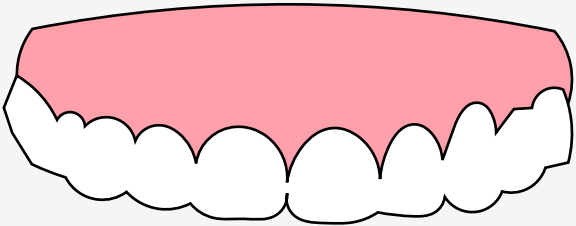
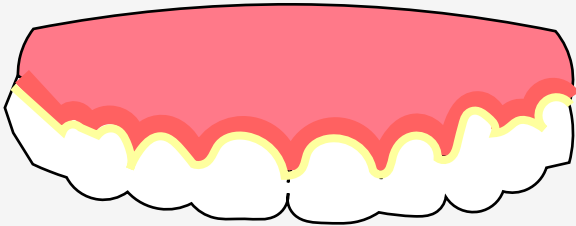
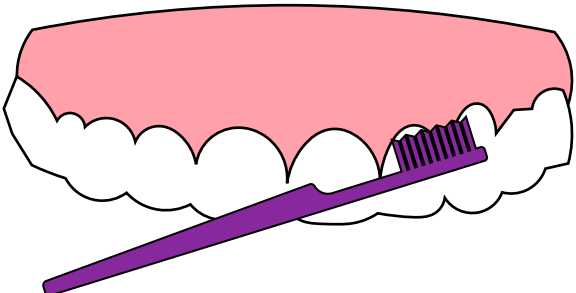
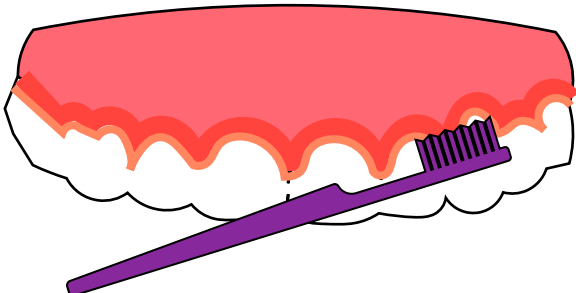
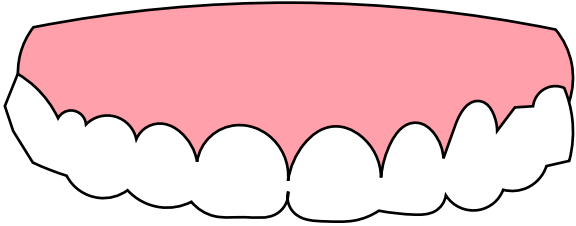
Un brossage non effectué, ou mal effectué, laissant de la plaque dentaire en bouche est néfaste pour les dents mais également pour la gencive. Au contact de la plaque, la gencive déclenche une réaction inflammatoire : sa couleur normalement rosée devient rouge, elle se met à gonfler, devient sensible et peut saigner spontanément.

Ce phénomène s'appelle la **gingivite** et correspond à un état encore réversible avec un bon brossage. Si rien n'est fait, la gingivite peut évoluer vers des stades irréversibles (maladie parodontale) où la gencive est éliminée progressivement, puis l'os peut être atteint. Dans les derniers stades, les dents deviennent mobiles.

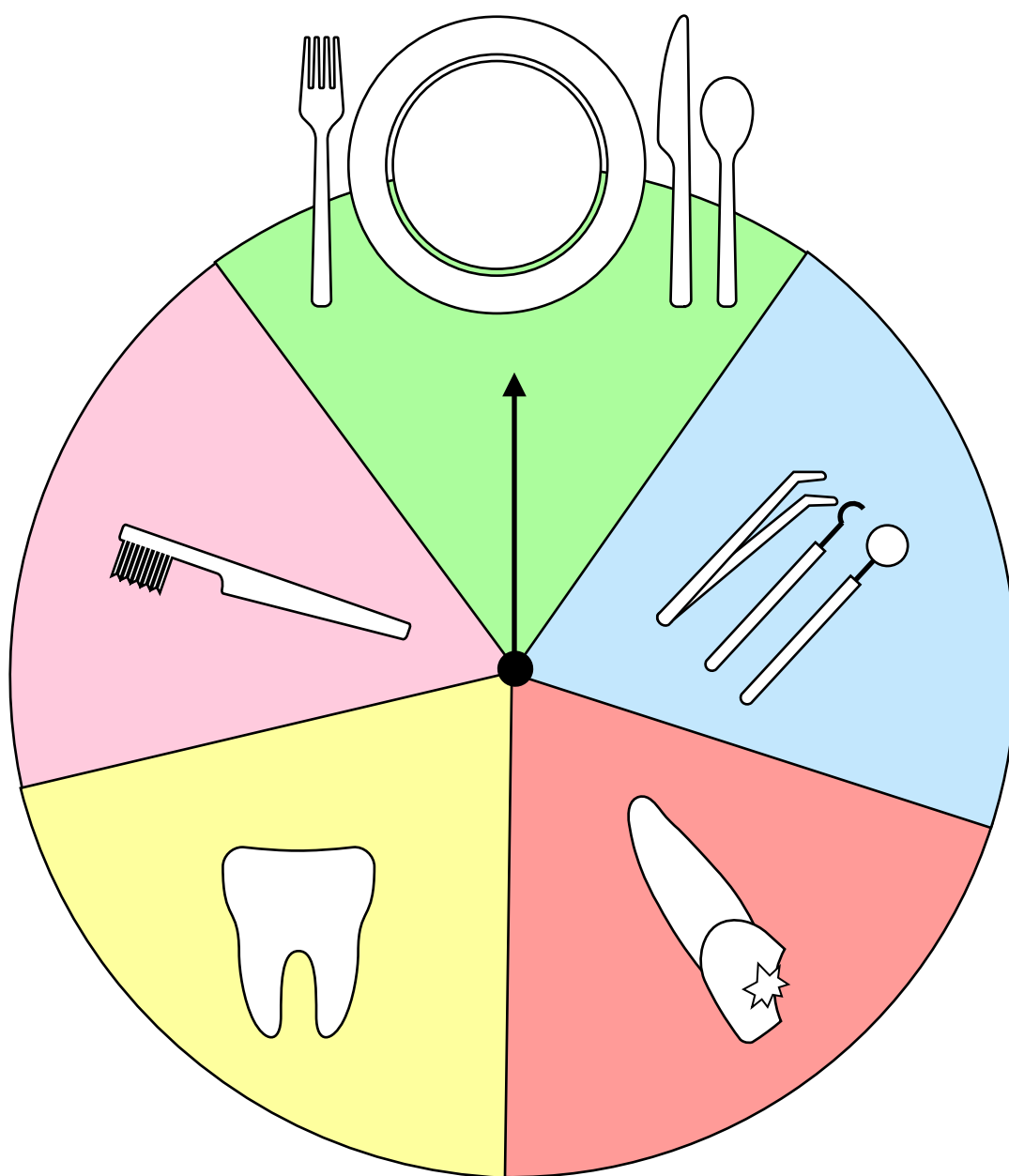
Beaucoup d'enfants rapportent un saignement lors du brossage, cela les inquiète. Ils préfèrent alors ne plus brosser ou très superficiellement. En effet, le sang venant de la gencive enflammée se mélange à la salive et peut alors paraître impressionnant. Il est important de leur faire comprendre que si leur gencive saigne, c'est en fait un "signal d'alarme" de la gencive qui est agressée par les bactéries de la plaque car insuffisamment brossée.

La solution est donc de brosser davantage pour soulager la gencive et non l'inverse qui ne ferait qu'aggraver son état inflammatoire. En général, les saignements disparaissent au bout d'une dizaine de jours si le brossage est réalisé correctement tous les matins et tous les soirs.

Si les saignements persistent malgré tout, prenez un rendez-vous auprès d'un dentiste !

Gencive saine	Gingivite
 gencive rose absence de plaque	 gencive rouge, gonflée, sensible, qui saigne facilement présence de plaque dentaire
Réaction de la gencive lors du brossage :  absence de saignement Expliquez bien qu'il faut brosser de la gencive vers la dent = du rose vers le blanc, afin de bien chasser les bactéries accumulées sous la gencive.	Réaction de la gencive lors du brossage :  saignement lors du brossage, le sang se mélange à la salive. Après 10 jours, avec deux brossages par jour, pendant deux minutes :  La gencive est redevenue saine, sans saignement ni plaque dentaire.

L'ALIMENTATION



a) Ne diabolisons pas le sucre !

Il est important de ne pas diaboliser la consommation de sucreries. Consommé en quantité raisonnable, le sucre est source de plaisir simple pour petits et grands. Priver les enfants de sucreries n'engendra très souvent que frustration et "gavage" à la première occasion. Beaucoup d'enfants relatent manger plein de sucreries dans le bus en cachette avant de rentrer chez eux...

Là où il devient néfaste pour les dents, c'est lorsqu'il est consommé trop fréquemment dans la journée, et surtout si c'est en dehors d'un des quatre repas de la journée... En dehors des occasions spéciales (anniversaires, fêtes...) il ne faut manger des sucreries que si elles sont intégrées à un repas.

b) Quelques explications pour mieux comprendre le problème

Au moment du repas, le sucre est transformé en **acide** (= chute du pH dans la bouche) par les bactéries de la plaque dentaire. Cet acide formé agit alors sur l'émail en le déminéralisant. La déminéralisation de l'émail, qui correspond à la dissolution des cristaux à la surface de l'émail, est le point de départ des caries.

1. Entre les repas, la salive fait remonter le pH de la bouche. On se retrouve alors en phase de reminéralisation de l'émail. Les cristaux perdus se reprécipitent sur l'émail. Tout va bien, la balance est équilibrée.
2. Si l'on mange trop souvent dans la journée (même des toutes petites quantités), il y a plus de périodes de déminéralisation que de périodes de reminéralisation. L'équilibre est rompu, la carie commence à s'installer.
3. C'est donc bien **la fréquence d'ingestion** de sucre, c'est-à-dire le fait de « consommer souvent » du sucre qui est à l'origine des caries. Bien plus que la quantité globale de sucre ingérée.
4. Les enfants comprennent très bien ce phénomène si on leur explique que leurs dents ont besoin de se reposer entre chaque repas.

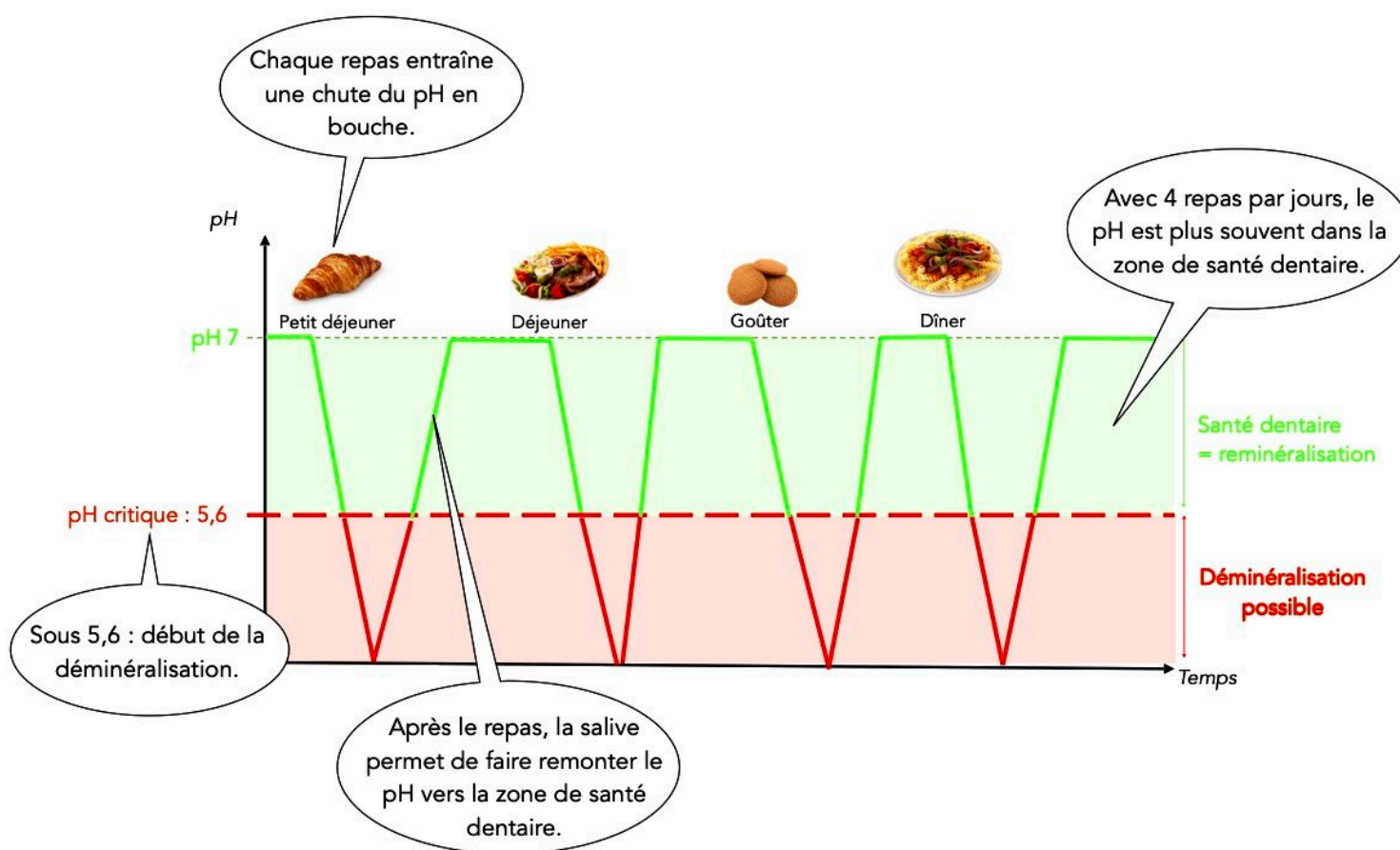


Le saviez-vous?

