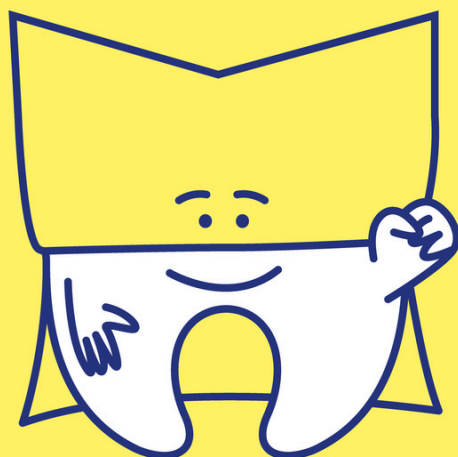


la box à dents

Devenir le super-héros de
ses dents, ça s'apprend !



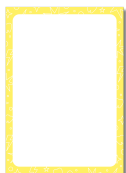
Module

B

Affronte les méchantes maladies bucco-dentaires

Pour ce module, vous aurez besoin de :

1



2



3



4



urps
CHIRURGIENS
DENTISTES NOUVELLE
AQUITAINE



L'essentiel !

La plaque dentaire (notion à simplifier oralement en fonction du niveau) est à l'origine des principales pathologies bucco-dentaires : la carie (« trou dans la dent ») et la gingivite (« saignement des gencives »). Or, cette plaque dentaire est facilement éliminée par un brossage biquotidien des dents.

La plaque dentaire (ou plaque bactérienne)

La plaque dentaire est une fine pellicule blanchâtre ou jaunâtre qui se dépose à la surface des dents et des gencives après chaque repas. Elle est composée de résidus d'aliments, de bactéries et de salive.

Plaque dentaire = débris alimentaires + salive + bactéries

De **nombreuses bactéries** (« êtres vivants minuscules ») sont présentes naturellement dans la bouche. Certaines bactéries sont utiles : elles facilitent la digestion des aliments. D'autres bactéries sont nocives si elles sont trop nombreuses : elles peuvent donner des maladies ou attaquer les dents et créer des caries. Plus il y a de débris alimentaires dans la bouche et plus les « mauvaises » bactéries vont pouvoir se développer.

La plaque dentaire est un micro-environnement à part entière : plusieurs types de bactéries y vivent et s'y développent.

Lorsqu'elle n'est pas enlevée régulièrement, **la plaque dentaire peut donc être à l'origine des caries et/ou de maladies des gencives et de la bouche.**

La plaque dentaire s'élimine néanmoins facilement par **un brossage efficace et régulier**. Cette plaque se développe en particulier au niveau des endroits difficiles à brosser : entre les dents, sur les sillons des dents et au niveau des collets (espace entre la racine et la couronne de la dent).

Il est possible de la mettre en évidence en utilisant un révélateur qui la colore (disponible en pharmacie) : l'effet est spectaculaire et très utile pour montrer aux enfants l'importance d'un brossage minutieux des dents.

Le tartre

Si la plaque dentaire n'est pas enlevée, elle peut s'épaissir et se minéraliser. Elle se transforme alors en tartre. Contrairement à la plaque dentaire, **le tartre ne peut plus être enlevé par le brossage des dents**. Celui-ci peut provoquer des inflammations de la gencive, voire le déchaussement des dents (chez les adultes). Le chirurgien-dentiste doit donc procéder régulièrement à un détartrage.

La carie

La plaque dentaire est « l'endroit préféré » des « **mauvaises** » **bactéries** présentes dans toute la bouche. Certaines bactéries décomposent alors **les sucres présents dans les débris alimentaires de la plaque dentaire** et les transforment **en acides**.

Les acides vont alors progressivement dissoudre l'émail des dents et provoquer une carie, c'est-à-dire un « trou dans la dent ». Il faut donc prendre garde aux sucreries (bonbons, boissons sucrées...) mais ne pas négliger non plus l'effet des sucres lents (pain, pâtes, pommes de terre...).

