

2.4 Transmission des infections

Hygiène bucco-dentaire

Introduction - Guide enseignant (GE1)



Liens avec le programme national

Cycle 2 : Cycle des apprentissages fondamentaux

Questionner le monde

- Reconnaître des comportements favorables à la santé ;
- Mettre en œuvre et apprécier quelques règles d'hygiène de vie : habitudes quotidiennes de propreté (dents, mains, corps).

Cycle 3 : Cycle de consolidation

Sciences et technologies :

- Expliquer les besoins variables en aliments de l'être humain ; l'origine et les techniques mises en œuvre pour transformer ou conserver les aliments.

Cycles 2 et 3 :

Parcours éducatif de santé

Éducation morale et civique

- Soins du corps, de l'environnement immédiat et plus lointain.

Mots-clés :

Apparition des dents

Bactéries

Plaque (concentration de microbes)

Carie

Sucre Acide

Émail (surface dentaire)

Dentine (substance constituant la dent)

Fluor

Brossage des dents

Informations générales

En général, les premières dents apparaissent vers l'âge de 6 mois. Vingt dents de lait pousseront jusqu'à l'âge de 2 ans et demi. Ces dents de lait tombent d'ordinaire vers l'âge de 6 ans et sont remplacées par les dents définitives. À 12 ans, nous avons 28 dents définitives qui, si nous en prenons soin, dureront toute notre vie !

Chez certaines personnes, 4 dents supplémentaires poussent au fond de la bouche. Ce sont les dents de sagesse. Elles poussent aux alentours de 18-20 ans. C'est pourquoi certains adultes peuvent avoir jusqu'à 32 dents.

Les bactéries présentes dans la bouche se déposent sur les dents où avec la salive elles forment une substance collante appelée plaque dentaire. Vous pouvez la sentir avec votre langue (une couche râpeuse). Dans un environnement qui leur est favorable, ces bactéries peuvent causer des caries, maladie très fréquente considérée comme l'un des dix premiers fléaux du monde dans le domaine de la santé par l'OMS.



Lorsque nous consommons des boissons ou des aliments sucrés, nos dents sont attaquées par ce sucre. Les bactéries de la plaque dentaire utilisent le sucre et le transforment en acide. Au fil du temps, l'acide dissout la protection minérale des dents, l'émail. Au fur et à mesure que l'acide détruit l'émail, un trou (la carie) apparaît. Si un dentiste n'intervient pas pour réparer la carie elle peut s'étendre et atteindre la couche inférieure, la dentine. Si la décomposition de la dent continue, la carie continue de s'étendre et peut finalement atteindre le nerf dentaire causant des douleurs, ou même provoquer un abcès (gonflement de la gencive) rempli de pus. Cela peut être très douloureux et parfois la dent devra être enlevée.

Nous pouvons empêcher l'apparition des caries en limitant notre consommation de boissons et d'aliments riches en sucre, en évitant le grignotage, en buvant de l'eau à la fin de chaque repas et en nous brossant soigneusement les dents au moins deux fois par jour avec du dentifrice au fluor pendant 2 minutes.

Le fluor contenu dans le dentifrice renforce nos dents et ralentit l'apparition des caries. Pour un effet optimal, nous devons nous brosser les dents deux fois par jour. Le moment le plus important pour se brosser les dents est avant d'aller dormir. Afin de s'en souvenir, la meilleure solution est d'entretenir une routine d'hygiène orale matin et soir. Ce module explique aux enseignants les différentes manières d'éviter les caries.

Préparation

- Copiez DTE1 et DTE2 pour chaque élève.
- Une présentation PP1 est disponible sur le site web <https://www.e-bug.eu/fr-fr>
- Copiez DCE1 et DCE2 pour la classe

Une vidéo montrant la technique de brossage des dents est disponible sur <https://www.e-bug.eu/fr-fr>

Ressources internet :

- Une présentation PowerPoint PP1
- Une vidéo montrant comment se brosser les dents efficacement.
- [Fiche info Carie](#)
- www.mangerbouger.fr/

Matériel nécessaire :

- **Par élève**
 - 3 copies de DTE 1
 - 1 copie de DTE 2
 - 1 crayon
- **Facultatif**
 - Brosse à dents
 - Révélateur de plaque dentaire
- **Par groupe**
 - 1 copie de FC1
 - 1 copie de FC2
 - Bouteilles vides
 - Cuillère à café
 - Sachets hermétiques
 - Sucre
 - Feutres de couleur
 - Paire de ciseaux
 - Colle
 - Papier
 - Gommettes bleues et rouges

Fait intéressant : Au Moyen Âge, les gens allaient chez le barbier pour se faire soigner les dents. Ces barbiers-dentistes pouvaient vous arracher les dents !