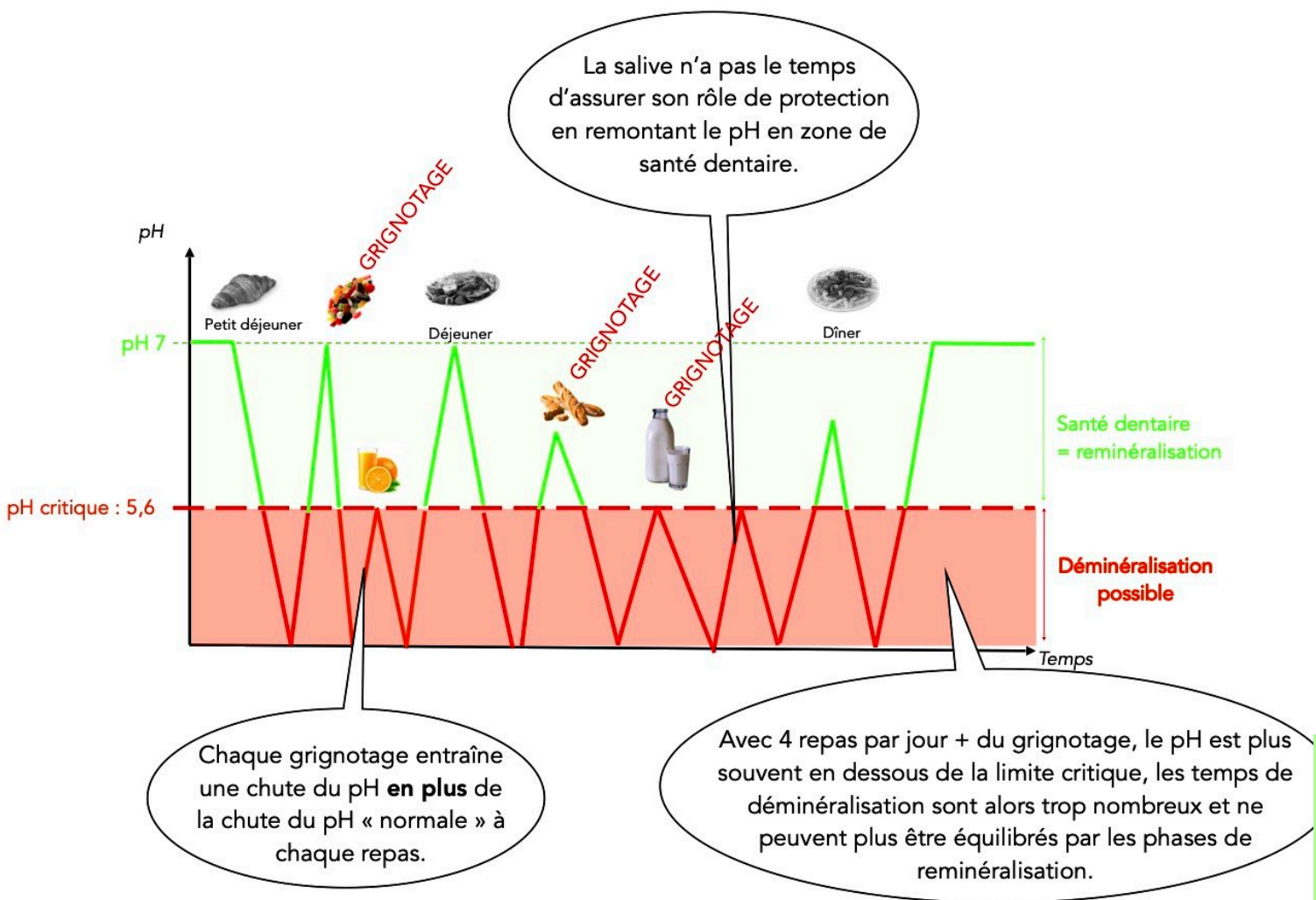
Le **sucre consommé le soir** en l'absence de brossage est encore plus néfaste pour les dents !

La nuit, nous produisons moins de salive, la bouche est plus sèche. Du sucre consommé le soir avant d'aller dormir entraîne une acidité en bouche dangereuse pour les dents, celles-ci sont alors beaucoup moins protégées la nuit. Les caries se développent beaucoup plus vite

Schémas illustrant les conséquences du grignotage :



Fréquence de repas recommandée (4 fois par jour) et équilibre entre phases de déminéralisation et de reminéralisation.



4 repas par jour + grignotages entre les repas : le pH est trop souvent inférieur à 5,6, l'équilibre est rompu : les dents sont en danger.

Discussion avec les enfants :

« Pour pouvoir bien grandir et avoir de l'énergie toute la journée, il faut bien évidemment se nourrir. Mais attention, on ne peut pas manger ou boire ce que l'on veut quand on veut ». Dans une journée, il est important de faire **4 repas** : le petit déjeuner, le déjeuner, le goûter et le dîner.

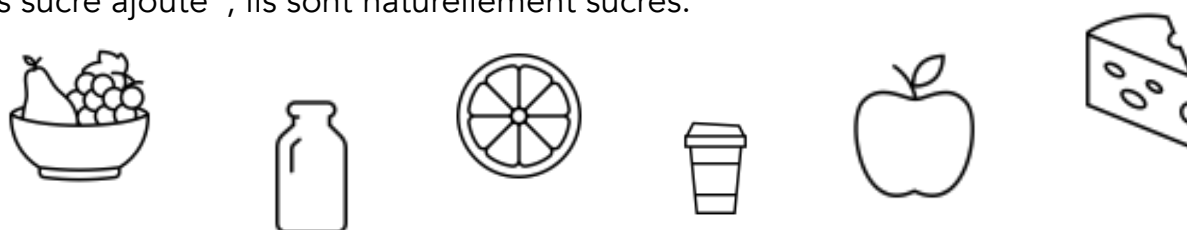
Entre ces 4 repas, il ne faut pas grignoter, ni boire de soda ou de jus de fruits. Il faut laisser les dents se reposer. **Seule l'eau peut être consommée à tout moment de la journée !** Il est important d'utiliser des exemples concrets du quotidien. Par exemple : « ton gouter doit être mangé en une seule fois et non pas en deux ou trois fois »

c) Les sucres cachés

Le sucre est présent dans beaucoup d'aliments. Certains contiennent du sucre de façon évidente. C'est le cas des bonbons, du chocolat, des gâteaux, des sirops ou des sodas. Les enfants savent qu'ils sont à l'origine des caries...



Par contre, précisons leur que des aliments, même bons pour la santé, contiennent aussi du sucre, comme les fruits, les jus de fruits, le lait, les yaourts, même "sans sucre ajouté", ils sont naturellement sucrés.



D'autres aliments encore qui ne nous semblent pas sucrés le sont pourtant, comme le pain, les gâteaux apéritifs, les pâtes ou les sauces...



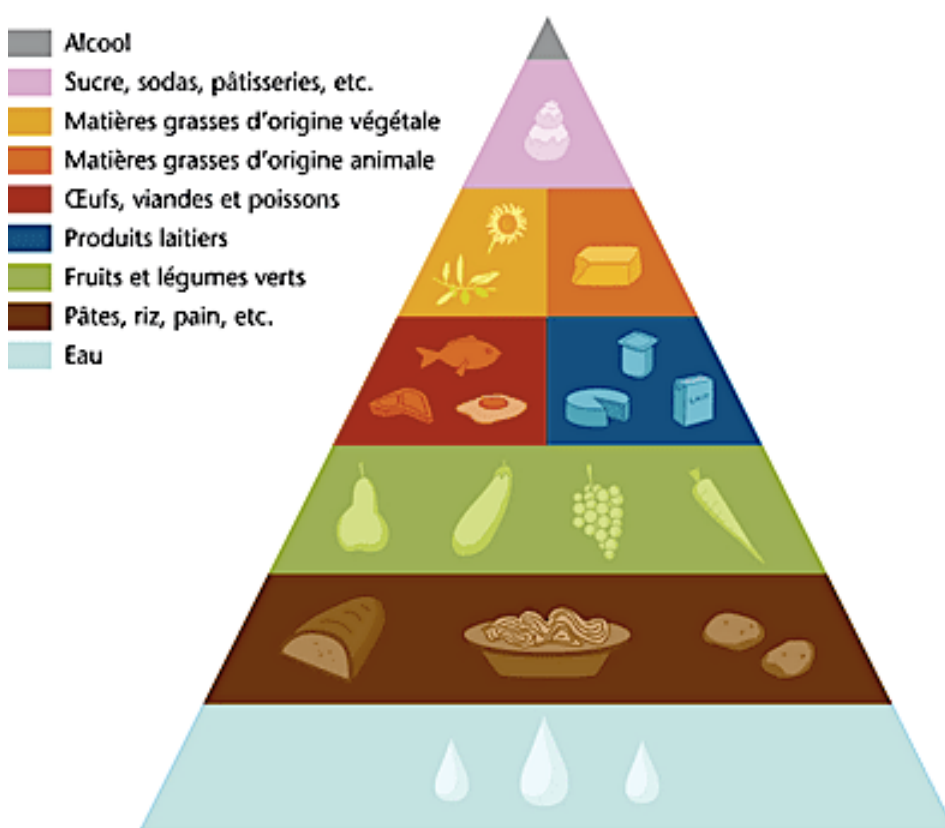
Les enfants sont souvent capables de dire spontanément qu'il ne faut pas manger de bonbons ou boire de soda tout au long de la journée. Par contre, cela semble beaucoup moins évident concernant le fait de manger du pain ou boire du jus d'orange toute la journée. Beaucoup pensent que le pain n'est pas sucré, que le jus d'orange est plein de vitamines car ces aliments sont considérés comme bons pour les enfants. On leur précise toutefois évidemment que certains aliments sont meilleurs pour la santé que d'autres (et qu'il vaut mieux manger une pomme qu'une barre chocolatée...). Il est important de leur expliquer que le sucre se cache partout et que donc tous les aliments (**sauf l'eau**) empêchent les dents de se reposer et peuvent donc entraîner des caries. Il faut leur expliquer que les aliments salés contiennent également du sucre et sont donc à l'origine de caries s'ils sont mangés trop souvent et en dehors des repas (bretzels, pain, fromage...).

d) Les repas équilibrés

Comme expliqué plus haut, il est important de ne manger que 4 repas par jour pour des dents en bonne santé, en dehors de l'eau qui peut être consommée à tout moment.

On adapte ces 4 repas pour qu'ils soient équilibrés. La pyramide alimentaire est un schéma facile à comprendre qui illustre la plupart des recommandations à propos de la consommation alimentaire journalière. Plus la pyramide est large (à la base), plus les aliments qui y figurent peuvent être consommés en quantité. À l'inverse, plus la pyramide s'amincit (au sommet), plus les aliments doivent être consommés avec parcimonie.

Notons toutefois que cette pyramide est une représentation simplifiée et ne prend pas en compte les différentes sources de protéines ou la teneur en lipides par exemple (Vidal, 2019). Elle reste toutefois un support intéressant pour expliquer aux enfants qu'aucun aliment n'est interdit mais qu'il faut simplement contrôler sa consommation et notamment les quantités selon la catégorie d'aliment concernée.



(source : Afssa)

OUTILS

• Activités

- Pour les plus petits, jusque 6 ans : montrer aux enfants les temps de repas sur la frise. Cela permet de faire comprendre aux enfants qu'il y a 4 repas dans une journée, en dehors des repas les dents se reposent. Vous pouvez également discuter avec eux des aliments que l'on peut consommer (solutions proposées en bas de la page).

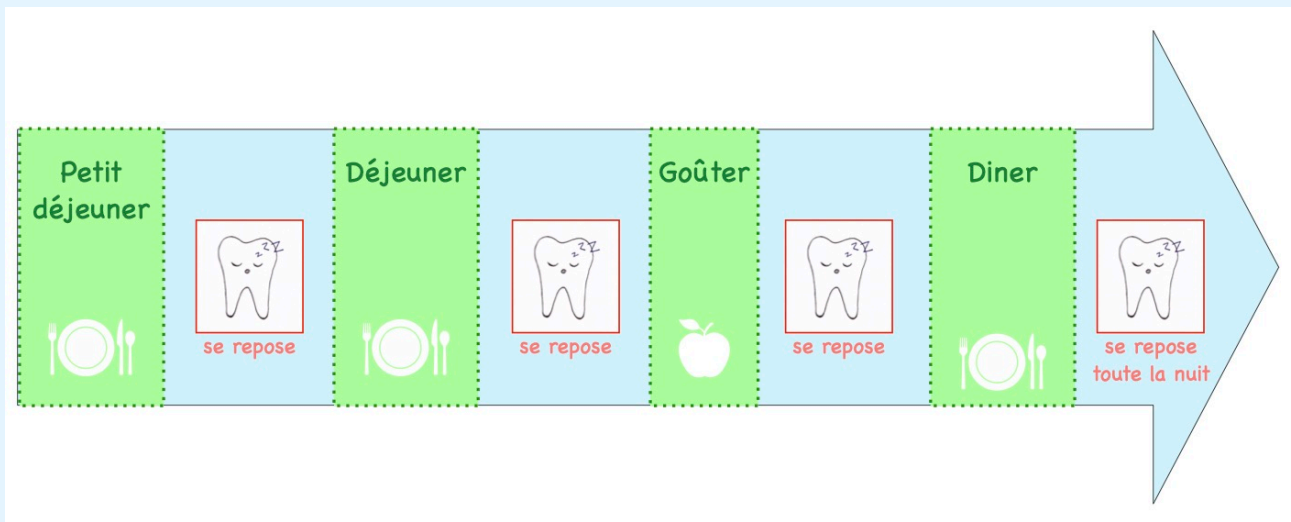


Tableau et vignettes disponibles dans la mallette ou sur la clé USB.

