Pour les Établissements SpéCialisés
Activité Physique et Alimentation DivErsifiées

Durée de l'activité : 1 heure et 30 minutes

Objectifs

- Connaître la dent
- Savoir se brosser les dents
- Prendre conscience de l'importance de la santé bucco-dentaire en lien avec l'alimentation
- Approcher positivement la consultation dentaire

Matériel et préparation

- Schéma de la dent
- Mâchoire grande taille
- Brosse à dents
- Bossettes
- Dentifrice
- Révélateur de plaque dentaire

Présentation

Les enfants en situation de handicap ont tendance à développer plus facilement des pathologies dentaires (caries) ou parodontales (maladie des gencives) favorisées par une possible dysmorphie faciale, dentaire ou osseuse, une macroglossie, un réflex nauséeux ou des troubles du comportement rendant l'abord de la cavité orale délicat.
Un mauvais état bucco-dentaire aggrave les troubles des fonctions de l'oralité : mastication, déglutition phonation.

Déroulement

Atelier sur le principe de questions réponses

Qu'est-ce qu'être en bonne santé ?
Réponse :

C'est se laver (pas d'irritation, de boutons), bien manger mais c'est aussi avoir une bonne santé de la bouche (bucco) et des dents (dentaire) : c'est la santé bucco-dentaire.
Dans la bouche, si on a un abcès ou une carie (dent malade avec microbe), ces microbes peuvent être transportés dans le sang vers d'autres organes (cœur, poumon…).

Qu'est-ce que les dents temporaires, les dents définitives ? Connaissez-vous des noms de dents ?
Réponse :

Les premières dents sont les dents de lait (20 dents) : ce sont celles qui tombent et qui sont remplaçées par les dents permanentes.
Les dents qui repoussent sont les dents permanentes. Si la dent permanente tombe ou est extraite car trop cariée, nous n'avons plus de dent. D'ou des difficultés à mastiquer et par conséquent, à s'alimenter.
Au niveau de chaque mâchoire, on a :

- 4 incisives : plates et qui servent à couper
- 2 canines qui servent à déchiqueter, elles sont pointues
- 4 prémolaires qui servent à broyer
- 6 molaires qui servent à broyer

Vers 6 ans, la première molaire ou dent de 6 ans pousse. Puis vient la 2e molaire ou dent de 12 ans. La 3e molaire s'appelle dent de sagesse.

Pour avoir une bonne santé bucco-dentaire, que devons-nous faire ?
Réponse :

- Consultation dentaire au moins une fois par an.
- Brossage des dents 2x/jr au moins (matin et soir), 3 fois (midi) si possible
- Alimentation équilibrée (pas trop acide comme vinaigre ou citron, ni sucrée comme bonbon, gâteau ou soda)

- Prendre du fluor : dentifrice , sel, médicament.

De quoi avons-nous besoin pour nous brosser les dents ?

Réponse :

Une brosse à dents à petite tête (elle passe mieux partout) à brins souples pour ne pas blesser les gencives et qui sera changée tous les 3 mois (à chaque saison), du dentifrice fluoré, du fil dentaire pour aller dans les petits espaces entre les dents, des brossettes.

Comment se brosse-t-on les dents ?
Réponse :

Le brossage doit durer au moins 2 minutes (le temps d'une chanson / on peut aussi utiliser un sablier)
Brosser au moins deux fois par jour.
Mettre un petit peu de dentifrice (comme un gros pois) sur la brosse à dents sèche

B : brosser le haut puis le bas, séparément et toujours dans le même ordre pour ne rien oublier. Méthode 1-2-3-4 (haut à gauche, haut à droite, bas à droite, bas à gauche). Devant, dessus, derrière.
R : mouvement rotatif (petits ronds) sur dents et gencive. Une dent après l'autre, la brosse un peu inclinée.
O : oblique, brosse à dent inclinée (45°)
S : suivre un trajet en faisant le tour de toutes les dents, sans oublier le dessus et le derrière des dents.

