ADES DU RHÔNE
ASSOCIATION DÉPARTEMENTALE
D'ÉDUCATION POUR LA SANTÉ

DOSSIER PEDAGOGIQUE

M'T dents

A destination des enseignants de CP et infirmières scolaires

Des informations théoriques pour préparer l'intervention

Des outils pédagogiques pour une mise en pratique

ADES du Rhône
292 rue Vendôme
69003 Lyon
04 72 41 66 01
mtdentsades69@free.fr

Des informations théoriques pour préparer l'intervention

Doc. 1	**En résumé : l'hygiène bucco-dentaire (2 p)**
Doc. 2	**Méthode de brossage**
Doc. 3	**Composition de la denture selon l'âge**
Doc. 4	**Classification des aliments selon leur pouvoir cariogène**
Doc. 5	**Développement de la carie**
Doc. 6	**Ma journée**
Doc. 7	**Bibliographie (2 p)**

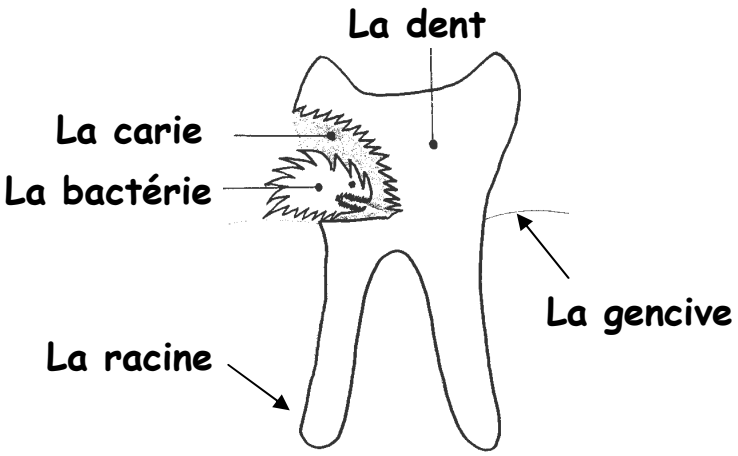
ADES DU RHÔNE
ASSOCIATION DÉPARTEMENTALE D'ÉDUCATION POUR LA SANTÉ

En résumé
L'hygiène bucco-dentaire

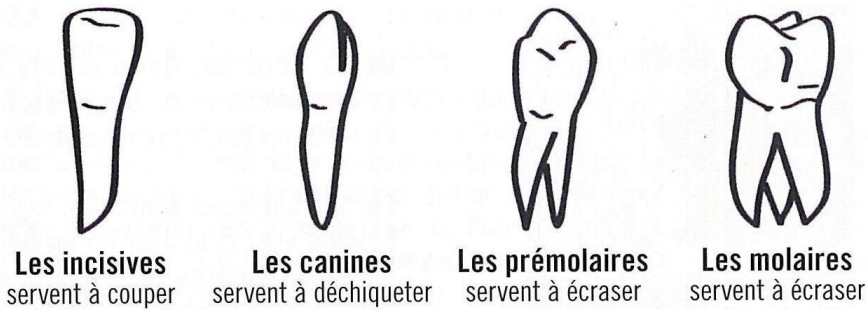
Doc. 1

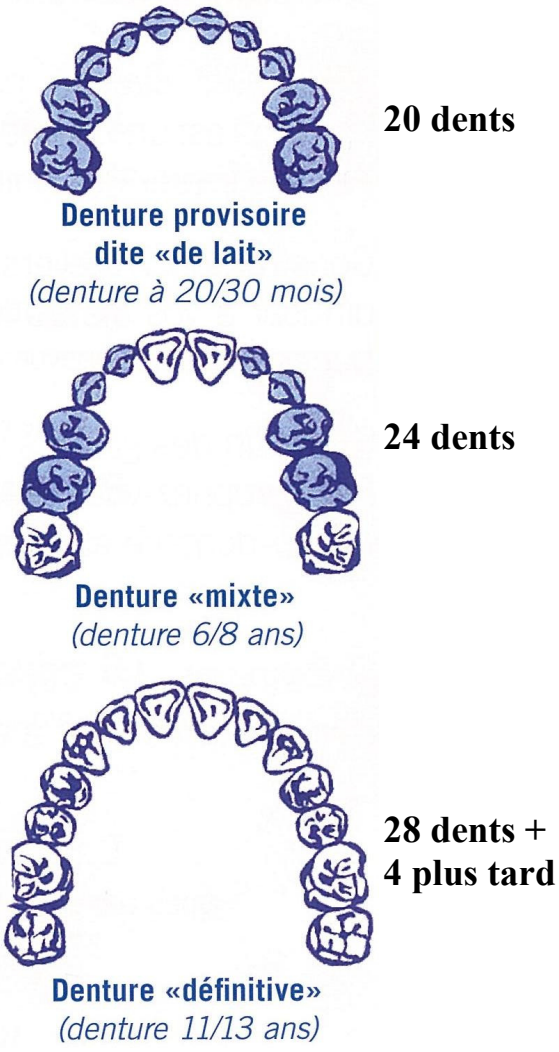
LA DENT ET LA DENTURE

La dent et la carie



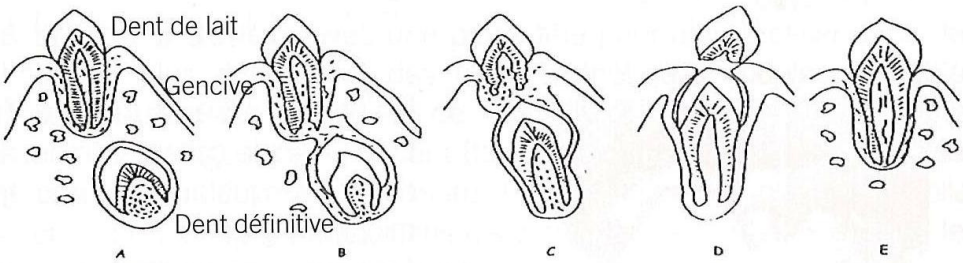
Les différents types de dents et leur fonction





Les différentes dentures

Chute des dents de lait et remplacement par des dents définitives



LES BONS GESTES

1

Me **brosser** les dents !