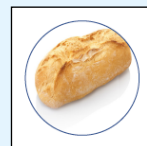
- À partir de 6 ans : classer les vignettes d'aliments dans les 3 colonnes suivantes :



Je peux en manger ou boire n'importe quand la journée

Je peux en manger ou boire tous les jours uniquement lors des repas

Je peux en manger ou boire de temps en temps, idéalement lors d'un des 4 repas

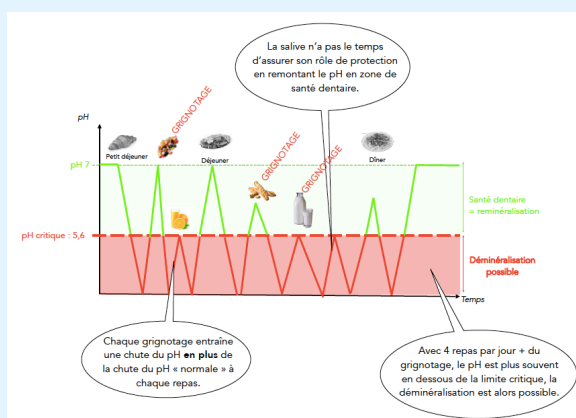
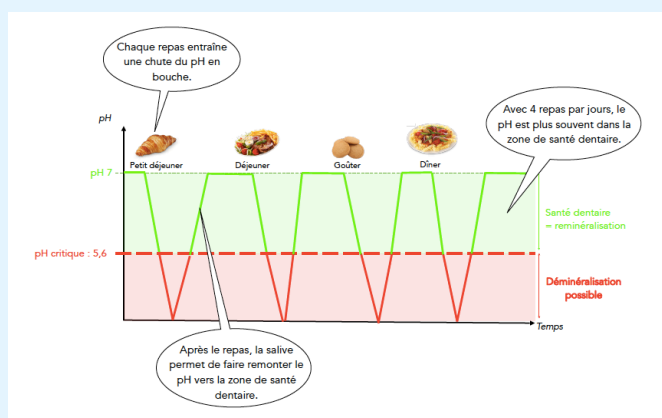
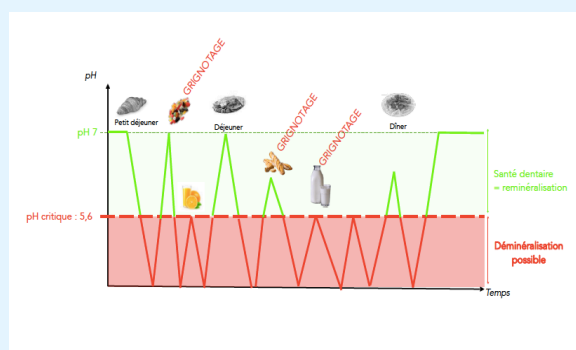


Solutions :

- **N'importe quand dans la journée** : EAU uniquement
- **Tous les jours lors des repas** : aliments nécessaires comme par exemple les fruits et légumes, les féculents, le pain, les viandes, les produits laitiers...
- **De temps en temps idéalement lors d'un repas** : aliments exceptionnels comme des bonbons, du chocolat, des sodas...

• Photolangage

- Pour les plus grands : discussion autour des schémas illustrant les conséquences du grignotage sur le pH en bouche. Utiliser d'abord les schémas sans les bulles explicatives. Nous ne sommes pas obligés de parler de pH mais plutôt de zone critique ou de danger.



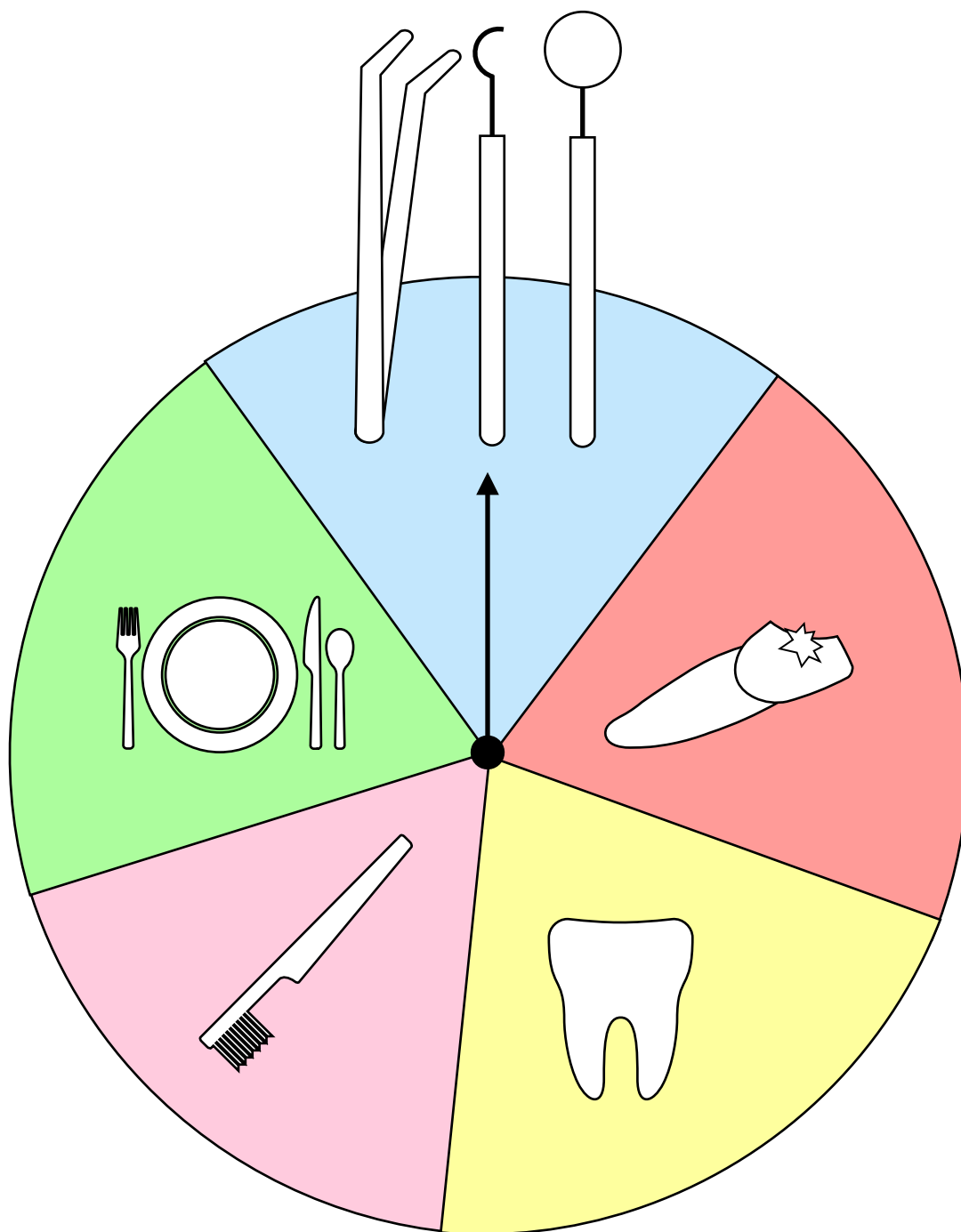
Schémas disponibles dans la mallette ou sur la clé USB.

• Jeu de société « petite souris à la recherche des 4 fromages » :

Les cartes au bord vert correspondent à la catégorie « l'alimentation ». Il est possible de les utiliser en dehors du jeu afin de poser des questions aux enfants à ce sujet.

Quels sont les éléments responsables de la carie ? a) La salive b) Le sucre c) Les bactéries	Quelle bague n'est pas sucrée ? a) Le strap de gomme b) Dents c) Le jus d'orange	Réponse Les bactéries et le sucre. La carie est une maladie provoquée par des bactéries. Elles créent le sucre des aliments pour produire des acides qui attaquent les dents. Le fromage diminue les risques alimentaires et les bactéries et réduit le risque d'avoir des caries.	Réponse Dents. C'est la seule bague que l'on peut boire à tout moment de la journée sans risque de provoquer des caries.
Quels sont les différents repas dans une journée ?	Quel est le meilleur moment pour boire une bague sucrée ? (ex de fruit, soda, strap...)	Réponse Le petit déjeuner / le déjeuner / le goûter / le dîner	Réponse Au moment de certains repas ou juste avant et après. Protéger les dents des repas pour ne pas altérer les goûts. En dehors des repas, la bague sucrée protège les dents et favorise le développement des caries.
Le lait est-il sucré ?	Manger des bonbons cause-tillogement des caries ?	Réponse Oui, il est naturellement sucré.	Réponse Non. Cela dépend de combien de sucre on mange. Plus on mange de sucre, plus on a de caries. Il faut augmenter le nombre de prises sucrées dans la journée et bien brosser les dents au repas.
Pour ne pas avoir de carie il faut : a) grignoter entre les repas b) brosser les dents au repas	Le grignotage est-il mauvais pour les dents ?	Réponse Laisser les dents se reposer entre chaque repas.	Réponse Oui. Le grignotage est mauvais car chaque grignotage provoque une acidification dans la cavité buccale. Cette acidification affaiblit les dents et favorise le développement des caries.

LE DENTISTE



a) Préparer la visite chez le dentiste

Pour beaucoup d'enfants, aller chez le dentiste peut représenter une source d'inquiétude plus ou moins marquée, notamment par la mauvaise image encore souvent véhiculée à travers certains livres ou dessins animés destinés aux enfants, par le discours qu'ils ont entendu de certains adultes ou juste par peur de l'inconnu. Le passé compliqué des enfants peut rendre cette étape encore plus difficile, tant la consultation chez le dentiste touche à l'intime. Vous pouvez préparer les enfants à leur première consultation chez le dentiste en leur donnant une **image positive et adaptée**.

Pour les plus jeunes, il est important d'imager le dentiste et le cabinet sans trop de détails. Leur expliquer en amont la tenue du dentiste peut les aider à se préparer. Des livres sélectionnés ou des coloriages peuvent leur être proposés.

Pour les plus grands et adolescents, l'outil informatique et les réseaux sociaux peuvent s'avérer utiles pour communiquer sur ce sujet. Des comptes vous seront recommandés dans la partie « OUTILS ».



Le calot : il retient les cheveux du dentiste.

Les lunettes de protection : elles protègent les yeux du dentiste des projections.

Le masque : il protège le dentiste et le patient d'une contamination microbienne venant de la bouche, du nez et des voies respiratoires.

La blouse : tenue réservée au cabinet dentaire. Elle est souvent blanche mais parfois d'autres couleurs.

Les gants

Les chaussures de travail

De même, décrire le cabinet dentaire (fauteuil, lumière, salle d'attente...) les aidera.

Pour les plus jeunes :

« Le cabinet dentaire, c'est l'endroit où travaille le dentiste.

On y trouve : un grand fauteuil, pour être installé bien confortablement. Une lampe qui éclaire beaucoup, parce que dans la bouche il fait tout noir. Une aspiration, qui aspire la salive et l'eau, elle ressemble à une paille. Un appareil à radiographies qui permet de voir l'intérieur des dents »

Pour les plus grands et adolescents :

Il est possible qu'un enfant plus âgé, même adolescent, ne soit jamais allé chez le dentiste. Si l'inconnu lui fait peur, vous pourrez le rassurer en lui montrant cette photographie d'un cabinet par exemple.

La lampe

L'appareil à radiographies

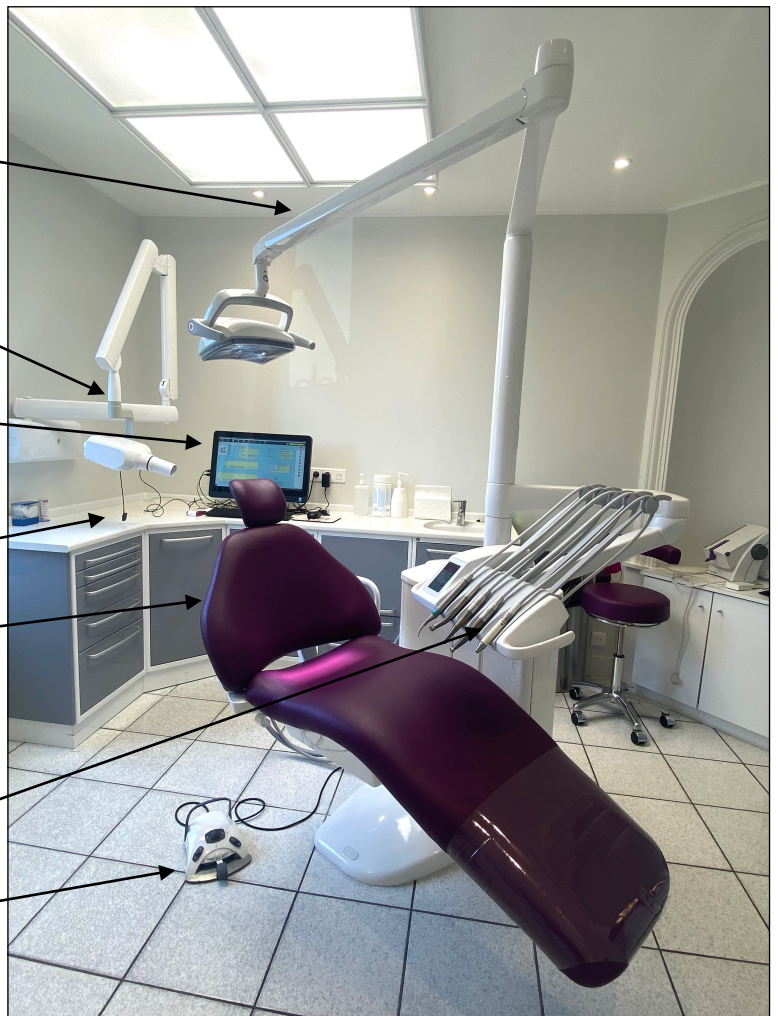
L'ordinateur

Le plan de travail et les rangements

Le fauteuil

Les porte-instruments, le spray à air et eau, le détartreur...

La pédale



Cette photographie est disponible dans la mallette.

Enfin, les instruments du dentiste peuvent aussi être effrayant... Les avoir vu une première fois peut aider à dédramatiser.



« Le dentiste utilise différents instruments pour regarder dans la bouche : un miroir, pour voir tous les côtés de toutes les dents. Une sonde, c'est comme un stylo qui permet de voir s'il y a des caries. Une soufflette pour sécher les dents. Une brosse à dents électrique »

La sonde : c'est comme un stylo.

L'aspiration : c'est comme une paille pour aspirer la salive et l'eau dans la bouche.

Les cotons : ils sont tous doux. On les met en bouche pour isoler la dent, lui permettre de rester sèche pour mieux travailler.

La précelle : c'est comme deux doigts fins pour attraper des petits objets.

Le miroir : pour voir toutes les faces de toutes les dents.

La micro brosse : c'est un tout petit pinceau, on l'utilise parfois pour mettre du vernis protecteur par exemple.

Si les plus grands savent généralement qui est le dentiste, ils ne sont pas moins inquiets pour autant. Il est important de leur faire comprendre en quoi la visite chez le dentiste est fondamentale.

OUTILS :

• Livres

Vous trouverez dans la mallette des livres adaptés et validés sur les dents, le dentiste ou le brossage.

Pour les plus petits



Ces livres permettent de rassurer les enfants avant une visite chez le dentiste en donnant une image positive.



Livre explicatif abondant de nombreux thèmes tels que le brossage, le dentiste, les dents.

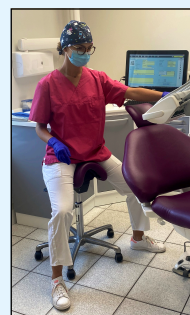
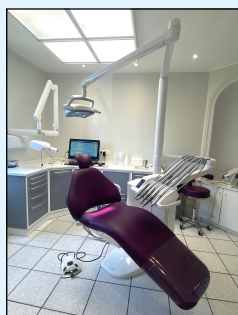
Dès 6-7 ans



Ce livre sous forme de questions - réponses aide à préparer la visite chez le dentiste.