Brosser doucement la langue également car là aussi il y a des dépôts.
Cracher (inutile de rincer à grande eau car on perd bénéfice du dentifrice fluoré.
Bien rincer et sécher sa brosse à dents (essentiel, trop souvent les brosses sont sales, pas bien rincées), la changer une fois par saison ou si besoin (brins abimés). Ranger sa brosse à dents soigneusement (mettre une tête protectrice si vous avez). Une brosse à dents est personnelle, elle ne se prête pas (favorise la transmission des microbes)
Pour vérifier l'efficacité du brossage, il existe un nouveau dentifrice éducatif qui contient du révélateur de plaque

La dent et la gencive peuvent-elles être malades ?
Réponse :

- Si les dents sont mal brossées, et qu'en plus nous avons une mauvaise alimentation : que peut-il se passer ?
  Mauvaise haleine (sent de la bouche) : pourriture des aliments
- La plaque dentaire : petite pellicule d'aliments sur la dent. Elle s'élimine facilement par un brossage régulier avec une brosse à dents et du dentifrice +/- fil dentaire et brossettes. Si la plaque dentaire n'est pas éliminée, elle se transforme en tartre : enlevé par le chirurgien-dentiste avec le détartrage.
- Gingivite : la gencive est rouge et boursouflée (grosse). Les dents saignent plus facilement quand on les brosse.
- Si le brossage n'est pas régulier, la carie peut se former. La carie est une petite cavité formée dans la dent. Les microbes qui se sont développés dans la nourriture restante

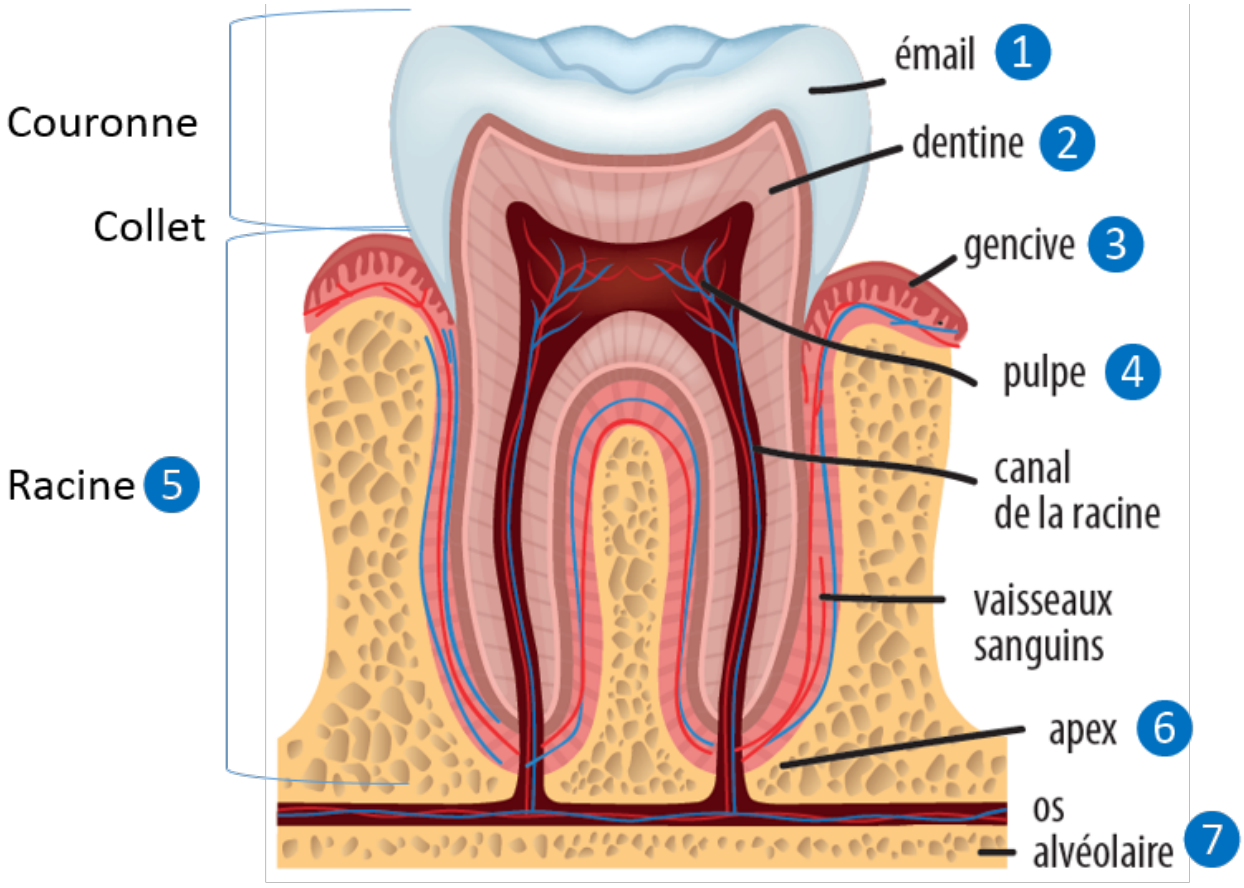
(chaud, humide) attaquent la dent. La carie, c'est la maladie de la dent car c'est une destruction progressive de la dent. Il y a d'abord une destruction de l'émail (petit point noir), puis la dentine (douleur au froid, au chaud, au sucré) puis la pulpe (le nerf et cela peut faire très mal). Quand cela devient plus profond, il y a la rage de dent, puis l'abcès (grosse douleur avec pus et joue gonflée). La carie est favorisée par la consommation de sucre car le sucre nourrit les microbes.

