



POURQUOI PRENDRE SOIN DES DENTS DÈS LEUR APPARITION ?

Tout ce qu'il faut savoir pour bien débiter le brossage des dents des tout-petits.

La plaque dentaire se développe sur les dents, dès l'apparition de celles-ci. Cette plaque est une fine couche collante qui se dépose continuellement sur les dents. Elle est composée d'un mélange de résidus d'aliments, de salive et de microbes. Ceux-ci transforment les sucres présents dans les résidus d'aliments en acides qui attaquent l'émail des dents et provoquent des caries.

Dès l'apparition des premières dents, il faut habituer l'enfant au brossage, **avec une petite brosse souple spéciale** pour bébé et de l'eau claire. Côté dentifrice, l'équivalent d'un grain de riz suffit amplement jusqu'à 1 an et ensuite, un volume équivalent à l'ongle d'un enfant. Un dentifrice contenant du fluor en faible concentration renforcera l'émail des dents et donc préviendra les caries, tout en limitant les doses ingérées. Notons que l'enfant ne peut se rincer la bouche et cracher efficacement que vers l'âge de 4-5 ans.

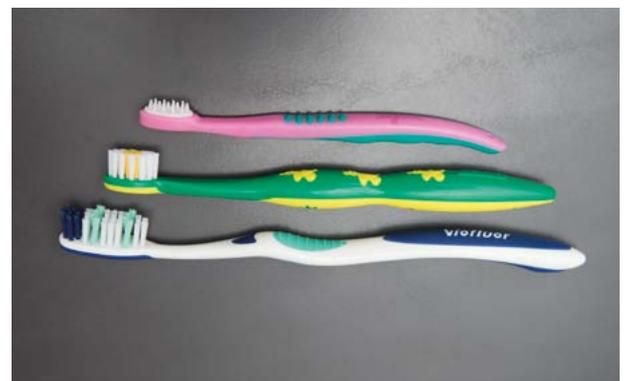
Une étude a montré l'efficacité de l'exemple. Alors pourquoi ne pas se brosser les dents côte à côte devant le miroir ? Choisir une brosse à dents sympa (il faut changer de brosse tous les trois mois environ), fredonner un petit air dynamique durant deux à trois minutes ?

Le brossage régulier des dents et l'emploi de fluor topique¹ constituent un des quatre piliers de la prévention de la carie. Les trois autres sont :

- Veiller à assurer une alimentation équilibrée, sans en-cas ou boisson sucrée entre les repas,

en favorisant dès que possible les aliments non mixés, qui stimulent la mastication et l'écoulement de salive, en évitant les aliments qui collent (miel, friandises...) ou qui acidifient la bouche (sodas...).

- Eviter de transmettre des bactéries responsables de caries et éviter le contact entre les brosses à dents (étuis ou gobelets personnels) qui favorise la transmission des bactéries d'une brosse à l'autre.
- Encourager les parents à familiariser l'enfant avec le dentiste dès l'âge de 2 ans et à retourner le voir tous les 6 mois. Outre le contrôle bucco-dentaire, le dentiste pourra donner des conseils et effectuera parfois des soins préventifs. Pour bénéficier de la gratuité, il faut que l'enfant ait moins de 18 ans, que le dentiste applique les honoraires conventionnés et que les soins à effectuer soient repris dans la liste des soins qui donnent lieu au remboursement intégral.



Thérèse SONCK
Conseillère médicale pédiatre ONE (Hainaut)

¹ Essentiellement du dentifrice fluoré et chez certains enfants, plus à risque de caries, des gouttes ou comprimés à sucer (selon les indications du dentiste).

Témoignage

A CHAQUE ÂGE SON BROSSAGE...

En 2014, via l'Echevine des Familles, Crèches, Santé et Egalité des Chances, Mme ROBA-RABIER, nous avons été contactés par l'association bucco-dentaire « Sourire pour tous » pour être projet pilote : « Initier le brossage des dents dans notre crèche, dès le plus jeune âge ».

Nous avons décidé de commencer l'activité **chez les grands**. L'association nous a fourni le matériel : gobelets colorés, brosses à dents et dentifrice. Par ailleurs, les parents ont été informés pour qu'un parallèle puisse se faire avec la maison, si ce n'était déjà le cas.