La douleur ne doit pas être un signe d'alerte pour consulter un chirurgien-dentiste.

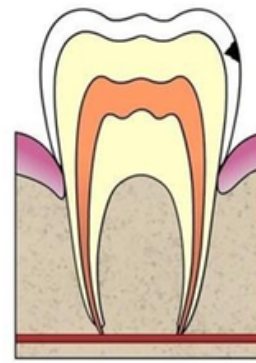
Pas de guérison ni d'arrêt spontané de la maladie

Les caries sont d'abord des « trous minuscules dans les dents ». Elles ne sont pas toujours visibles à l'œil nu mais le chirurgien-dentiste, lui, peut les détecter.

Attention, l'évolution de la carie est particulièrement rapide sur une dent de lait...

Une carie évolue en plusieurs stades :

- Au **stade 1**, seul l'émail est détruit : la carie n'est pas douloureuse mais il faut la traiter sans attendre. A ce stade, l'émail peut encore être reconstitué grâce à l'apport de fluor, par un brossage méthodique avec un dentifrice fluoré. Le chirurgien-dentiste peut éventuellement procéder à un polissage.
- Au **stade 2**, la carie atteint la dentine : la dent peut alors devenir sensible au froid ou à la chaleur, à l'acide ou au sucré.
- La dentine, plus fragile que l'émail, va rapidement être traversée et le **stade 3** est alors atteint. La pulpe est touchée et la dent peut souvent faire mal (c'est la "rage de dents").
- Au **stade 4**, les bactéries se développent dans la pulpe. Il se forme un abcès et l'infection peut se propager à l'ensemble de l'organisme (cœur, poumons, sinus, yeux...) via le réseau sanguin (risque de septicémie, infection généralisée à l'organisme).



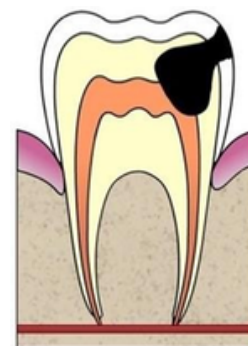
Stade 1

La carie se limite à l'émail :
aucune douleur



Stade 2

La carie atteint la dentine : dent
sensible au chaud et au froid



Stade 3

La carie atteint la pulpe
dentaire : "rage de dent"



Stade 4

La pulpe dentaire est infectée :
formation d'un abcès

Plus la carie est profonde, plus les soins sont compliqués...

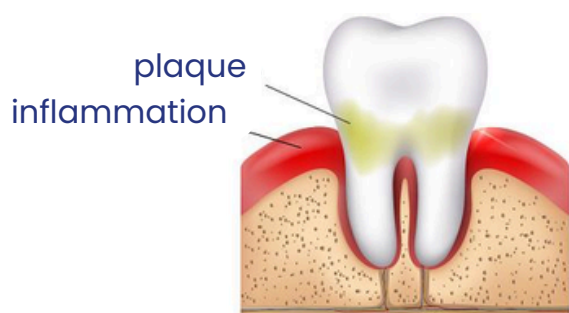
Dans le cas d'une carie importante, le trou causé au sein de la dent sera comblé par le chirurgien-dentiste à l'aide d'une résine, mais la dent restera creusée pour toujours.

Lorsque la pulpe est contaminée par les bactéries, il faut la retirer pour arrêter la propagation de l'infection. C'est ce qu'on appelle "dévitaliser une dent". Parfois, dévitaliser la dent ne suffit pas ; il faut alors l'extraire.