→ **3** fois par jour

→ pendant **3** minutes ⏳

→ Avec un dentifrice au fluor adapté à l'âge

Manger équilibré

2

3

Aller chez le **dentiste** au moins **2 fois par an**

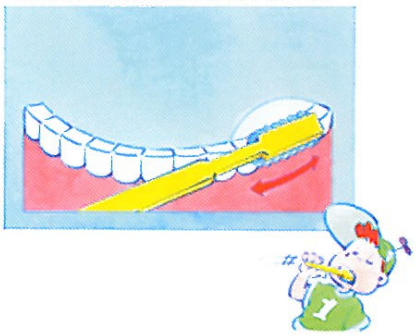
N'oublie pas d'aller chez le dentiste
À 6 ans,
l'examen dentaire est gratuit!!!

4 repas par jours suffisent : attention au grignotage !

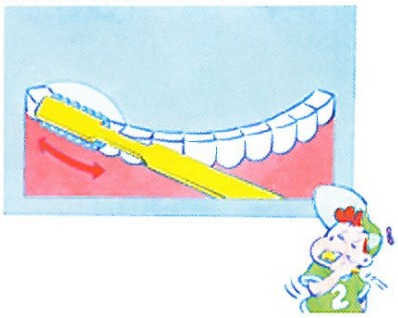
ADES du Rhône 292 rue Vendôme - 69003 Lyon - Tel : 04.72.41.66.01 - mtdentsaes69@free.fr

Le brossage chez les 6-9 ans

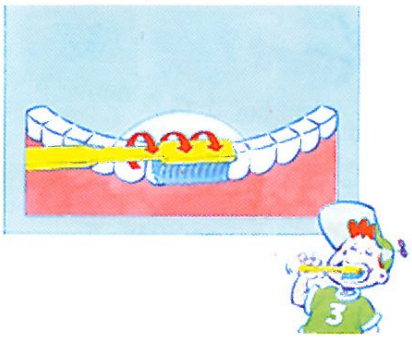
Pour le premier côté,
on pose la brosse à cheval sur la dernière dent du fond.
On brosse d'avant en arrière 10 fois.



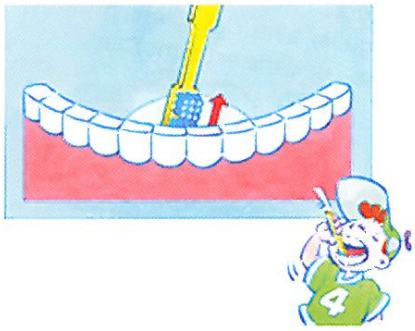
On fait la même chose de l'autre côté :
On retourne bien au fond à chaque fois pour brosser la dernière dent, la dent de 6 ans, déjà définitive.

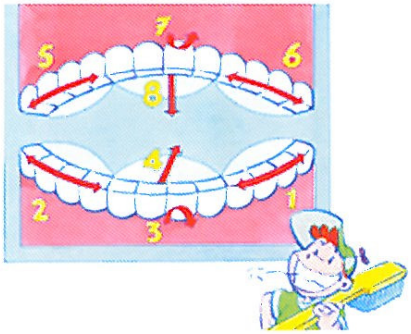


Pour les dents de devant (de canine à canine), on brosse la partie des dents que l'on voit, en tournant du rose vers le blanc. On répète le mouvement 10



On brosse à l'arrière des dents de devant avec la brosse en hauteur et un mouvement du rose vers le blanc.