• Images

Afin de préparer la visite chez le dentiste, pour les curieux qui se demandent à quoi ça ressemble ou les plus peureux de l'inconnu, vous pourrez leur montrer ces images du dentiste, du cabinet et des instruments accompagnés de leur légende.



Ces images sont disponibles en version plastifiée dans la mallette ou sur la clé USB.

• Dessins animés

Il est important de choisir le dessin animé en fonction de son contenu. Certains seront adaptés à des enfants qui ne connaissent pas le dentiste afin de leur donner une image positive. D'autres seront utiles pour les enfants qui disent avoir peur du dentiste.

Ces deux dessins animés sont destinés et utiles uniquement pour les enfants ayant peur et le disant.

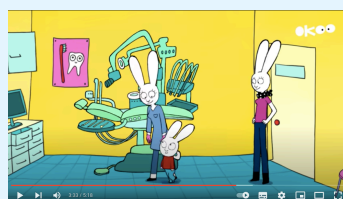
« Peppa Pig chez le dentiste »
5 minutes



« Caillou chez le dentiste »
3 minutes

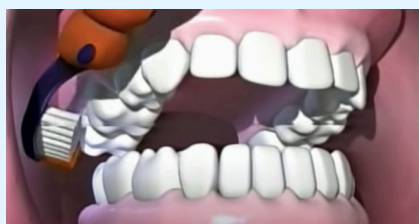


« Simon, Ah ! Pas le dentiste ! »
5 minutes



« Toi tu pourras y aller avec ton éducateur si tu veux »

« Patty et Quentin au pays des dents »
6 minutes

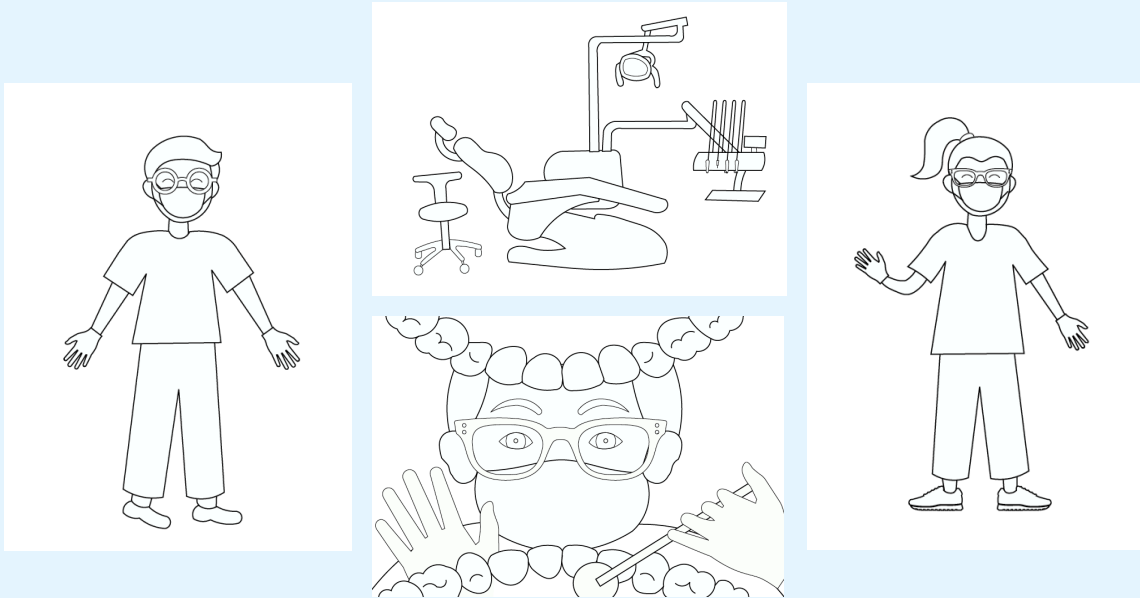


« Adibou : pourquoi j'ai mal aux dents? »
5 minutes



• Coloriages

Des coloriages sont disponibles dans la mallette à photocopier ou à imprimer sur la clé USB. C'est une manière simple d'allier les bienfaits du coloriage (renforcer la capacité d'attention et l'habileté motrice par exemple) à une image positive du dentiste.



• Réseaux sociaux (pour les enfants les plus grands ayant accès aux réseaux)

sur **TikTok** : @docteur.kevin ou @dr.never, des vidéos réalisées par des dentistes au cabinet dentaire. Une façon de répondre aux questions et surtout de dédramatiser la visite chez le dentiste.

ou **Instagram** : « les.maux.de.la.bouche ». Des conseils et informations sur la santé bucco-dentaire sont donnés sur ce compte. De nombreux thèmes sont abordés tels que le brossage, le dentifrice, l'orthodontie, les brosses à dents, les caries, le fluor, les soins dentaires...

• Jeu de société « petite souris à la recherche des 4 fromages » :

Les cartes au bord bleu correspondent à la catégorie « le dentiste ». Il est possible de les utiliser en dehors du jeu afin de poser des questions aux enfants à ce sujet.

Comment s'appelle le médecin qui soigne les dents ? 1. Le dentiste 2. Le médecin 3. Le chirurgien	Quand apparaît la première dent ? 1. Vers 6 ans 2. Vers 12 ans	Réponse 1. C'est le dentiste qui soigne les dents. Il travaille dans le cabinet dentaire et aide les patients à garder leurs dents en bonne santé.	Réponse 1. Les premières dents apparaissent vers 6 ans. Elles sont appelées dents de lait. Elles tombent vers 12 ans et sont remplacées par des dents définitives. C'est le dentiste qui aide les patients à garder leurs dents en bonne santé.
Combien de dents le dentiste a-t-il ?	Est-il important de se brosser les dents ? 1. Oui, c'est très important de se brosser les dents. Cela aide à garder les dents en bonne santé et à éviter les caries. Il faut se brosser les dents deux fois par jour.	Réponse 1. Les dentistes ont 28 dents de lait qui tombent vers 12 ans et sont remplacées par des dents définitives. C'est le dentiste qui aide les patients à garder leurs dents en bonne santé.	Réponse 1. Il est très important de se brosser les dents. Cela aide à garder les dents en bonne santé et à éviter les caries. Il faut se brosser les dents deux fois par jour.
Quand faut-il aller chez le dentiste ? 1. Quand on a mal aux dents 2. Au moins une fois par an pour une consultation 3. Quand on a mal aux dents	À quoi servent les dents ? 1. Manger 2. Parler 3. Sourire	Réponse 1. Au moins une fois par an et si on a mal aux dents. Il faut aussi aller chez le dentiste si on a mal aux dents ou si on a des problèmes de dents.	Réponse 1. Manger, parler et sourire. C'est pour ça que les dents sont si importantes pour les gens. Elles nous aident à manger, à parler et à sourire.
Quelle est la couleur d'une dent ?	Que doit-on faire si on a mal aux dents ?	Réponse 1. Elles sont blanches, mais elles peuvent devenir jaunes ou brunes si on ne se brossait pas les dents.	Réponse 1. Le dentiste.

b) Quand aller chez le dentiste ?

La première visite chez le dentiste est recommandée lors de la première année de l'enfant. Au moment du placement, la visite chez le dentiste doit faire partie du bilan de santé initial de l'enfant. La HAS (Haute Autorité de Santé) recommande au moins **une visite de contrôle par an** chez le dentiste. En pratique, la fréquence des rendez-vous sera déterminée par le dentiste en fonction de l'âge, de l'état dentaire, des éventuels soins à prévoir et des besoins spécifiques de l'enfant.

L'intérêt des contrôles réguliers est de détecter le plus tôt possible les problèmes éventuels (caries, problèmes de gencives, anomalies dentaires...) afin de réaliser les éventuels soins nécessaires. Plus le dentiste détecte précocement une pathologie, plus elle sera facile à soigner. Il ne faut pas attendre d'avoir mal pour consulter un dentiste car la séance pourrait s'avérer plus difficile et plus longue.

Beaucoup d'enfants pensent qu'ils n'ont pas besoin d'aller chez le dentiste tant qu'ils n'ont pas mal aux dents ou s'ils ne voient pas de caries. N'hésitez donc pas à insister sur l'importance des contrôles réguliers en expliquant notamment le fait que certaines caries peuvent se cacher et ne pas faire mal au début. Seul le dentiste peut les voir lorsqu'elles sont petites.

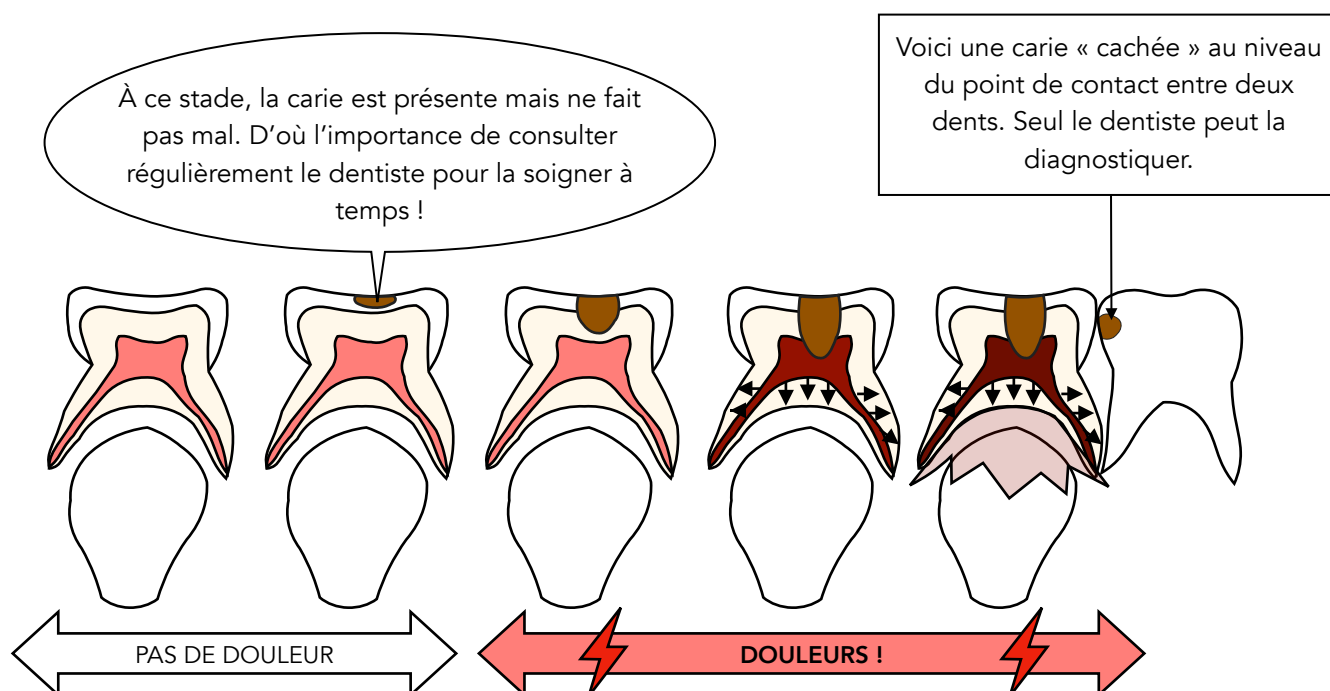
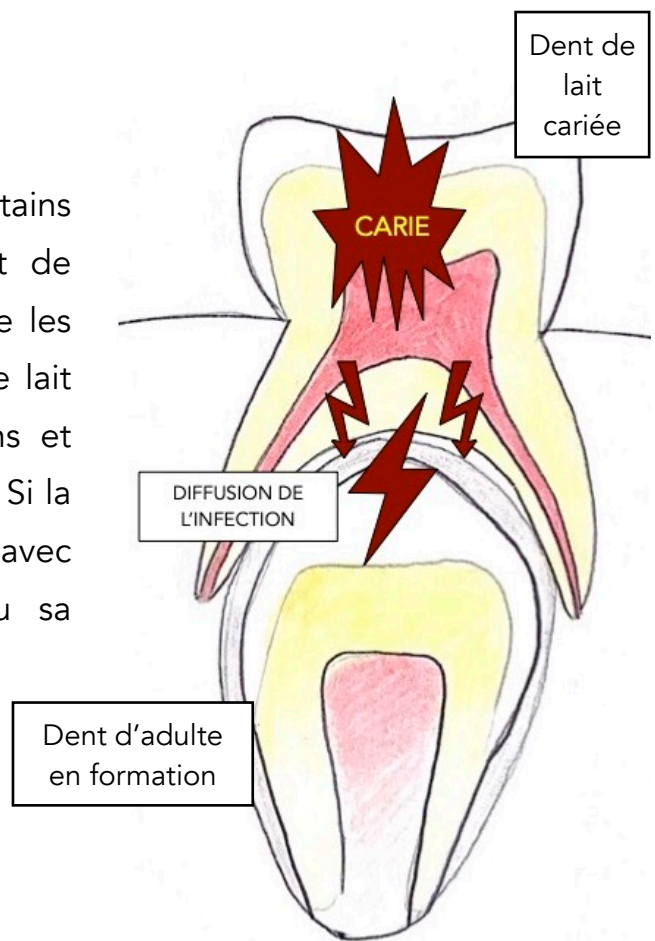


Schéma avec explications disponible dans la partie « Les dents » et dans la mallette.

c) À quoi ça sert de soigner ma dent de lait ? Puisqu'elle va tomber ?

Les enfants peuvent penser cela... Certains adultes également. Il est pourtant important de comprendre qu'elles sont à soigner autant que les dents permanentes. Les caries sur les dents de lait peuvent entraîner des douleurs, des infections et abîmer la dent d'adulte qui pousse en dessous. Si la dent d'adulte est abîmée, alors elle poussera avec des défauts dans sa forme, sa couleur ou sa résistance à la carie...



Bon à savoir :

Parfois les infections dentaires peuvent diffuser plus largement, au delà de la dent, et avoir des conséquences sur l'état général de l'enfant (oedème, fièvre, difficulté pour déglutir...) pouvant parfois mener jusqu'à l'hospitalisation.

De plus, les dents de lait ont un rôle important à jouer dans l'éruption correcte des dents d'adulte. En effet, elle servent de « guide » pour les dents d'adulte, il faut donc les garder en bonne santé pour ne pas avoir à les retirer trop tôt. Sans guide, les dents d'adultes pousseraient alors dans n'importe quel sens.

Et mon sourire alors ?

L'état dentaire joue un vrai rôle social et ce dès le plus jeune âge. Des difficultés de sociabilisation sont retrouvées chez beaucoup d'enfants qui ont de nombreuses caries en bouche. Il en va de même pour les taches et anomalies dentaires qui complexent beaucoup les enfants même s'ils ne l'expriment pas toujours. Ils s'empêchent alors de sourire, parlent peu, ne s'ouvrent pas aux autres.