La gingivite



Des gencives et des dents saines



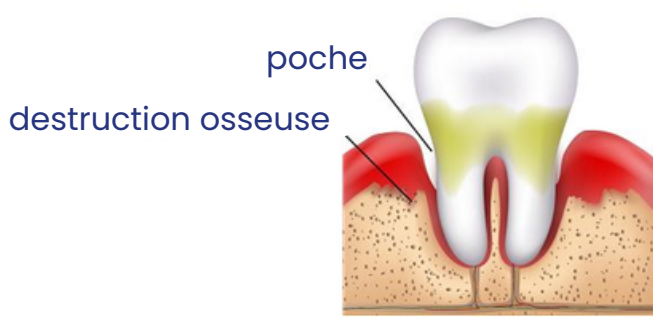
plaque
inflammation

Gingivite

Stade précoce de la maladie parodontale

Stade 1

La gingivite est une réaction inflammatoire de la gencive en contact avec la plaque dentaire.

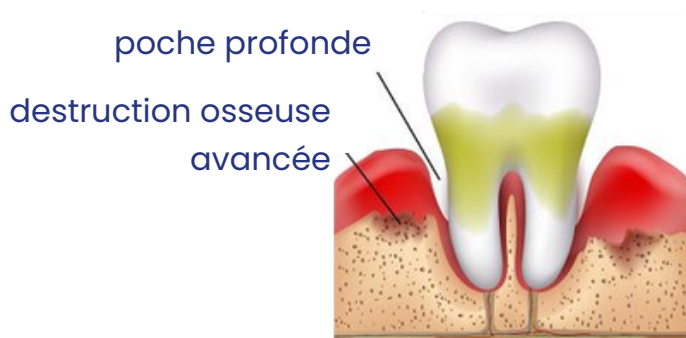


Parodontite

Poches et perte osseuse modérée

Stade 2

La parodontite est le début de la destruction osseuse.



Parodontite avancée

Perte osseuse sévère et poches profondes. La dent risque de tomber.

Stade 3

Destruction osseuse avancée = déchaussement des dents



Stade 4

Phase terminale : la dent est à extraire.

Certaines bactéries de la plaque dentaire produisent aussi des **substances toxiques pour la gencive**. Sous l'effet de cette agression, la gencive devient rouge et « boursouflée », avec l'apparition de saignements par exemple lors du brossage ou pendant les repas.

Pour éliminer la plaque dentaire et faire disparaître la gingivite, il faut alors **renforcer les pratiques d'hygiène bucco-dentaire** (la gingivite résultant souvent d'une hygiène bucco-dentaire insuffisante).

En cas de gingivite persistante, une consultation chez un chirurgien-dentiste est nécessaire.

Autre manifestation : la mauvaise haleine

La mauvaise haleine (également appelée **halitose**) est une odeur remarquée généralement au réveil, qui peut gêner l'entourage. Le plus souvent, ce sont les bactéries buccales qui produisent cette odeur. Pendant la nuit, la sécrétion de salive est moins importante (son rôle de « nettoyage » de la bouche diminue par conséquent) et les bactéries vont alors plus se développer.

Chez l'enfant, la mauvaise haleine trouve son origine le plus souvent dans une **mauvaise hygiène bucco-dentaire** (ou lors d'une respiration permanente par la bouche).

Une carie non traitée ou une gingivite peuvent également être une cause de mauvaise haleine.

Une bouche en bonne santé.

- Comprendre pourquoi il est important d'avoir une hygiène dentaire
- Faire un choix et l'expliquer oralement

Le déroulement

1/ Echanges collectifs

(1) L'intervenant montre aux enfants différentes photos, leur demande d'en choisir une et les fait réfléchir à l'image qu'elles renvoient : « Quelle image voulez-vous choisir ? Et pourquoi ? »

Réponses attendues : différencier les photos en fonction d'une bouche en bonne santé ou avec une pathologie bucco-dentaire (trou dans la dent, rougeur de la gencive, dents avec dépôt ou « jaunes »).

(2) L'intervenant nomme les différents cas illustrés sur les photos et les définit brièvement : bouche en bonne santé, carie, plaque dentaire, tartre, gencive rouge (gingivite).

(3) L'intervenant demande ensuite aux enfants ce qui permet d'éviter l'apparition des caries : « Comment faire pour éviter l'apparition des caries ? ».