Rappel de l'importance de se laver les dents comme le reste du corps pour être en bonne santé, ne pas avoir mal et aller chez le dentiste « juste pour des contrôles et non plus pour se faire soigner parce qu'on a mal », les soins se passeront mieux et la peur du dentiste s'estompera.

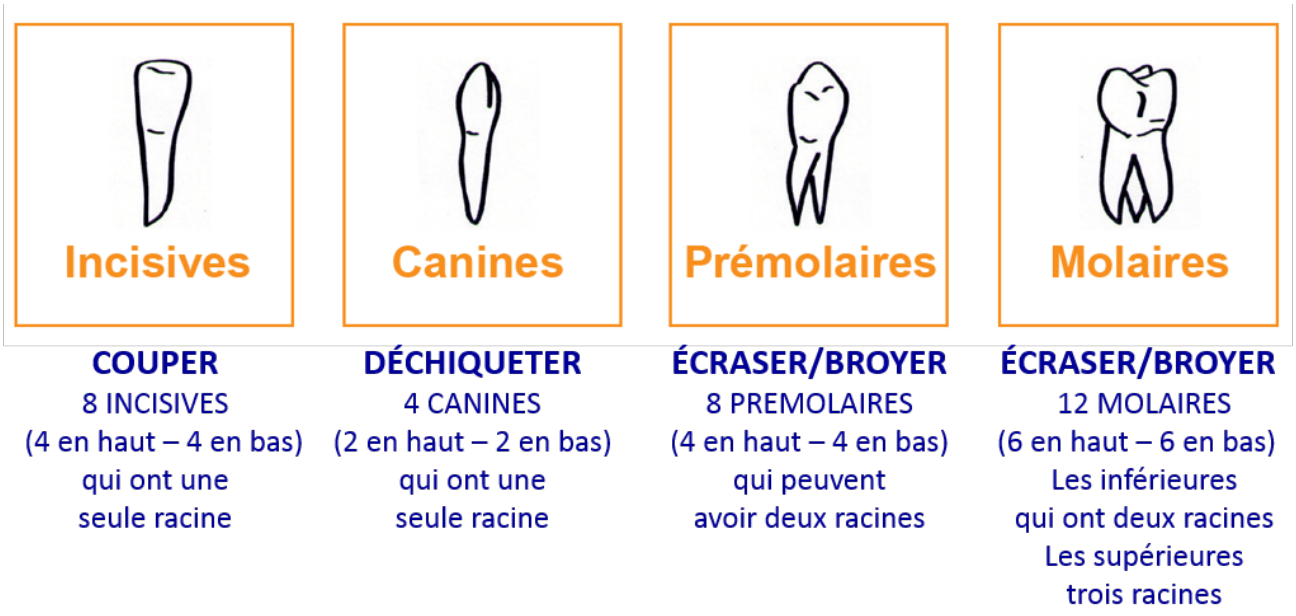
Echanges autour d'un schéma d'une dent

Une dent

Schéma à télécharger



Le nom et la fonction des dents



Les dents servent à parler, manger et sourire.
Les dents participent à la mastication, aux mécanismes de production de sons ou encore à l'expression des sentiments.

Source
: https://www.ufsbd.fr/espace-grand-public/espace-enfants/anatomie-et-fonction-de-la-dent/#titre_2

Pratique du brossage de dents

Fiche conseil pour l'animateur A CHAQUE AGE SON BROSSAGE (source UFSBD)

Passage des enfants les uns après les autres : réajustement des gestes par l'animateur si besoin.
Usage du révélateur de plaque dentaire (en option) : réajustement des gestes par l'animateur si besoin.

Pour les Établissements SpéCialisés
Activité Physique et Alimentation DivErsifiées

- Suivre
- Suivre
- Suivre

- POLITIQUE RELATIVE AUX COOKIES DU SITE
- © CNAM ISTNA
- ©WHY.VISION 2022
- MENTIONS LEGALES
- CONTACT