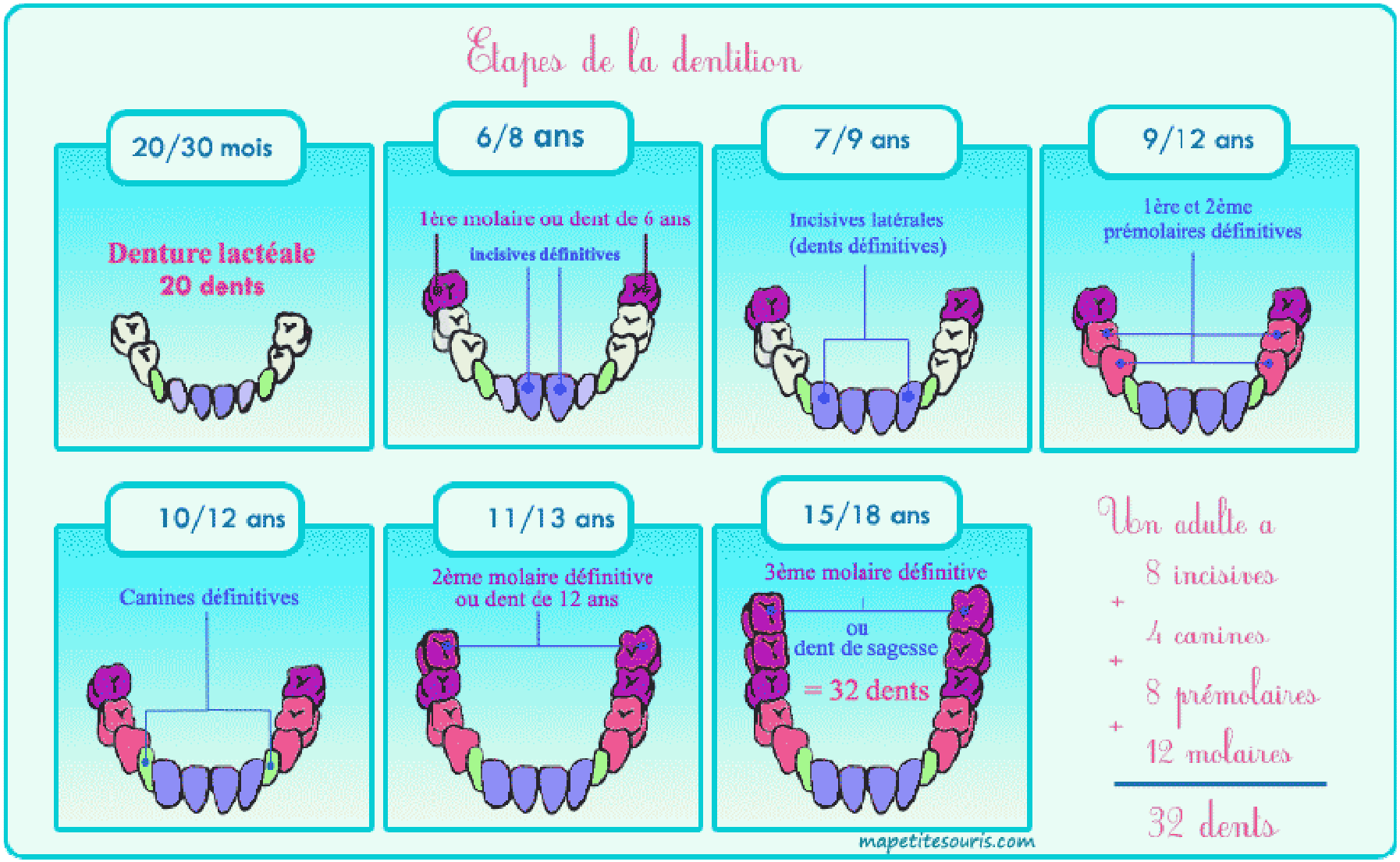




ufsbd
UNION FRANÇAISE POUR LA SANTÉ BUCCO DENTAIRE

M'T dents

Composition de la denture au fil des âges



Doc. 3

CLASSIFICATION DES ALIMENTS EN FONCTION DE LEUR POUVOIR CARIOGENE

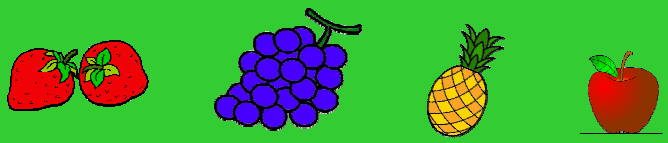
EAU

LEGUMES

PRODUITS LAITIERS
(beurre, fromage...)

VIANDES, POISSONS, OEUFS

FRUITS

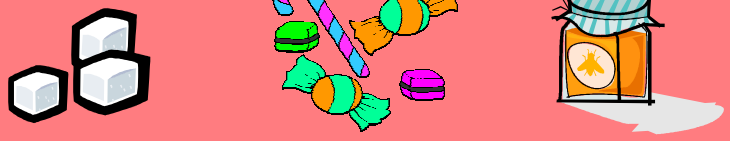


PAIN, FARINE, FECULENTS
(riz, pommes de terre, pâtes...)

CHOCOLAT NOIR

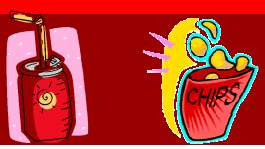
NOIX, NOISETTES, CACAHUETES

SUCRE, FRIANDISES, MIEL



GATEAUX, CEREALES, BARRES CEREALEES

SODAS, COLAS, BISCUITS APERITIF, CHIPS, BANANES

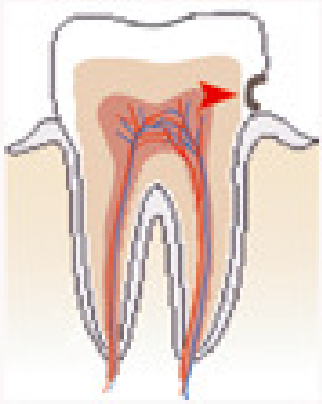


Attention aux CARIES !

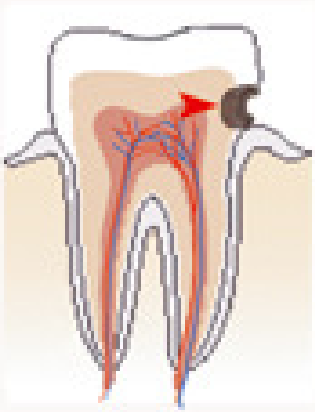
ADES DU RHÔNE
ASSOCIATION DÉPARTEMENTALE
D'ÉDUCATION POUR LA SANTÉ

Doc. 5

Développement de la carie



La carie attaque l'émail de la dent. On ne la sent pas encore



La carie attaque la dentine, la carie peut commencer à faire mal.

La carie attaque la pulpe, elle peut faire très mal.

La carie est très profonde, l'infection peut se développer dans l'os de la mâchoire

Ma journée

M'T dents

Le matin

Je me lève vite
car mon petit déjeuner
m'attend.