N'hésitez pas à prendre rendez-vous chez un dentiste, il pourra vous conseiller, vous donner les différentes possibilités thérapeutiques et s'adapter aux spécificités de l'enfant.



d) Comment soigne-t-on une carie ?

Pour **les plus petits**, il est important de ne pas trop détailler le soin d'une carie afin de laisser le dentiste prendre les commandes et imager les choses. Vous pouvez toutefois parler du bruit ou de l'eau « comme sous la douche » mais surtout pas de pique... Sauf si un enfant aborde clairement la question, vous pouvez à ce moment utiliser les livres ou dessins animés proposés, notamment ceux destinés aux enfants ayant peur comme « Caillou chez le dentiste » ou « Simon, Ah ! Pas le dentiste ! ». Ils pourront vous aider à dédramatiser la situation.

« Soigner une carie c'est comme faire un dessin sur la dent, en lui faisant prendre une douche. Une fois que le dessin est terminé, on répare la dent avec une sorte de pâte à modeler spéciale, de la même couleur que la dent. Et voilà la dent est soignée ! »

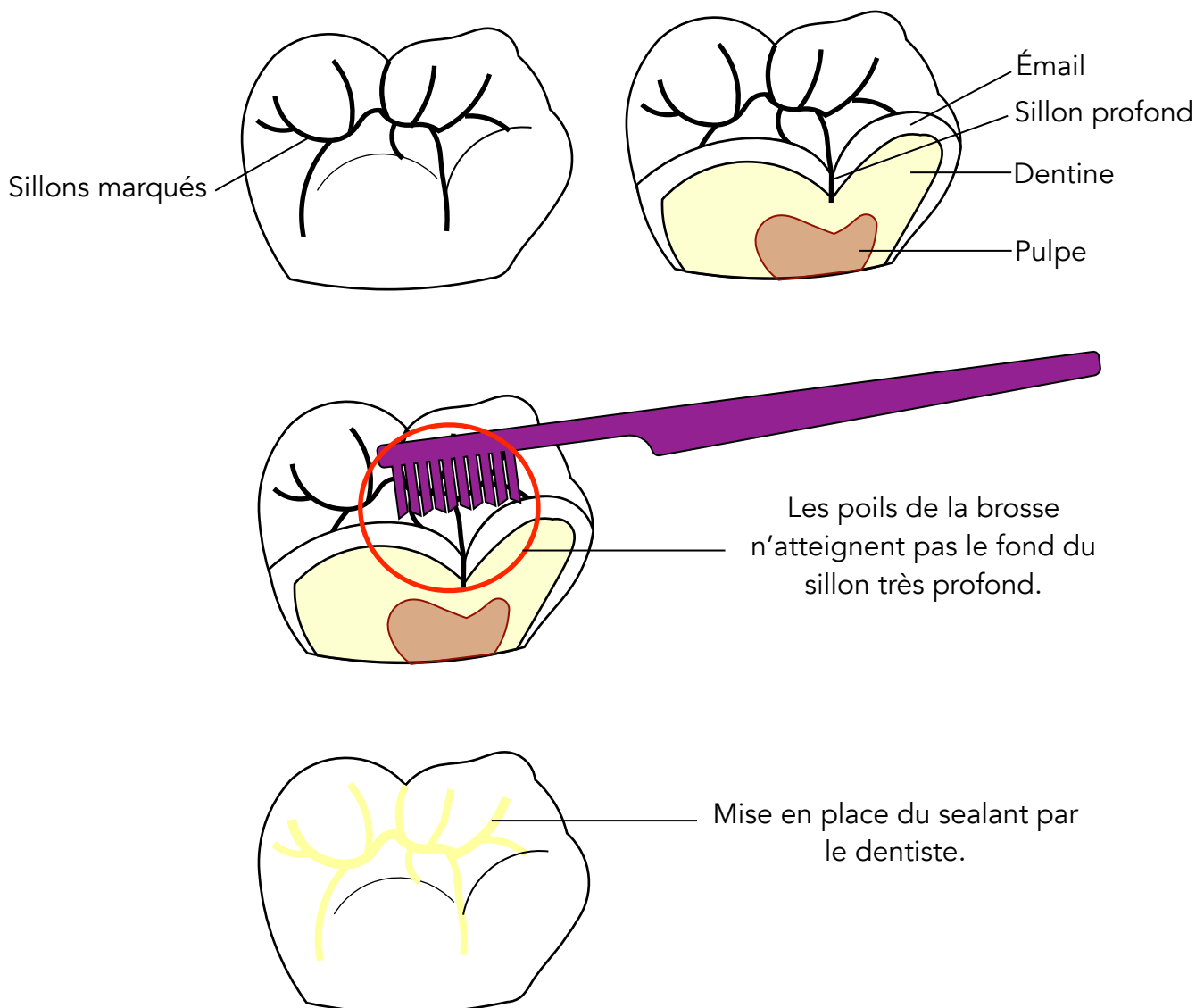
Les plus **grands** ont peut-être déjà eu des soins ou en ont parlé entre amis. Là encore, ne pas leur donner trop de détails. Insister sur l'importance d'expliquer au dentiste ce qui l'angoisse, si c'est le cas, pour pouvoir être aidé : peur de la douleur, de s'étouffer, de l'eau... Verbaliser la peur est un grand pas vers la compliance.

e) Alors si je n'ai pas de carie, le dentiste ne fait rien ?

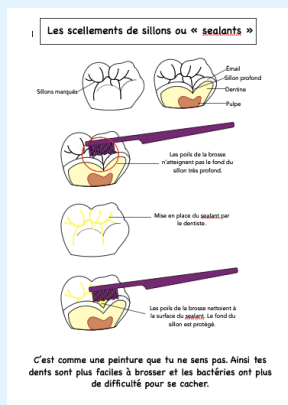
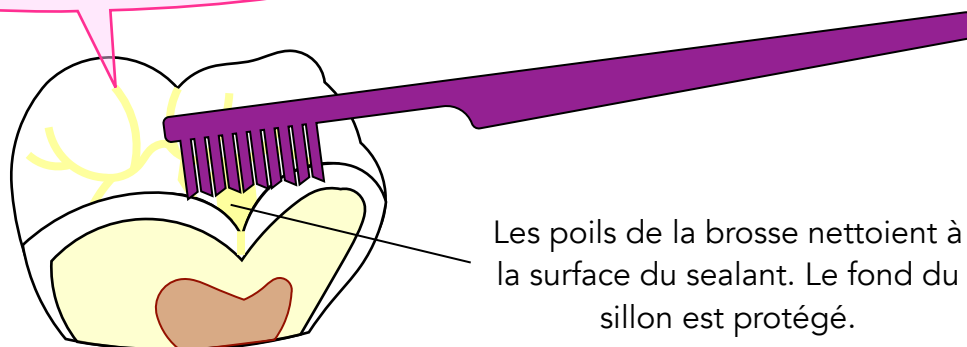
Les contrôles chez le dentiste sont très importants. Parfois, il ne fait que regarder pour s'assurer que tout va bien mais il peut aussi protéger les dents pour éviter qu'elles ne se carient. Il existe deux méthodes s'il les trouve fragiles.

Les scellements de sillons

C'est ce qu'on appelle les sealants. C'est une protection mise principalement sur les molaires d'adultes qui apparaissent autour de 6 ans puis 12 ans. Ces dents difficiles à brosser ont souvent des sillons anfractueux ou profonds. Les poils de la brosse à dents n'atteignent pas toujours le fond des sillons, les bactéries peuvent alors s'y accumuler. Cette protection permet de protéger le fond des sillons en le comblant.



« C'est comme une peinture que tu ne sens pas.
Ainsi tes dents sont plus faciles à brosser et les
bactéries ont plus de difficulté pour se cacher. »



OUTIL

Schémas disponibles dans la mallette sous forme de planche destinée aux enfants. Cela peut les aider à comprendre ce que leur dentiste a fait ou à visualiser de quoi il s'agit si des sealants sont prévus au prochain rendez-vous.

La fluoruration

C'est un vernis que l'on met sur toutes les dents pour les rendre plus fortes. Il est invisible au bout de quelques heures et protège les dents durant plusieurs mois.

Protocole à domicile

Avant la séance de fluoruration, il faut prévoir de bien manger et boire. Après la fluoruration, il faut respecter une durée de 2 heures avant de boire et de 4 heures avant de manger.

Pas de brossage exceptionnellement le soir même.

ATTENTION toutefois, ces protections ne dispensent pas du brossage et n'autorisent pas à manger n'importe quand.

f) Et l'orthodontiste que fait-il ?

L'orthodontiste est là pour s'assurer que les mâchoires grandissent correctement (et ce dès le plus jeune âge, parfois même avant 6 ans) et pour aligner les dents lorsque cela est nécessaire. Cela permet de limiter le risque de traumatismes dentaires et facilite le brossage.



Photographie d'un patient avant un traitement orthodontique. Les dents sont vers l'avant. Le risque d'un choc sur les dents de devant est augmenté. (document personnel)



Photographie d'un patient après un traitement orthodontique. Les dents sont alignées et ne sont pas inclinées vers l'avant. (document personnel)

Parfois le dentiste adressera l'enfant à l'orthodontiste pour avoir un avis. L'orthodontiste posera alors un diagnostic et l'indication ou non d'un traitement, maintenant ou plus tard.

Au cours d'un traitement orthodontique, les rendez-vous sont réguliers (environ tous les mois) mais courts. L'hygiène bucco-dentaire devra être vraiment bonne car avec un appareil, les dents peuvent se carier encore plus vite (tâches autour des bagues) et des problèmes de gencive peuvent plus vite arriver.

ASTUCE



Il est parfois possible de regrouper les rendez-vous chez l'orthodontiste et ainsi emmener plusieurs enfants à la fois.

ATTENTION

Beaucoup de personnes ignorent que l'orthodontiste ne cherche pas les caries ! Il ne les verra que si elles sont très volumineuses. En cours de traitement orthodontique, il faut obligatoirement voir un dentiste tous les 6 mois pour s'assurer que tout va bien.

g) Quelques mots sur la succion non nutritive et la respiration buccale.

La succion non nutritive :

Elle est à différencier de la succion nutritive en rapport direct avec une prise alimentaire (sein ou biberon). La succion non nutritive correspond à la succion du pouce ou d'une tétine par exemple. Cela engendre des difficultés dans la croissance des arcades et dans le positionnement des dents. S'il est très important que la succion soit arrêtée avant l'arrivée des dents d'adulte (donc avant les 6 ans de l'enfant), plus la succion est arrêtée tôt (idéalement avant les 2 ans de l'enfant), moins il y aura de risque de complications pour l'enfant.

Si la dimension affective de la succion (surtout chez les enfants placés) n'est évidemment pas remise en cause, les possibles dégâts sur la dentition de l'enfant sont également bien réels, de même que les difficultés parfois pour suivre un traitement orthodontique (notamment lorsque l'enfant change régulièrement de lieu de vie).

L'aider à arrêter la succion non nutritive le plus tôt possible est un énorme service à lui rendre. Des astuces existent pour vous y aider...

Consulter un dentiste pour aider l'enfant à arrêter :

Le dentiste pourra conseiller l'enfant et lui proposer des aides pour arrêter. Souvent l'arrêt sera amené en deux temps : d'abord la journée puis la nuit. Si l'approche psychologique ne suffit pas et selon l'âge de l'enfant, des petits dispositifs orthodontiques peuvent aussi être proposés.



Image issue du site lecourrierdudentiste.com

Il est important d'expliquer aux enfants pourquoi il faut arrêter la succion.

Leur montrer une photographie des conséquences et leur expliquer notamment que lorsque les dents sont trop en avant, il risquent beaucoup plus facilement de les casser en cas de chute.

OUTILS :

- **Calendrier**

Afficher un calendrier à un endroit visible quotidiennement par l'enfant et utiliser un symbole à dessiner les jours où l'enfant n'a pas sucé son pouce (exemple : un soleil) et un autre les jours où il a sucé son pouce (exemple : un nuage). L'objectif est d'avoir de plus en plus de « soleil ». À la fin de la semaine ou du mois il peut être instauré un système de récompense.

- **Photolangage**

Dès que la maturité de l'enfant le permet, lui montrer une photographie des conséquences de la succion non nutritive peut l'aider à arrêter.



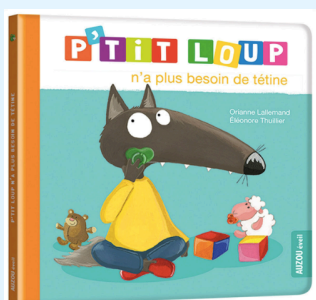
- **Techniques**

Utiliser un **pansement sur le pouce** ou **du vernis amer** (se trouve en pharmacie)

- **Livre**

Ces livres expriment de façon adaptée les avantages à arrêter de sucer son pouce.