Réponses attendues : l'hygiène bucco-dentaire, le brossage des dents, permet également d'éviter la formation du tartre et l'apparition de gingivite.

2/ Récapitulatif individuel

Une fiche-activités sur « une bouche en bonne santé » est à compléter par les enfants.

Voir la solution pour les réponses attendues.

Matériel

- Kit de photographies
- Fiche-activités à compléter par les enfants

Durée

45 min

Une bouche en bonne santé



À l'aide des images ci-dessous, j'écris les différentes maladies des dents.



Bouche en bonne santé



La plaque dentaire



Gingivite (gencive rouge)



Tartre



Carie



Bouche en bonne santé

La plaque dentaire

Gingivite (gencive rouge)

Bouche en bonne santé

Tartre

Carie

Bouche en bonne santé

Une bouche en bonne santé



Aide tes dents à ne pas tomber malades. Parmi les dessins ci-dessous, entoure ceux qui évitent les maladies des dents et surtout les caries.



La carie arrive !

- Connaître les principales étapes de formation de la carie
- Replacer des étapes dans un bon ordre chronologique
- Comprendre un texte et l'interpréter

Le déroulement

1/

Les enfants doivent trouver le mot à compléter à l'aide du texte. Il s'agit de la **carie**.

« Luc adore manger des aliments sucrés, en particulier le soir avant de dormir... Avant de se coucher, il oublie souvent de se brosser les dents. Les microbes présents dans sa bouche aiment le sucre et le transforment en acide. Peu à peu, cet acide abîme la dent et y creuse un trou. C'est la _ _ _ _ . »

2/

L'intervenant rappelle ce qu'est une carie et son évolution. En utilisant la fiche, les enfants remettent ensuite les étapes de la formation de la carie dans le bon ordre chronologique.

Voir la solution pour les réponses attendues.

Matériel

- Fiche-activités à compléter par les enfants
- Kit de cartes « les étapes de la carie »

Durée

20-30 min

La carie arrive !



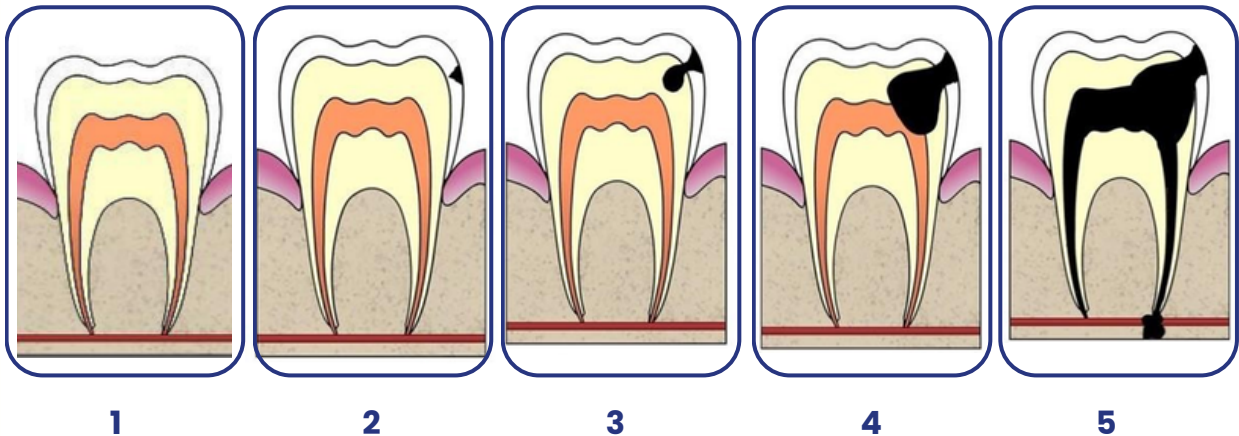
Lis ce petit texte et complète le mot absent.