Je me brosse bien les dents
avec un dentifrice au fluor
après le petit déjeuner puis
je vais à l'école.

Le midi

Après le déjeuner,
si je peux, je me brosse
les dents, sinon je bois
un verre d'eau.

En rentrant de l'école, j'ai joué
et puis j'ai pris mon bain...
Je suis tout beau pour le dîner !

Le soir

Avant de faire
un gros dodo

Je me brosse
les dents, et surtout
je ne mange
plus rien après !

L'Assurance Maladie

Doc. 6

ADES DU RHÔNE
ASSOCIATION DÉPARTEMENTALE D'ÉDUCATION POUR LA SANTÉ

M'T dents

Bibliographie Outils d'intervention

Doc. 7

Sites internet

M'T dents. [Site interactif] Assurance Maladie et Chirurgiens dentistes.
www.mtdents.info

Sourire pour tous. [Site interactif] Fondation belge pour la Santé dentaire.
www.sourirepourtous.be

Handident [Site interactif] Association Handident
www.handident.com

Brochures

La santé bucco dentaire en 4 points. INPES
http://www.inpes.sante.fr/CFESBases/catalogue/pdf/495.pdf

Le guide du sourire éclatant. Fondation belge pour la santé dentaire, 2006. http://www.sourirepourtous.be/media/guide/guide.html

Bien manger + brossage régulier = Dents en bonne santé :
http://www.cerin.org/uploads/media/dent.pdf

Jeux en ligne et dossiers d'activités

Carie clic : Un univers ludique et pédagogique pour apprendre aux enfants les bons gestes de prévention bucco-dentaire tout en s'amusant.
www.carie-clic.fr/

Tête à modeler : Les sites de Tête à modeler proposent du bricolage et les activités de loisir créatif pour les bébés, les enfants, les ados et les adultes. www.teteamodeler.com/dossier/dent.asp

Sourire pour tous : Fondation pour la santé dentaire de Belgique.
www.sourirepourtous.be/cms/enfant.php

Signaline Mission brossage : Informations, super-quizz, coloriages, méli-mélo.
www.signaline.fr/

Hygiène éduc : Site éducatif sur l'hygiène. Jeux et des fiches d'activités pédagogiques. www.hygiene-educ.com/fr/presentation/jeux.htm

Vidéo en ligne

« Adibou : pourquoi j'ai mal aux dents » :

http://www.youtube.com/watch?v=OQBDhfXPiks

Outils pédagogiques

Disponibles à l'ADES du Rhône ou gratuits:

La semaine du sourire dent'fer. [Exposition 9 panneaux] Conseil Local de Santé Mairie de Bordeaux, 2009
A destination des enfants et de leurs parents, aborde différents thèmes de santé bucco dentaire : dents de lait, caries, brossage des dents, visite chez le dentiste, alimentation….
http://www.bordeaux.fr/ebx/ShowBinary/BEA%20Repository/flip/fr/groupePiecesJointes/20442/2/pieceJointeSpec/56037/file/semaine-sourire-dentfer.pdf

Le grand livre de la dent. [Livre géant] Union Française pour la Santé Buccodentaire (UFSBD).

Maxi-mâchoire + maxi brosse. Union Française pour la Santé Buccodentaire (UFSBD).

Léo & Léa dans "Même pas mal !" [DVD] UFSBD,
Les enfants retrouvent Léo et Léa dans un véritable cabinet dentaire, dont la salle de soins et les appareils sont présentés et détaillés simplement.

Mission sourire avec Signaline. [Mallette pédagogique] UFSBD, SIGNAL, 2007.
Dessin animé composé de 3 modules distincts de 2 à 3 minutes chacun. Son message est identique à celui relayé par tous les outils du kit pédagogique : "Je me brosse les dents 2 fois par jour, « le matin et le soir » ; A chaque brossage il ne faut pas oublier les nouvelles dents, celles qui poussent vers 6 ans ; Nécessité de se brosser toutes les dents, celles de devant et celles du fond."

Célestin : La citoyenneté, l'hygiène et la santé.
[DVD] SCEREN - CNDP. 2004
Célestin, petit fantôme sympathique, veille sur Lucas, 5 ans, et ses amis. Cette série amène les enfants à réfléchir aux situations proposées pour les aider à construire leur personnalité autour de la recherche d'un équilibre entre ce qu'ils doivent faire, peuvent faire ou ce qui leur est interdit.

Jouons santé. [Dossier pédagogique] Cultures et santé (asbl) 2000.
Répertoire d'activités ludiques pour informer les 6-12 ans sur l'hygiène, l'alimentation, les dents, les accidents domestiques et les 5 sens. Stimule l'acquisition de comportements favorables à la santé.

Les voleurs de santé [Mallette pédagogique] INSERM/MGEN, 1995.
Les fiches et affiches abordent les 8 thèmes suivants : le cœur, le sang, la respiration, la peau, l'alimentation, les dents, le sommeil, les vaccinations.

La dent géante en coupe . Matériel de démonstration UFSBD tout public.

ADES du Rhône 292 rue Vendôme - 69003 Lyon - Tel : 04.72.41.66.01 - mtdentsades69@free.fr

Non disponibles à l'ADES du Rhône et payants:

Chokky au cirque. [Livret illustré] UFSBD.
Livret illustré en couleurs avec un feuillet "Les conseils de Chokky aux parents". L'objectif est de faire connaître les 4 règles bucco-dentaires : le brossage, le fluor, les habitudes alimentaires, la visite chez le dentiste.