Disponibles dans la mallette



La respiration buccale :

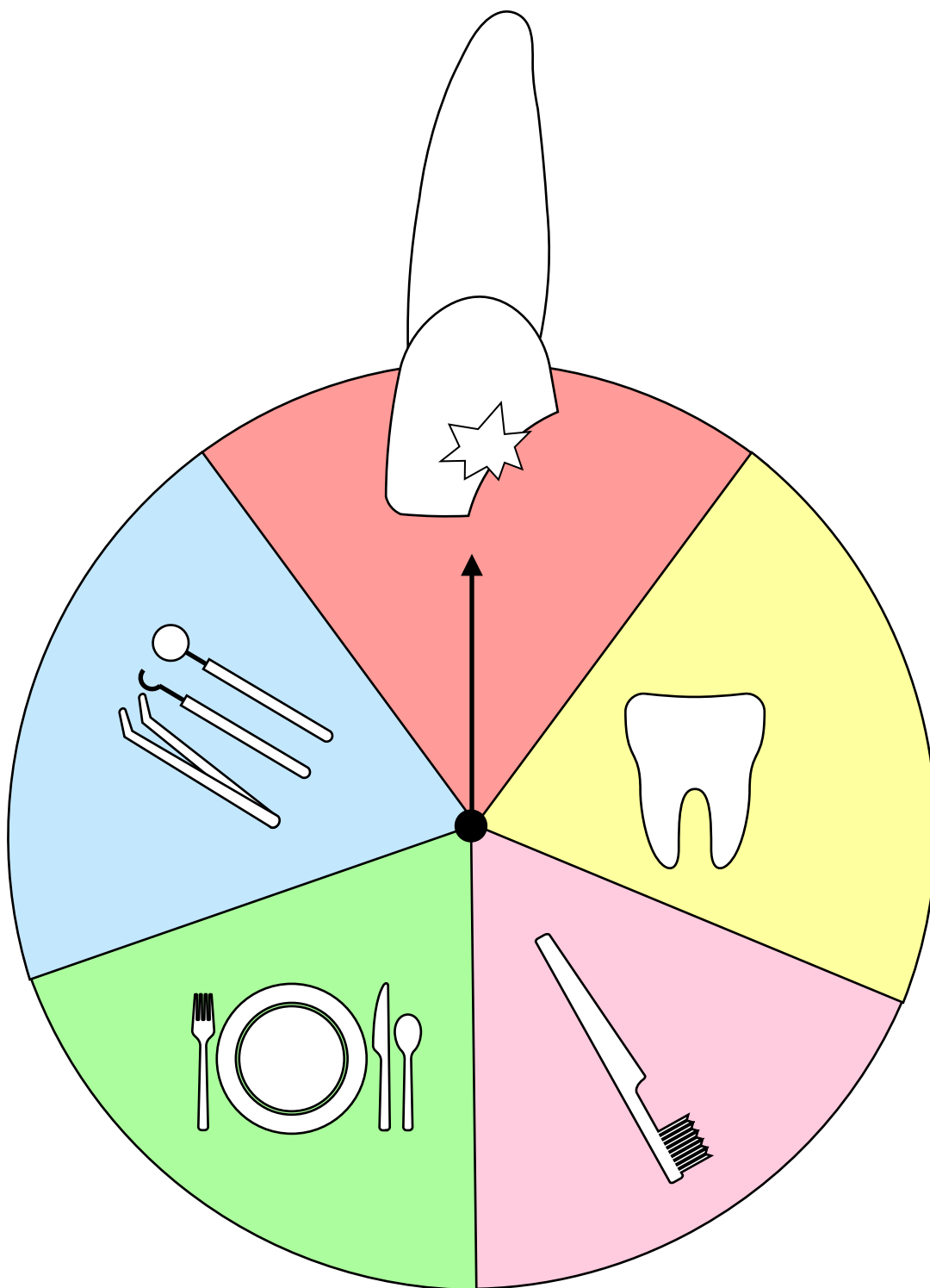
La respiration « normale » se fait par le nez et accessoirement par la bouche lors d'un effort physique. Parfois des anomalies anatomiques ou des pathologies peuvent amener à respirer uniquement par la bouche. La langue se place dans une position différente de sa position habituelle de repos et modifie le développement normal des mâchoires. Des modifications de posture peuvent également se mettre en place : tête en avant, épaules arrondies... Il est très important de le souligner au médecin et de consulter un dentiste afin de trouver une solution rapidement et limiter les séquelles pour l'enfant.

Comment repérer un enfant qui respire uniquement par la bouche ?

Des signes particuliers peuvent vous faire penser qu'un enfant a une respiration buccale. En voici quelques-uns :

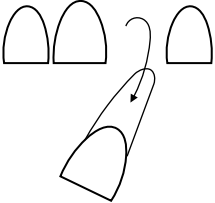
- L'enfant ronfle
- L'enfant est fatigué
- Le visage est pâle et allongé
- Des cernes sont présentes sous les yeux
- La bouche est constamment ouverte
- Les lèvres sont sèches

LES TRAUMATISMES



a) Qu'est-ce qu'un traumatisme dentaire ?

On appelle traumatisme dentaire tout choc sur les dents, suite à une chute ou à un coup. Les dents de devant en haut sont les plus touchées (incisives maxillaires). Le choc peut avoir différentes conséquences sur une dent. Elle peut être :

- **fracturée** (un morceau de la dent s'est cassé) 
- **fêlée** (un trait de fêlure peut être visible parfois) 
- **luxée** (la dent change de position, elle peut se tourner sur elle-même ou parfois « rentrer dans la gencive ») 
- **expulsée** (sortie complètement, tombée au sol) 

Savoir reconnaître le type de traumatisme vous aidera à réagir de manière adaptée. Voici quelques images pour vous aider à reconnaître de quel traumatisme il s'agit en cas de besoin :

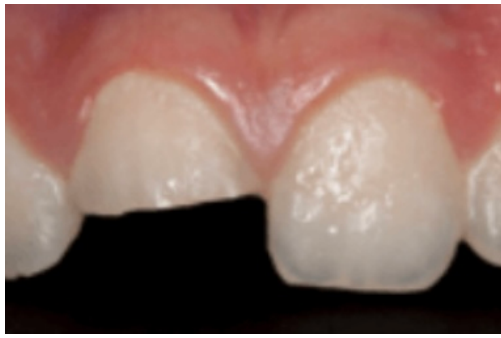


La dent a changé de position : elle est descendue.



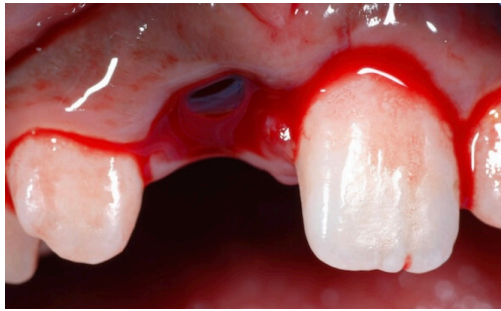
La dent a changé de position : elle est rentrée dans la gencive.

C'est une **luxation**.



Un morceau de dent s'est cassé.

C'est une **fracture**.



La dent est sortie complètement.

C'est une **expulsion**.

Images issues du site de l'International Association of Dental Traumatology (IADT) www.iadt-dentaltrauma.org

b) Comment réagir ?

Si face à une dent cassée ou expulsée on sait qu'il faut aller voir un dentiste, c'est parfois moins évident pour d'autres types de traumatismes comme la fêlure ou le déplacement léger.

Dans tous les cas, un traumatisme dentaire correspond à une URGENCE. Il faut se rendre au plus vite chez un dentiste. Les chances de réussite du traitement dépendent souvent du temps entre l'accident et la consultation chez le dentiste, les minutes sont précieuses.

Par exemple : une dent permanente expulsée pourra être réimplantée après l'accident. Toutefois, plus les heures passent, plus les risques de séquelles augmentent. Si on laisse passer le week-end, la dent ne pourra pas être remise. Il en va de même pour une dent déplacée qui pourra n'être repositionnée que si cela est vu rapidement (le jour même) par un dentiste.

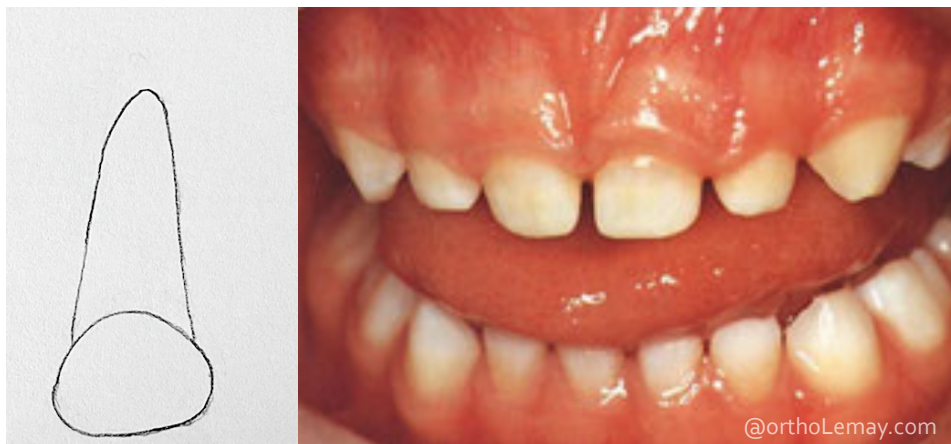
Il est important de **distinguer une dent temporaire d'une dent permanente** pour pouvoir réagir correctement. De manière générale, après 6-7 ans, les incisives sont des dents permanentes, mais il s'agit d'une moyenne. Voici les signes distinctifs entre une incisive temporaire et une incisive permanente :

Incisive permanente :



Dent plus haute que large avec des bords plus carrés.

Incisive temporaire :



Dent plus large que haute, plus arrondie, plus blanche et plus petite.

En denture mixte :

La distinction peut s'avérer plus complexe puisque des incisives permanentes se mêlent à des dents temporaires.
La **différence de taille et de forme** vous aiguillera pour distinguer une dent temporaire d'une dent permanente.

En cas de doute, choisissez la conduite à tenir de la dent permanente.

DENTS TEMPORAIRES

Deux situations sont des urgences qui nécessitent d'amener l'enfant chez le dentiste le jour même :

- si le déplacement de la dent **empêche la fermeture** de la bouche
- si la **pulpe de la dent est visible** (du rouge ou rose est visible dans la dent)

Les autres traumatismes restent quand même des urgences face auxquelles vous devez prendre rendez-vous chez le dentiste au plus tôt mais cela peut ne pas avoir lieu le jour même.

DENTS PERMANENTES

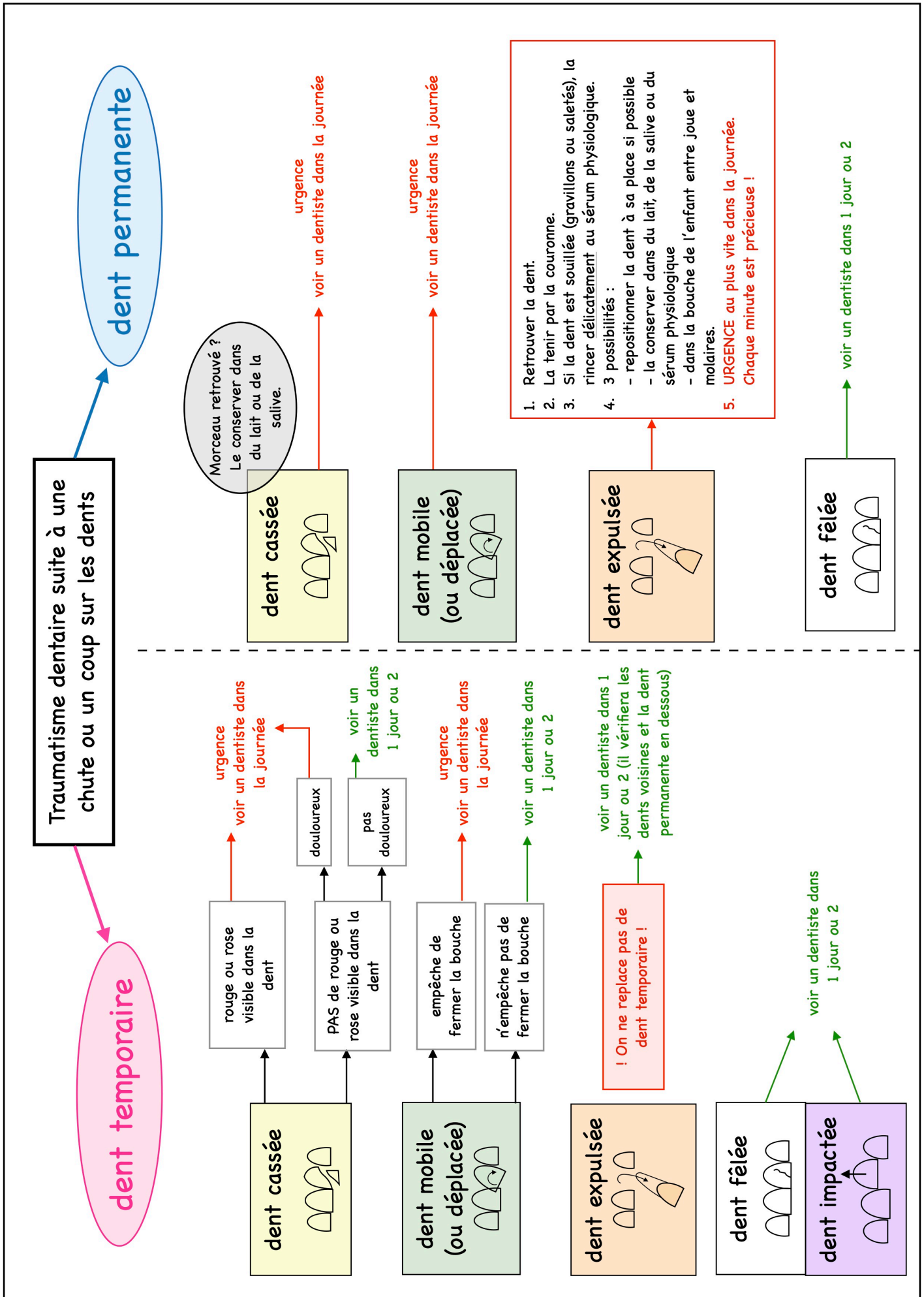
Dans les cas d'**expulsion**, de **fracture** ou de **déplacement**, vous avez un rôle très important à jouer ! Les chances de réussite du traitement dépendent des conditions de conservation de la dent permanente ou du morceau de dent et du délai entre la chute et la visite chez le dentiste.

Chaque heure compte !

Par exemple

Si un enfant chute le matin à 10 heures et perd sa dent permanente sur le coup. Les chances de succès de réimplantation seront augmentées si la dent a été conservée dans du **lait**, du **sérum physiologique** ou la **salive de l'enfant** (et pas dans de l'eau !) et si l'enfant a vu le dentiste avant midi. Les chances de réussite seront nettement diminuées ou nulles si la dent a été placée dans un mouchoir et que l'enfant a vu un dentiste le lendemain.

Il est important de prévenir les enfants de ne surtout pas jeter la dent ou le morceau de dent et d'aller immédiatement prévenir un adulte. Les enfants n'ont pas nécessairement conscience de la gravité de la situation. Commencer par faire prendre conscience aux enfants de l'importance de leurs dents est un premier pas pour les sensibiliser sur la problématique des traumatismes dentaires.



Une fiche sur la conduite à tenir en cas de **fracture ou d'expulsion de dent permanente** vous est proposée et disponible dans la mallette en version plastifiée ou sur clé USB afin de l'afficher à des endroits stratégiques.

Un choc sur ta dent ? Il y a URGENCE !!

Tu viens de tomber ou de recevoir un choc sur tes dents ? Il y a urgence !!
C'est une dent d'adulte, tu dois agir IMMÉDIATEMENT !!



TA DENT EST TOMBÉE



RAMASSE TA DENT ET PRENDS-LA PAR LA COURONNE



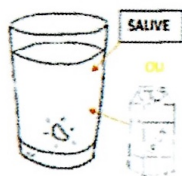
Rince-la délicatement sous l'eau !

3 POSSIBILITÉS

Si tu peux remettre ta dent, fais-le !