« Luc adore manger des aliments sucrés, en particulier le soir avant de dormir... Avant de se coucher, il oublie souvent de se brosser les dents. Les microbes présents dans sa bouche aiment le sucre et le transforment en acide. Peu à peu, cet acide abîme la dent et y creuse un trou.

C'est la **C A R I E**.



Remets les images dans l'ordre.



Vrai ou faux ?

- Connaître les principales maladies bucco-dentaires
- Faire un choix et l'expliquer oralement

Le déroulement

L'intervenant demande aux enfants de répondre aux affirmations suivantes, en levant soit le carton vert (s'ils pensent que la réponse est « vrai ») soit le carton rouge (s'ils pensent que la réponse est « faux »). Lorsque les enfants ont levé leur carton-réponse, l'intervenant demande à certains d'entre eux les raisons de leur choix. Les enfants inscrivent les bonnes réponses sur leur fiche de suivi.

« La carie est un trou dans la dent : vrai ou faux ? »

✓ **Vrai : Les bactéries présentes dans la bouche transforment le sucre en acide. L'acide attaque l'émail dentaire et provoque la carie en formant un « trou ».**

« Les caries font mal aux dents : vrai ou faux ? »

✗ **Faux : La carie ne fait pas forcément mal, en particulier lors des premières étapes de son évolution. De plus, une carie ne se voit pas forcément à l'œil nu. Grâce à ses instruments, le chirurgien-dentiste pourra la détecter.**

« Je dois continuer à me brosser les dents même si mes gencives saignent : vrai ou faux ? »

✓ **Vrai : Si les gencives saignent, ce n'est pas une raison pour ne plus se brosser les dents. Le saignement est le signe d'une irritation de la gencive causée par trop de bactéries (= la gingivite) ou par un mauvais brossage.**

Matériel

- Éventuellement des cartons-réponses verts (vrai) et rouges (faux)
- Fiche-activités à compléter par les enfants

Durée

15 min

Vrai ou faux ?



Réponds VRAI ou FAUX aux questions suivantes :

La carie est un trou dans la dent : 

Les caries font mal aux dents : 

Je dois continuer à me brosser les dents même si mes gencives saignent : 

Expérience et observation

- Faire le lien entre la consommation d'aliments sucrés et la production d'acides
- Faire le lien entre le manque de brossage des dents, la consommation d'aliments sucrés et la destruction de l'émail

Le déroulement

1/

L'intervenant anime un court échange sur l'importance de se brosser les dents.

« Pourquoi se brosser les dents ? Avec quoi ? De quelle façon ? Qu'est-ce qui peut faire du tort à nos dents ? »

Réponses attendues : Pour éliminer la plaque dentaire qui est un enduit mou et collant qui se dépose sur la surface des dents après chaque repas et tout au long de la journée. Le brossage se fait avec une brosse à dents à poils souples et du dentifrice. On se brosse les dents 2 fois par jour (matin et soir) pendant 2 minutes. La consommation d'aliments riches en sucres et en acides fragilise l'émail des dents. Si la plaque dentaire n'est pas éliminée, les caries vont se développer.

Il explique ensuite que les aliments sucrés avec les bactéries présentes dans la bouche donne la production d'acide dans la bouche. Celle-ci use les dents.

2/

Expérience de l'œuf : l'intervenant montre un œuf, la coquille est dure et saine. Il fait le parallèle avec les dents solides et dures. « Que va-t-il arriver si je mets mon œuf dans de l'eau pure et un œuf dans du vinaigre ? » Mettre les œufs dans les plats (sans les casser). Verser l'eau dans un plat et le vinaigre dans l'autre plat. Observer tous les jours (normalement, les résultats sont visibles après seulement 24 heures). Qu'est-il arrivé avec la coquille de l'œuf ?

Matériel

- Œuf
- Vinaigre et Eau

Durée

24 heures minimum



URPS Chirurgiens-Dentistes Nouvelle-Aquitaine

Immeuble Le Fénelon
1, Allée Le Fénelon
33 370 TRESSES

05 33 09 36 38
projet@urpscdna.org