Mission secrète : SOS dents. [CD-ROM] Signal.
Signaline, agent secret des dentiforces internasignales, accueille les enfants comme nouvelle recrue... Par des missions, quiz et jeux, ils sont formés avant de faire leurs preuves sur le terrain pour lutter contre les ennemis des dents !

Alligator & Mustang se brossent les dents. [Marionnettes]
2 peluches avec une mâchoire humaine adulte de taille double, et d'une brosse à dent en proportion, pour montrer aux enfants les techniques de brossage. Un bouton secret projette un jet d'eau comme un revolver à eau pour maintenir l'attention...

Le tour du monde du Docteur Quenottes [Coffret pédagogique] UFSBD, de 6 à 11 ans.
Objectifs : reconnaître et comprendre l'importance d'une bonne hygiène buccodentaire ; développer et mettre en place quotidiennement des habitudes d'hygiène ; apprendre à reconnaître les aliments et boissons qui fragilisent les dents ; apprendre la nécessité d'une alimentation équilibrée pour garder des dents saines et vivantes ; responsabiliser les enfants sur le capital santé qu'ils possèdent et qu'ils doivent entretenir ; présenter le chirurgien dentiste comme le comme le partenaire amical.

Léa et Léo chez le Magicien des Dents. [Kit pédagogique] UFSBD, de 6 à 8 ans.
Livre Léo et Léa, 5 posters/illustrations, 35 autocollants "Léo et Léa chez le Magicien des Dents", 35 dépliants "A chaque âge son brossage" pour les parents, un dossier d'exploitation du programme pour les enseignants.
Objectifs: Dédramatiser la visite chez le dentiste et positiver l'image du praticien et de son exercice.

Léo et Léa au Pays du Sourire. [Kit pédagogique] UFSBD.
Livre Léo et Léa , dossier pour l'enseignant constitué de deux fiches transdisciplinaires et d'un livret pédagogique, dépliant "A chaque âge son brossage" pour les parents, une affiche et un adhésif "La méthode intermédiaire" pour chaque enfant. Objectifs: Expliquer aux enfants de 6 à 8 ans : l'anatomie d'une dent, la croissance des dents, la méthode de brossage des dents, la protection des dents grâce aux scellements des sillons.

Bros contre les Streptos. [Coffret pédagogique] UFSBD.
Dessin animé avec pour objectifs annoncés d'apprendre aux enfants de 6/8 ans une méthode de brossage adaptée ; de leur apprendre un vocabulaire (nom des dents) ; de leur donner des connaissances anatomiques et scientifiques ; et de permettre à l'enseignant et au relais éducatif d'organiser une animation : séance d'animation, mime ou séance récréative.

Le temps des dents : connaître ses dents et les moyens de les garder en bonne santé. [Coffret pédagogique] UFSBD, Public : Enfants de cycle 1 et cycle 2.
Une cassette vidéo et de fiches d'activité à photocopier aborder la prévention bucco-dentaire de façon très ludique.

Petites histoires de dents. [CD-ROM] PIERRE FABRE ORAL CARE. - Melody créateurs intercatifs.
Ce CD-ROM, invite les enfants de 6 à 10 ans à découvrir l'univers des dents au travers de 8 jeux et épisodes animés. Il a pour objectif de sensibiliser les enfants à l'importance de l'hygiène dentaire et de les amener à comprendre l'intérêt de bien prendre soin de leurs dents. En compagnie des personnages de la famille Medtoons, l'enfant explore, joue et s'approprie les informations capitales liées au sujet.

Boubou l'hippopotame. [Coffret pédagogique] UFSBD. Public : Enfants de grandes sections et CP.

Docteur Quenottes et la planète des dents. [Coffret pédagogique] UFSBD. De 6 à 11 ans
L'objectif principal de cet outil est de faire comprendre aux enfants qu'ils sont tout à fait capables d'être responsables de leur santé buccodentaire et que le chirurgien dentiste est à considérer comme un partenaire amical.

Enquêtes - Rapports

La santé de l'Homme, INPES, « *Promouvoir la santé bucoo-dentaire* » n°417 janv. Fevr. 2012 en ligne : http://www.inpes.sante.fr/SLH/pdf/sante-homme-417.pdf

L'état de santé de la population en France, Rapport DREES, de l'emploi et de la santé, 2011 : http://www.sante.gouv.fr/IMG/pdf/Etat_sante-population_2011.pdf

Question Santé, La lettre de l'UFSBD, Rapport HAS Prévention de la carie dentaire, UFSBD, hiver 2011 : http://ufsbd.digitalmeanings.fr/sites/default/files/mags/Question%20De%20Sante_1.pdf