Mets ta dent dans du lait, de la salive ou du sérum physiologique



Place ta dent dans ta bouche (entre ta joue et les molaires)



RENDSTOI IMMÉDIATEMENT CHEZ LE DENTISTE

TA DENT EST CASSÉE

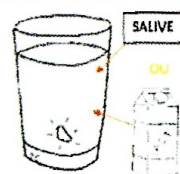


RETROUVE LE MORCEAU DE DENT



Il pourra peut-être être recollé par le dentiste

METS LE MORCEAU DE DENT DANS DU LAIT (ou de la salive)



RENDSTOI IMMÉDIATEMENT CHEZ LE DENTISTE



Dr Stéphanie JAGER et Ferdinand WATRIN
Étape 5 : les traumatismes dentaires



c) Comment prévenir au mieux les traumatismes dentaires ?

Les traumatismes dentaires peuvent être causés par différentes situations. Il est important de sensibiliser les enfants sur les comportements à adopter pour prévenir les traumatismes.

Certains **sports** sont plus à risque que d'autres comme le vélo ou la trottinette, il faut donc porter un casque. D'autres sports de contact sont particulièrement risqués pour les dents, comme le hockey sur glace ou le rugby, il est important de porter un protège-dents pour ce genre de sports.



Cette situation est **à risque** :
la petite fille ne porte ni
casque ni protection et joue
avec le feu en roulant sans
les mains !

Lors des **jeux** à plusieurs, il faut faire attention aux autres et ne pas se bagarrer ou se bousculer.

Certaines **situations** sont à risque. Attention aux mains dans les poches car en cas de chute, l'enfant tombera directement sur ses dents... Les lacets défaits également risquent d'entraîner une chute. Un autre exemple risqué est l'ouverture d'emballages : ne pas ouvrir un emballage avec les dents !



Donner des exemples concrets aux enfants leur permettra de porter une attention particulière à certaines situations à risque. Vous trouverez dans la mallette des photographies de situations à risque où les enfants pourront exprimer ce qui leur semble dangereux pour leurs dents.



Précisez bien le caractère urgent de la situation à la personne que vous aurez au téléphone (assistante dentaire, dentiste, secrétaire...)

d) Qui appeler en cas d'urgence ?

1. La semaine ou le samedi matin : contacter le dentiste traitant de l'enfant, il adressera éventuellement l'enfant chez un confrère. Si le dentiste habituel ne répond pas ou ne peut pas vous recevoir, tenter d'appeler d'autres dentistes de ville.

2. Si aucun dentiste de ville n'est disponible, contacter un service hospitalier. À Nancy le CHRU de Brabois, à Metz l'hôpital militaire de Legouest ou le CHR de Mercy et à Thionville le CHR.

Service d'odontologie pédiatrique du CHRU de Brabois

Horaires : du lundi au vendredi,
09h00-12h30 et 14h00-17h30

Prise de rendez-vous :
au 03 83 15 53 88

Lieu : Hôpital de Brabois Adulte - Rue
du Morvan 54500 Vandoeuvre-lès Nancy
- bâtiment principal, à l'entresol, service
d'odontologie pédiatrique.

Service d'urgences dentaires de l'Hôpital Militaire de Legouest à Metz

Horaires : 7j/7 de 8h30 à 16h

Sans rendez-vous

Lieu : Rue des Frères Lacretelle, 57070
Metz

Service d'odontologie du CHR de Thionville (Hôpital Bel Air)

Horaires : du lundi au vendredi, de 8h30 à 17h

Téléphone :

03 82 55 82 55

Lieu : Rue du Friscaty, 57100 Thionville

Service d'odontologie du CHR de Metz (Hôpital Mercy)

Horaires : du lundi au vendredi, de 8h30 à 17h

Téléphone

03 87 55 77 77

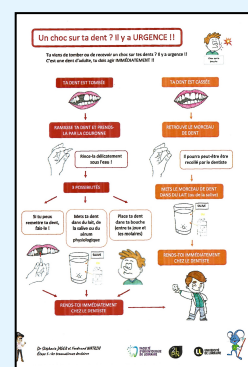
Lieu : 1 Allée du Château 57245 Ars-Laquenexy (Zone B niveau 2)

3. Le week-end ou les jours fériés, les services dentaires dans les structures hospitalières ne sont pas tous ouverts. **L'hôpital militaire de Legouest à Metz ou le CHR Bel Air à Thionville sont ouverts le week-end et les jours fériés.** En cas d'impossibilité pour vous y rendre, contacter les urgences (**le 15**) qui vous adresseront à un **dentiste de garde** ou à un **service de chirurgie maxillo-faciale**.

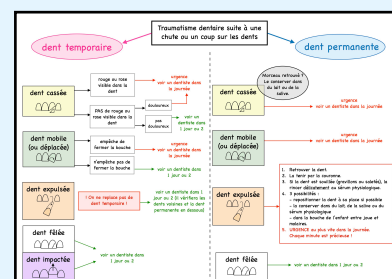
OUTILS :

• Fiches

Cette fiche décisionnelle est destinée aux enfants à partir de 6/7ans. La conduite à tenir en cas d'expulsion ou de fracture d'une **dent permanente** y est expliquée de manière adaptée. Cette fiche pourra être affichée dans des lieux de vie, pourquoi pas à différents endroits pour être vue par le plus grand nombre.



L'arbre décisionnel en cas de traumatisme sur **dent permanente et dent temporaire** est également disponible dans la mallette ou sur la clé USB afin d'être affichée.



OUTILS :

• Jeu de société « petite souris la recherche des 4 fromages » :

Les cartes au bord rouge correspondent à la catégorie « traumatisme ». Il est possible de les utiliser en dehors du jeu afin de poser des questions aux enfants à ce sujet.

Que faire après une chute sur les dents ? a) Aller voir un adulte pour qu'il t'emmène chez un dentiste le plus rapidement possible b) Ne rien dire	Que fais-tu si tu perds une dent d'adulte en tombant ? a) Tu la récupères et la mets dans du lait ou tu la remets à sa place b) Tu la mets dans ta poche c) Tant pis, tu ne fais rien	Réponse aller voir un adulte et se rendre chez le dentiste le plus rapidement possible (appeler son dentiste ou les urgences dentaires)	Réponse Si tu es perdu une dent d'adulte, retrouve-la, si elle n'est pas saignée remets-la à sa place ou conserve-la dans du lait, du sérum physiologique ou de la salive et rends-toi chez le dentiste en urgence le plus rapidement possible. Il ne faut surtout pas la têter par la racine ou la gratter / frotter.
Si ta dent d'adulte est tombée suite à un choc, tu dois la retrouver et la ramasser. Tu la tiens : a) Par la racine b) Par la couronne	Une dent qui change de couleur après un traumatisme doit-elle t'inquiéter ? a) Oui b) Non	Réponse b) Par la couronne. Il ne faut pas toucher la racine car des minuscules cellules sont nécessaires pour que la dent sienne à nouveau une fois remise en place.	Réponse Oui. Cela signe un traumatisme important touchant la pulpe dentaire. Une visite chez le dentiste s'impose rapidement.
Si ta dent d'adulte est tombée : a) Tu ne rends immédiatement chez le dentiste b) Tu as le temps ce n'est pas urgent	Si ta dent s'est cassée lors d'un choc : a) Tu ne récupères pas le morceau de dent, il ne sert plus à rien b) Tu retrouves le morceau de dent, il pourra peut-être être recollé par le dentiste	Réponse a) Tu te rends immédiatement chez le dentiste.	Réponse b) Tu retrouves le morceau de dent, il pourra peut-être être recollé par le dentiste.
Si tu perds une dent d'adulte ou un morceau de dent lors d'un choc, tu récupères la dent ou le morceau et tu la/le mets dans (plusieurs réponses) : a) de la salive b) du lait c) de l'eau d) du sérum physiologique	Comment peux-tu éviter un choc sur tes dents ? (Dans les escaliers, la cour de récréation ou au sport par exemple ?)	Réponse a) b) d) Tu peux conserver la dent ou le morceau dans de la salive, du lait, du sérum physiologique ou même dans la bouche contre ta joue mais pas dans de l'eau.	Réponse Quelques exemples pour prévenir un choc sur les dents : Bien faire ses dents / Porter un protège-dents pour certains sports / Mettre les mains devant soi lors d'une chute / Accrocher les mains libres dans les escaliers / ne pas courir avec quelque chose dans la bouche...

• Activité

Utiliser les images des différentes situations : lacets défaits, enfant faisant du vélo sans casque, utilisation du protège-dents pour certains sports... L'enfant doit dire s'il s'agit d'une situation à risque pour les dents ou au contraire si c'est une situation préventive. Une correction avec des explications est disponible.

Parmi ces images, quelles sont les situations dangereuses pouvant entraîner un traumatisme dentaire ?

Lesquelles de ces images montrent des enfants qui préviennent au mieux un traumatisme dentaire ?



Parmi ces images, quelles sont les situations dangereuses pouvant entraîner un traumatisme dentaire ?

Lesquelles de ces images montrent des enfants qui préviennent au mieux un traumatisme dentaire ?

CORRECTION :

Les situations dangereuses pouvant entraîner un traumatisme dentaire :

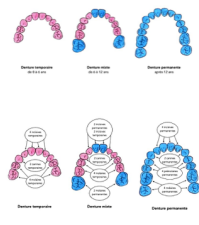
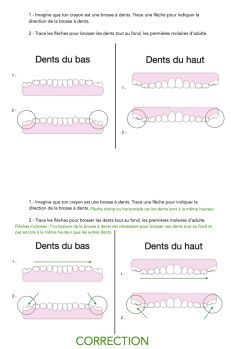
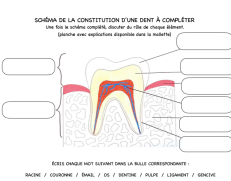
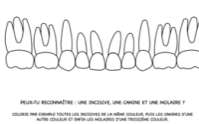
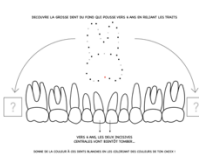
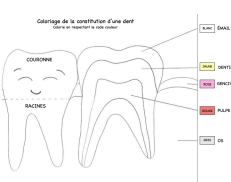


Les lacets défaits augmentent le risque de chute...

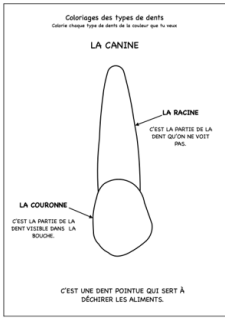
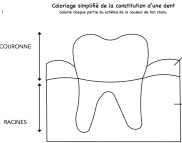
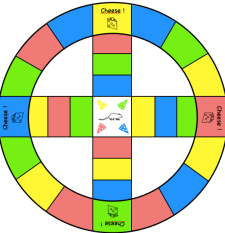
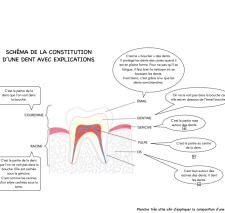
Faire du vélo sans casque et sans les mains peut facilement entraîner une chute...

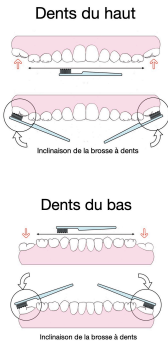
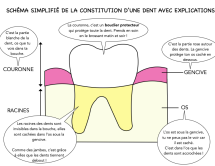
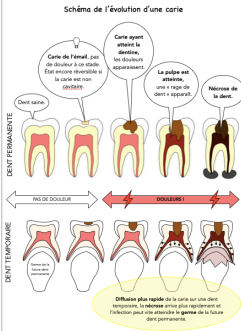


Liste des outils de la partie « LES DENTS » et leur coût

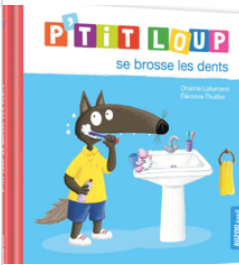
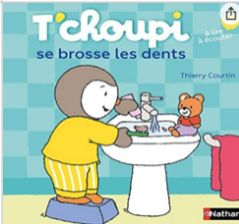
Type	Outil	Visuel	Âges concernés	Catégorie(s)	Coût
Activité	Planches des nombres de dents		Petite enfance* dès 5 ans Moyenne enfance	Les Dents	0,5 €
Activité écrite	Tracer le chemin de la brosse à dents		Petite enfance dès 6 ans Moyenne enfance	Les Dents et Le Brossage	0,5 € + feutres effaçables type Velleda® 5€
Activité écrite et Photolangage	Schéma de la constitution d'une dent à compléter		Petite enfance dès 6 ans Moyenne enfance	Les Dents	0,5 €
Coloriage	Coloriage des dents temporaires		Petite enfance dès 3 ans Moyenne enfance	Les Dents	0,5 €
Coloriage	Coloriage de l'arrivée de la dent de 6 ans		Petite enfance dès 5 ans Moyenne enfance	Les Dents	0,5 €
Coloriage	Coloriage de la constitution d'une dent		Petite enfance dès 5 ans Moyenne enfance	Les Dents	0,5 €

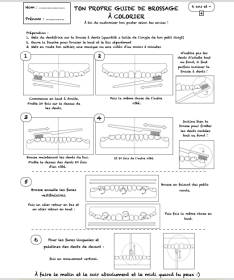
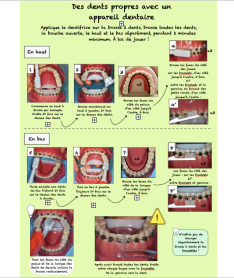
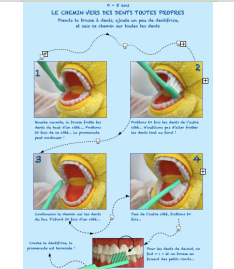
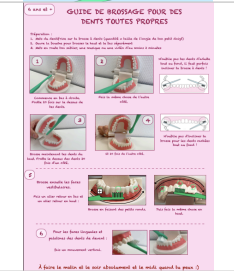
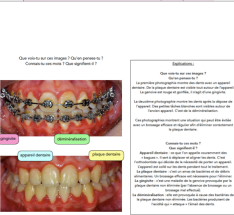
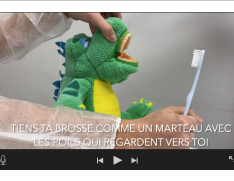
* Petite enfance : de 0 à 6 ans / Moyenne enfance : de 7 à 10 ans / Adolescence : dès 11 ans

