

Hygiène bucco-dentaire

La plaque dentaire – Guide enseignant (GE3)



Age 7-12 ans

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

Matériel nécessaire

- 3 pots de yaourt vides (de préférence en verre avec une surface rugueuse pour une meilleure adhésion de la pâte)
- 3 brosses à dents
- Bol
- Pour la préparation de la pâte : (à confectionner la veille de l'activité, à des heures différentes)
 - 2 cuillères à café de farine
 - Eau
 - Colorant alimentaire (optionnel)

Conseil : Faire un test plusieurs jours avant pour vérifier qu'une fois sèche, la couche représentant le tartre, ne se détache pas toute seule.

Introduction

1. Expliquer que les 3 pots de yaourt représentent les dents et que certains sont recouverts d'une pâte représentant la plaque dentaire plus ou moins ancienne.
2. Disposer 1 pot non recouvert de pâte (simulant dents brossées régulièrement), 1 pot recouvert avec de la pâte partiellement sèche (simulant des dents peu ou mal brossées), 1 pot recouvert avec de la pâte sèche (simulant des dents non brossées).
3. Demander 3 volontaires pour réaliser l'expérience.

Déroulement

Préparation :

- Confectionner la pâte qui simulera la plaque dentaire : mélanger 2 cuillères à café d'eau, 2 cuillères à café de farine et 3 gouttes de colorant.



- Préparation du matériel la veille de l'activité :
 - Confectionner de la pâte que vous appliquez sur 1 pot de yaourt. Poser le pot de yaourt à l'horizontal et appliquer la pâte en fine couche sur une la face du dessus pour éviter qu'elle ne coule.
 - Quelques heures plus tard, confectionner de la pâte que vous appliquez sur 1 autre pot de yaourt, dans les mêmes conditions.

Chaque participant se munit d'un pot et d'une brosse à dents et simule un brossage des dents pendant 2 minutes.

Demander à chaque participant ce qu'il constate : Est-ce facile ou difficile de retirer la plaque dentaire ?

Demander au groupe quelles dents sont les plus propres ?

Cette expérience met en avant qu'il est plus facile de retirer l'intégralité de la plaque dentaire quand elle est moins importante grâce à un brossage des dents régulier. Si la plaque dentaire est correctement retirée quotidiennement, il y a moins de risque de développer des caries.