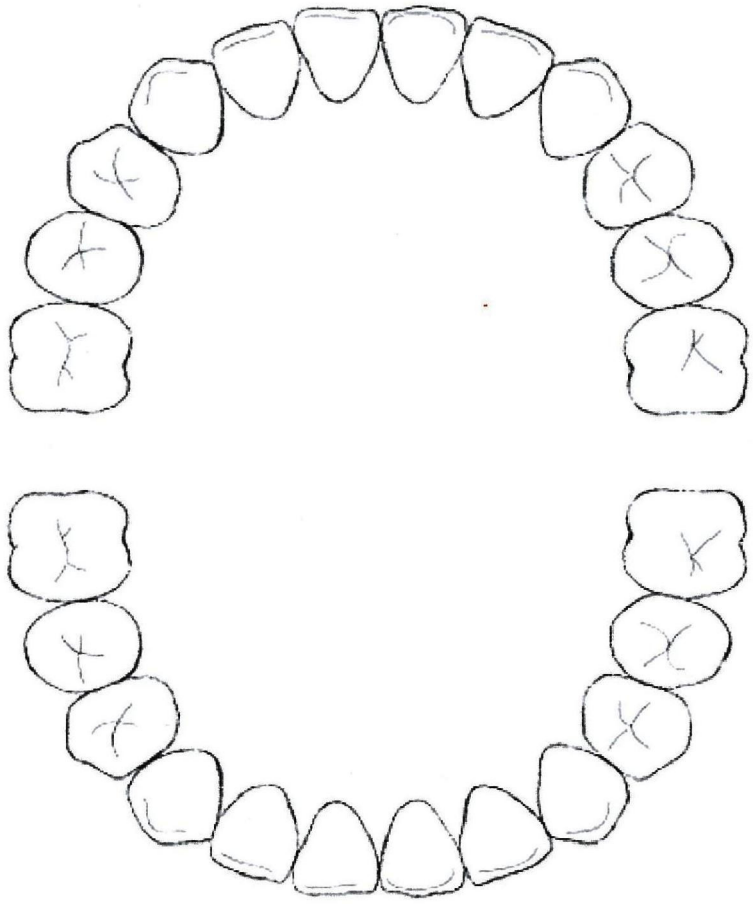
Stratégies de prévention de la carie dentaire, Haute Autorité de Santé, mars 2010 : http://www.has-sante.fr/portail/upload/docs/application/pdf/2010-10/corriges_rapport_cariedentaire_version_postcollege-10sept2010.pdf

Des outils pédagogiques pour une mise en pratique

Activité 1	**Exercice autour des dents**
Activité 2	**Coloriage de la dent et de ses différentes parties**
Activité 3	**Atelier pédagogique 1**
Activité 4	**Atelier pédagogique 2**
Activité 5	**Quiz (4 p)**
Activité 6	**Diplôme**

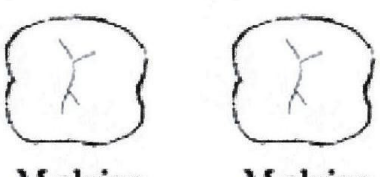
ADES DU RHÔNE
ASSOCIATION DÉPARTEMENTALE
D'ÉDUCATION POUR LA SANTÉ

Activité 1



Voici la denture « mixte » d'un enfant de 6/8 ans :

- Colorie en vert les dents de lait
- Colorie en bleu les dents définitives
- Compte chaque type de dents et écris le chiffre dans la case correspondante