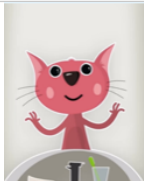
Type	Outil	Visuel	Âges concernés	Catégorie(s)	Coût
Coloriage	Coloriages des types de dents	 (3 coloriages)	Petite enfance dès 5 ans Moyenne enfance	Les Dents	0,5 € x 3 coloriages = 1,5€
Coloriage	Coloriage simplifié de la constitution d'une dent		Petite enfance dès 3 ans	Les Dents	0,5 €
Jeu de société	« Petite souris à la poursuite des 4 fromages » : (Plateau / pions à imprimer / cartes à imprimer)		Petite enfance Moyenne enfance Adolescence	Les Dents Le Brossage L'Alimentation Le Dentiste Les Traumatismes	30 €
Photographie	Photographie des dents de 6 ans en sous-occlusion		Petite enfance dès 5 ans Moyenne enfance	Les Dents	0,5 €
Photolangage	Schéma de la constitution d'une dent (avec explications et sans)		Petite enfance dès 6 ans Moyenne enfance	Les Dents	1 €
Photolangage	Schémas des types de dents		Petite enfance dès 3 ans Moyenne enfance	Les Dents	0,5 €
Photolangage	Schémas des types de dents avec explications	 (pour chaque type de dents)	Petite enfance dès 3 ans Moyenne enfance	Les Dents	1 €

Type	Outil	Visuel	Âges concernés	Catégorie(s)	Coût
Photolangage	Schémas illustrant la nécessité d'incliner la brosse à dents	 Dents du haut Inclinaison de la brosse à dents Dents du bas Inclinaison de la brosse à dents	Petite enfance dès 5 ans Moyenne enfance	Les Dents Le Brossage	0,5 €
Photolangage	Schéma simplifié de la constitution d'une dent (avec explications et sans)	 SCHEMA SIMPLIFIE DE LA CONSTITUTION D'UNE DENT AVEC EXPLICATIONS COURONNE GENIOVE OS SACHES	Petite enfance dès 3 ans	Les Dents	1 €
Schéma	Schéma de l'évolution d'une carie	 Schéma de l'évolution d'une carie DENT TEMPORAIRE DENT PERMANENTE	Moyenne enfance Adolescence	Les Dents Le Dentiste	0,5 €
/	La mallette contenant tous les outils		/	/	12 €
/	Clé USB 64Go contenant toutes les activités et les vidéos		/	/	11 €
/	Impression du magazine	 Le magazine pour la Santé Bucco-Dentaire des enfants ALORS LES ENFANTS A VEILLER SUR LEURS DENTS !	/	/	60 €
					TOTAL 128€

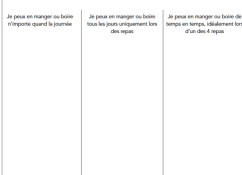
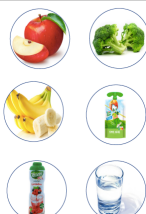
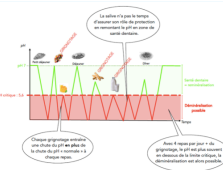
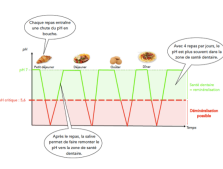
Liste des outils de la partie « LE BROSSAGE » et leur coût

Type	Outil	Visuel	Âges concernés	Catégorie(s)	Coût
Activité	Brossage des dents de « Tango Tiger »		Petite enfance Moyenne enfance	Le Brossage	40,5 € + 2€
Activité	(Autres peluches existantes comme Tigrou)		Petite enfance Moyenne enfance	Le Brossage	(99€ + 2€)
Activité	Brossage des dents sur la mâchoire		Moyenne enfance	Le Brossage	16,9€ + 2€
Jeu de société	Questions / Réponses sur le brossage du jeu « Petite Souris à la poursuite des 4 fromages »		Petite enfance Moyenne enfance Adolescence	Le Brossage	chiffré dans la partie « les dents »
Livre	« P'tit Loup se brosse les dents »		Petite enfance	Le Brossage	5,2 €
Livre	« T'choupi se brosse les dents »		Petite enfance	Le Brossage	5,95 €
Musique Podcast Histoire	Musique, Podcast ou histoire de 2 minutes		Petite enfance Moyenne enfance Adolescence	Le Brossage	0 €

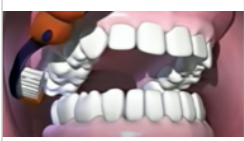
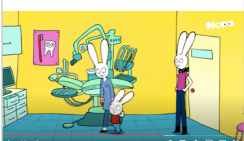
Type	Outil	Visuel	Âges concernés	Catégorie(s)	Coût
Poster	Poster de méthode de brossage à colorier		Moyenne enfance	Le Brossage	1 €
Poster	Poster de méthode de brossage avec appareil dentaire		Moyenne enfance Adolescence	Le Brossage	1 €
Poster	Poster de méthode de brossage 0-6 ans		Petite enfance	Le Brossage	1 €
Poster	Poster de méthode de brossage 6 ans et plus		Moyenne enfance	Le Brossage	1 €
Photolangage	Photographie illustrant une gingivite et des tâches de déminéralisation		Moyenne enfance Adolescence	Le Brossage	0,5 €
Sablier	Sablier de 2 minutes		Petite enfance Moyenne enfance Adolescence	Le Brossage	2,5 €
Vidéo	Tutoriel de brossage 0-6 ans		Petite enfance	Le Brossage	0 €
Vidéo	Tutoriel de brossage 6 ans et plus		Moyenne enfance Adolescence	Le Brossage	0 €

Type	Outil	Visuel	Âges concernés	Catégorie(s)	Coût
Vidéo	Tutoriel de brossage électrique		Moyenne enfance Adolescence	Le Brossage	0 €
Vidéo	Vidéo expliquant l'intérêt de brosser sur, sous, entre les brackets		Moyenne enfance Adolescence	Le Brossage	0 €
Vidéo	Vidéo « Ben le koala » de 2 minutes		Petite et moyenne enfance	Le Brossage	0 €
Vidéo	Vidéo « Petit Ours Brun » de 2 minutes		Petite et moyenne enfance	Le Brossage	0 €
Vidéo	Vidéo « Sam le chat » de 2 minutes		Petite et moyenne enfance	Le Brossage	0 €
					TOTAL 79,55€

Liste des outils de la partie « L'ALIMENTATION » et leur coût

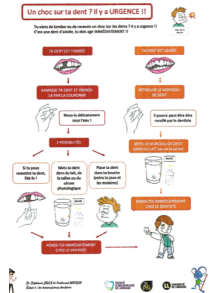
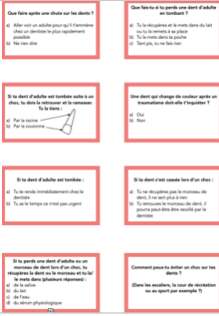
Type	Outil	Visuel	Âges concernés	Catégorie(s)	Coût
Activité	Frise représentant 4 repas par jours et temps où « la dent se repose »		Petite enfance	L'Alimentation	0,5 €
Activité	Tableau à 3 colonnes à remplir avec les vignettes d'aliments		Moyenne enfance	L'Alimentation	0,5 €
Activité	Vignettes d'aliments à classer dans la frise ou le tableau		Petite enfance Moyenne enfance	L'Alimentation	4 x 0,5 = 2€
Jeu de société	Questions / Réponses sur l'alimentation du jeu « Petite Souris à la poursuite des 4 fromages »		Petite enfance Moyenne enfance Adolescence	L'Alimentation	chiffré dans la partie « les dents »
Photolangage	Schéma du pH en bouche avec grignotage (avec explications et sans)		Moyenne enfance	L'Alimentation	1 €
Photolangage	Schéma du pH en bouche sans grignotage (avec explications et sans)		Moyenne enfance	L'Alimentation	1 €
					TOTAL 5€

Liste des outils de la partie « LE DENTISTE » et leur coût

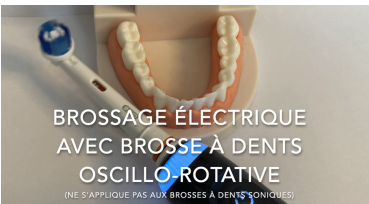
Type	Outil	Visuel	Âges concernés	Catégorie(s)	Coût
Dessin animé	« Adibou : pourquoi j'ai mal aux dents ? »		Moyenne enfance	Le Dentiste	0 €
Dessin animé	« Caillou chez le dentiste »		Petite enfance Moyenne enfance	Le Dentiste	0 €
Dessin animé	« Patty et Quentin au pays des dents »		Moyenne enfance	Le Dentiste	0 €
Dessin animé	« Peppa Pig chez le dentiste »		Petite enfance Moyenne enfance	Le Dentiste	0 €
Dessin animé	« Simon, Ah ! Pas le dentiste ! »		Petite enfance Moyenne enfance	Le Dentiste	0 €
Jeu de société	Questions / Réponses sur le dentiste du jeu « Petite Souris à la poursuite des 4 fromages »		Petite enfance Moyenne enfance Adolescence	Le Dentiste	chiffré dans la partie « les dents »
Livre	« Crocky le crocodile a mal aux dents »		Petite enfance	Le Dentiste	5,95 €
Livre	« J'arrête le pouce ! »		Petite enfance Moyenne enfance	Le Dentiste	6 €
Livre	« Mes P'tites questions : Les dents »		Moyenne enfance	Le Dentiste	8,90 €

Type	Outil	Visuel	Âges concernés	Catégorie(s)	Coût
Livre	« Mes P'tits DOCS : Les dents »		Petite enfance	Le Dentiste	7,9 €
Livre	« Peppa va chez le dentiste »		Petite enfance	Le Dentiste	5,5 €
Livre	« T'choupi n'a plus de tétine »		Petite enfance	Le Dentiste	5,95
Livre	« P'tit loup n'a plus besoin de tétine »		Petite enfance	Le Dentiste	5,95
Photographie	Photographie du cabinet dentaire		Petite enfance Moyenne enfance	Le Dentiste	0,5 €
Photographie	Photographie du dentiste		Petite enfance Moyenne enfance	Le Dentiste	0,5 €
Photographie	Photographie des instruments		Petite enfance Moyenne enfance	Le Dentiste	0,5 €
Photographie	Photographie montrant la conséquence de la succion non nutritive prolongée		Petite enfance Moyenne enfance	Le Dentiste	0,5 €
					TOTAL 48,15€

Liste des outils de la partie « LES TRAUMATISMES » et leur coût

Type	Outil	Visuel	Âges concernés	Catégorie(s)	Coût
Activité	Situations à risque ou préventives de traumatisme dentaire		Petite enfance Moyenne enfance	Les Traumatismes	7 x 0,5 = 3,5€
Fiche	Fiche décisionnelle pour les cas d'expulsion et de fracture de dent permanente		Petite enfance dès 6 ans Moyenne enfance	Les Traumatismes	0,5 €
Jeu de société	Questions / Réponses sur les traumatismes du jeu « Petite Souris à la poursuite des 4 fromages »		Petite enfance Moyenne enfance Adolescence	Les Traumatismes	chiffré dans la partie « les dents »
					TOTAL 5 €

Contenu vidéo de la clé USB

« Tuto brossage destiné aux enfants jusqu'à 6 ans »	
« Tuto brossage pour les enfants de + 6 ans »	
« Tuto brossage avec brosse à dents électrique »	
« Tuto brossette avec appareil multi-attaches »	
« Sam le chat vidéo timer »	
« Ben le koala vidéo timer »	
« Petit ours brun vidéo timer »	

Références des outils à ré-acheter en cas de perte, de casse...

Outil	Visuel	Thématique	Coût	Où l'acheter ?
Brossage des dents de « Tango Tiger »		Le Brossage	40,5 €	papilli.fr 
Autres peluches existantes comme Tigrou		Le Brossage	99 €	papilli.fr 
Brossage des dents sur la mâchoire		Le Brossage	16,9 €	mypandakids.com 
Lot de 2 brosses à dents Elmex®		Le Brossage	5,3 €	atida.fr 
« P'tit Loup se brosse les dents »		Le Brossage	5,2 €	lemondeimaginaire.com 
« T'choupi se brosse les dents »		Le Brossage	5,95 €	fnac.com 

Sablier de 2 minutes		Le Brossage	2,5 €	papilli.fr 
« Crocky le crocodile a mal aux dents »		Le Dentiste	5,95 €	fnac.com 
« J'arrête le pouce ! »		Le Dentiste	6 €	fnac.com 
« Mes P'tites questions : Les dents »		Le Dentiste	8,90 €	cultura.com 
« Mes P'tits DOCS : Les dents »		Le Dentiste	7,9 €	cultura.com 
« Peppa va chez le dentiste »		Le Dentiste	5,5 €	fnac.com 
« T'choupi n'a plus de tétine »		Le Dentiste	5,95 €	fnac.com 
« P'tit loup n'a plus besoin de tétine »		Le Dentiste	5,95 €	fnac.com 

La mallette contenant tous les outils		/	12 €	amazon.fr 
Clé USB 64Go contenant toutes les activités et les vidéos		/	11 €	amazon.fr 

En tant que professionnel(le) de l'Aide Sociale à l'Enfance,

Vous jouez un rôle capital dans le développement de l'enfant, ses apprentissages, sa vie quotidienne et le rétablissement ou le maintien d'une bonne santé, notamment bucco-dentaire.

Vous êtes un lien indispensable entre le dentiste et les enfants.

Les dentistes peuvent apporter aux enfants certaines informations de prévention dentaire notamment lors de journées d'intervention dans les structures d'accueil ou au cabinet dentaire mais cela reste très ponctuel et les messages préventifs n'auront d'impact sur les enfants que s'ils sont répétés et intégrés à leur quotidien.

Vous êtes ainsi aux premières loges pour la transmission de ces messages. C'est pour cela que nous avons souhaité vous proposer un magazine et des outils multiples pour vous aider à parler de santé dentaire avec les enfants. Le rôle des dents, l'importance d'un bon brossage, la place du sucre dans l'alimentation, la visite chez le dentiste, ou encore les traumatismes dentaires... tous ces sujets et bien d'autres sont abordés dans le magazine (avec des informations pour l'éducateur, d'autres pour les enfants) et accompagnés d'outils (planches explicatives, coloriages, livres, jeux, liens vidéos...) afin de faciliter la transmission et de la rendre plus ludique. Un sommaire vous aidera à aller directement sur le sujet que vous souhaitez aborder.

*Nous vous remercions très
chaleureusement de votre implication pour
préserver la santé bucco-dentaire des
enfants !*

Réalisé par NOVAK Manon, encadrée par le Dr JAGER Stéphanie
stephanie.jager@univ-lorraine.fr



FACULTÉ
D'ODONTOLOGIE
DE LORRAINE