Molaire **Molaire**

de lait **définitive**

Canine

de lait

Incisive

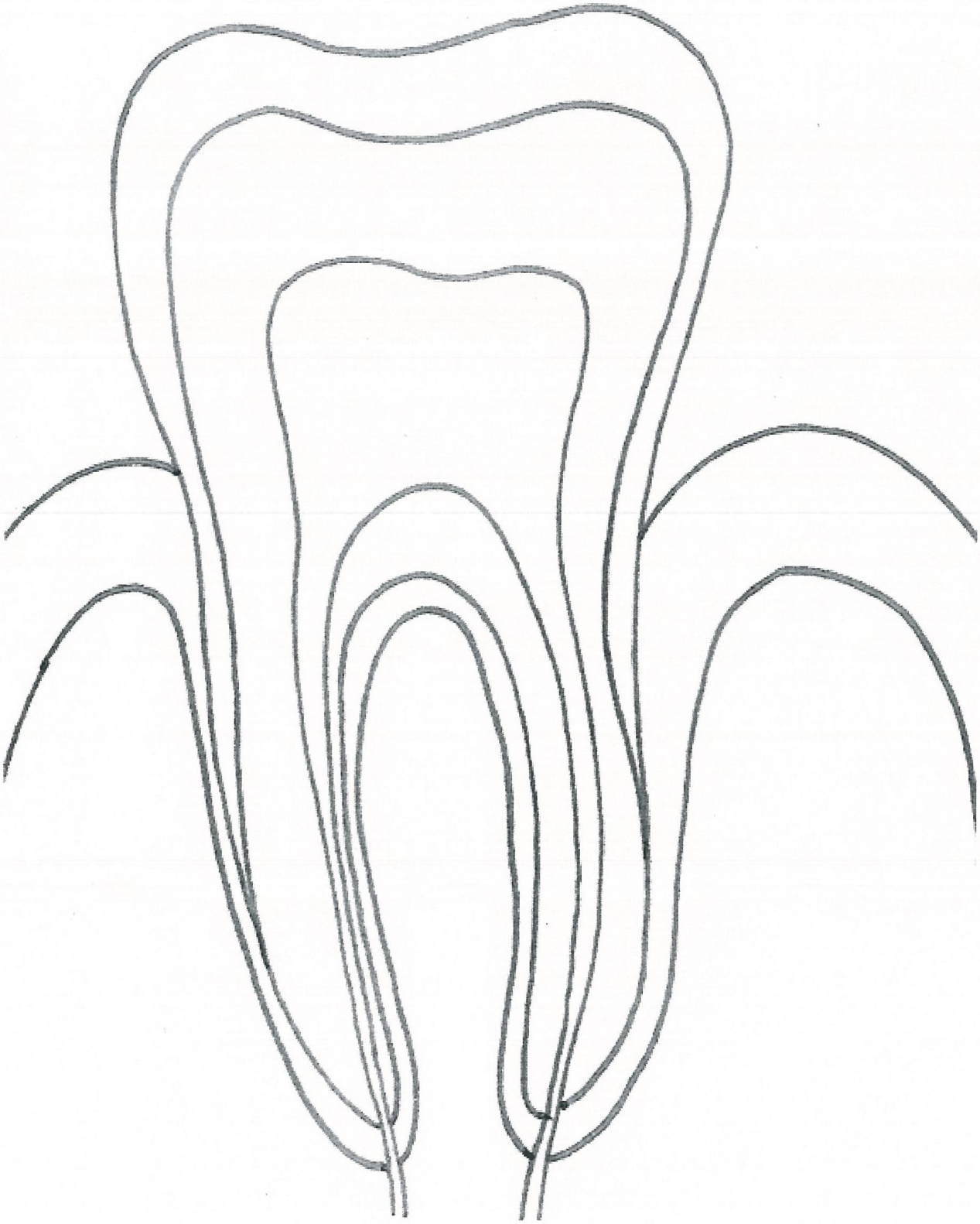
Incisive

de lait **définitive**

ADES DU RHÔNE
ASSOCIATION DÉPARTEMENTALE
D'ÉDUCATION POUR LA SANTÉ

Coloriage

Activité 2



☐ *gencive*

☐ *émail*

☐ *pulpe*

☐ *os*

☐ *dentine*

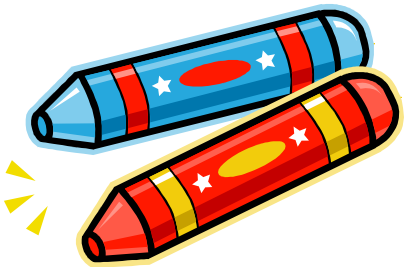
Atelier pédagogique 1

Indication :
Pour cet atelier, s'appuyer sur le document 4 : « la classification des aliments en fonction de leur pouvoir cariogène »

Matériel nécessaire :
Magazines publicitaires alimentaires (que chaque élève peut apporter), grand panneau/affiche/tableau, ciseaux, colle, feutres rouge et vert

Déroulé de l'atelier :
Sur une grande affiche sont dessinées 5 colonnes (petit-déjeuner, déjeuner, goûter, dîner, jour de fêtes).
Chaque élève découpe dans un magazine publicitaire ce qu'il mange au cours des différents repas puis vient le coller sur l'affiche, dans la colonne correspondante.
L'enseignant peut alors engager un débat pour mettre en évidence ce qui est bon pour les dents, ce qui correspond à une alimentation équilibrée et ce qui est à limiter.

Objectifs de l'atelier :
- Observer avec les enfants leurs habitudes alimentaires,
- Les amener à débattre sur ce qui est bon pour les dents,
- Reconnaître les aliments mauvais pour les dents qui peuvent être consommés occasionnellement,
- Insister sur les risques du grignotage.



Atelier pédagogique 2

Matériel nécessaire :
Vinaigre d'alcool blanc, craies.

Déroulé de l'atelier :
Chaque enfant (ou groupe d'enfants) dépose une ou deux gouttes de vinaigre blanc sur une craie et observe la réaction effervescente (l'acide dissout la substance minérale). Il peut constater un ramollissement de la craie au niveau de la réaction.

Objectifs de l'atelier :
Faire prendre conscience aux enfants de la réaction que provoque l'acidité sur une craie.
Les amener à limiter les aliments acides (sodas par exemple) et les aliments sucrés (puisque le sucre est transformé en acide par les bactéries présentes dans la bouche) et ainsi éviter les caries.

Pour aller plus loin…
Si un enfant est volontaire pour donner sa dent de lait tombée à l'enseignant, plonger la dent dans un verre contenant du vinaigre d'alcool blanc et observer jour après jour l'état de surface de l'émail de la dent.

M'T dents

Proposé par

LES DENTS EN S'AMUSANT

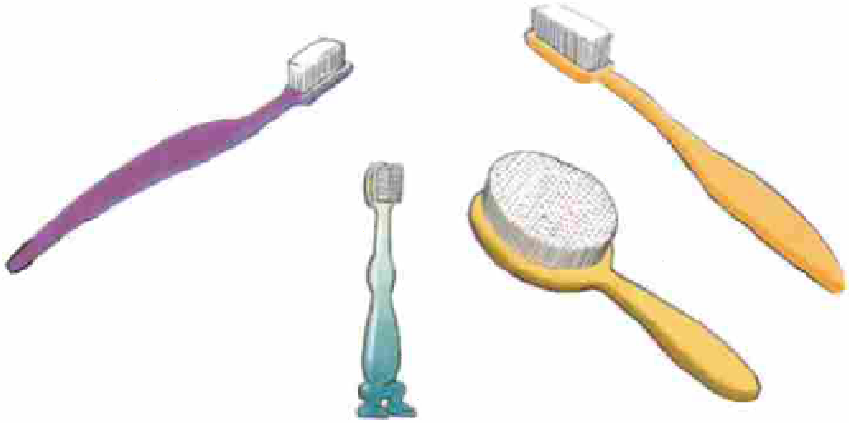
Voici quelques exercices pour prendre soin de tes dents.

À toi de jouer !

Nom : .....

Prénom : .....

1 Tu dois te brosser les dents avec ta brosse à dents.
Entoure la brosse à dents avec laquelle tu peux te brosser les dents.



... / 1

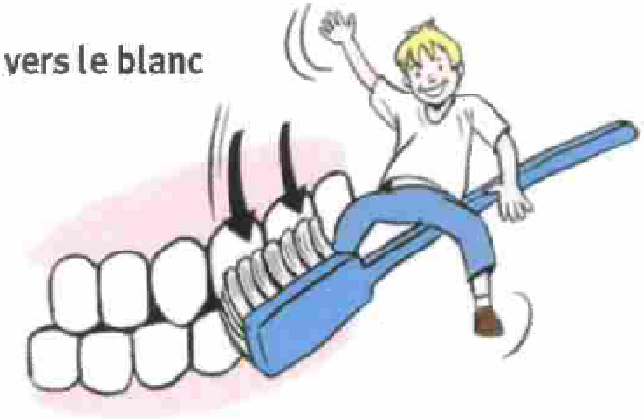
2 Pour te brosser les dents, utilise un dentifrice au fluor.
Entoure le dentifrice avec lequel tu peux te brosser les dents.

... / 1

Activité 5

3 Il ne faut pas se brosser les dents n'importe comment.
Entoure le bon geste pour bien te brosser les dents.

Du rose vers le blanc



De l'avant vers l'arrière
et de l'arrière vers l'avant

Dans tous les sens
en tournant

.../ 1

4

Le gentil fluor protège tes dents.
La méchante bactérie abîme tes dents.
Barre les dents qui ne sont pas protégées par le fluor.

.../ 1

5

C'est le soir avant de te coucher.
Barre ce que tu ne dois pas faire.

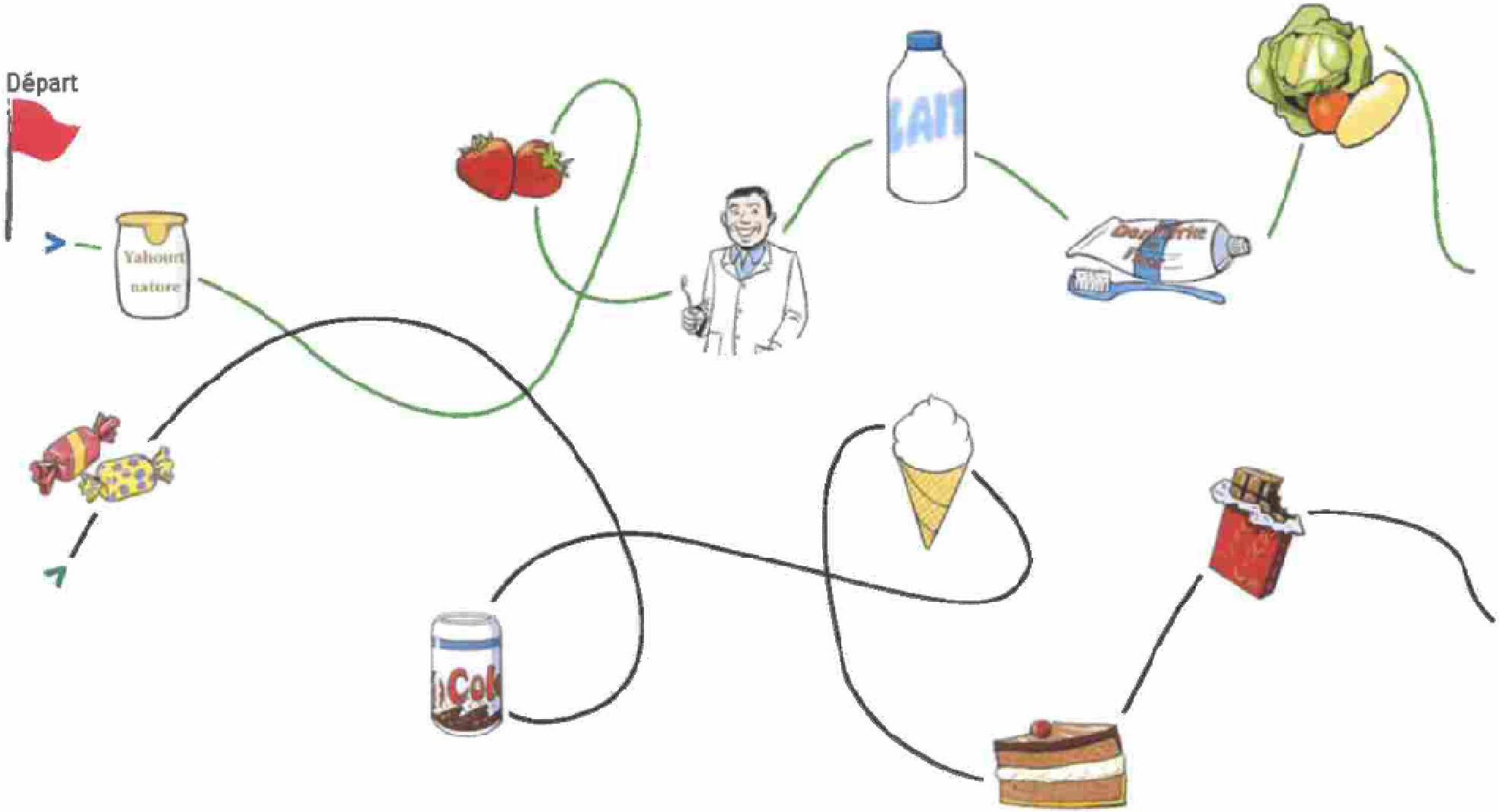
Je mange des bonbons

Je me brosse les dents

Je bois un soda

.../ 1

6 Certains aliments sont mauvais pour tes dents.
Parmi ces deux chemins, choisis le meilleur pour tes dents.



.../ 1

M'T dents

Proposé par l'Assurance Maladie

félicite

_____

de savoir bien s'occuper de ses dents

DIPLÔME

le _____

Signature de l'enseignant

Activité 6