Dans la pratique, le brossage s'est fait après le repas de midi, au moment du change. Les enfants se sont installés devant de petits évier avec miroir. Au début, les puéricultrices les ont accompagnés dans leurs mouvements mais on voyait déjà que nombre d'entre eux avaient l'habitude de le faire à la maison. Quand l'habitude est prise, les enfants sont plus autonomes. Lors de la mise en place de l'activité, nous avons eu la chance d'avoir du personnel supplémentaire. Cela a beaucoup aidé au démarrage de l'activité. Parfois, c'est l'équipe médico-sociale qui prenait le relais. Bref, il n'y a jamais eu d'interruption. Je pense que c'est une des clés du succès.

Après 6 mois, nous avons décidé d'étendre l'activité aux plus petits. Nous avons commencé pendant une période de vacances, fin juillet. Moins d'enfants étaient présents et à chaque retour de congés, les nouveaux y étaient inclus. On pouvait passer plus de temps avec eux puisque les autres avaient déjà une certaine maîtrise du geste.

Chez les moyens, entre 12 et 18 mois, l'évolution motrice est différente. Certains marchent, d'autres pas encore. Le brossage des dents s'est fait après le repas de midi, vers 11h30. Nous avons proposé à l'enfant de s'asseoir sur la table de change, la puéricultrice placée en face de lui, lui disait ou mimait ce qu'il devait faire.

C'est à cet âge-là que nous avons commencé à utiliser le dentifrice. Pour les grands moyens qui tiennent debout, l'activité s'est faite devant de petits lavabos équipés d'un miroir à leur hauteur. Cela demandait un peu de temps au début, les enfants devaient s'habituer à rester devant le lavabo. Après plusieurs jours, ils ont compris comment se brosser les dents, sous l'œil bienveillant d'une puéricultrice.

Chez les bébés (qui ont au moins une dent...), l'idée était qu'ils se familiarisent avec la brosse à dents : la manipule, la goûte, la mette en bouche. Le dentifrice n'ayant pas eu de succès, nous avons abandonné l'idée d'en utiliser car il se retrouvait plus souvent dans les cheveux et les oreilles que dans la bouche. Dans cette section, il n'y a pas eu de moment précis pour le faire. On a toujours choisi un moment où l'enfant est bien, en forme, en dehors d'un moment de fatigue. Cela se passait sur le coussin de change, soit couché, soit assis.

Comme nous étions en projet pilote, nous n'avions aucune obligation de réussite. Tout s'est fait en douceur, sans aucune pression. Depuis lors, nous n'avons pas arrêté. C'est un travail d'équipe avant tout. Nous avons intégré cette activité dans notre projet d'accueil. Maintenant, nous fournissons la première brosse à dents et le gobelet, dès l'arrivée de l'enfant à la crèche. Les parents veillent au renouvellement de la brosse à dents et ce sont eux aussi qui fournissent le dentifrice.

Florence GRAD
Directrice crèche du Homborch (Uccle - Bruxelles)



Témoignage

LE BROSSAGE DE DENTS CHEZ LES P'TITS NOUNOURS...

Nous sommes deux sœurs co-accueillantes autonomes. Lors de la création de notre projet d'accueil, nous avons plusieurs points importants que nous voulions mettre en place. L'un de ces points était le « brossage des dents » pour les enfants.

Dès l'apparition de la première dent, nous proposons une brosse à dents, ainsi qu'un dentifrice, adaptés à l'âge de chacun. Après le dîner, les enfants qui marchent se dirigent vers la salle de bain pour se brosser les dents, tandis que ceux qui ne marchent pas reçoivent leur brosse à dents à table.

Pour les enfants, *le brossage de dents est devenu un rituel* et ils l'apprécient fortement. Cela se fait sans insistance et avec plaisir. En premier lieu, nous laissons les enfants se brosser les dents seuls puis, nous les aidons si cela s'avère utile.

Pour les parents, ce projet est considéré comme *une très bonne idée*. Lors des visites, nous remarquons qu'ils sont assez surpris car tous les milieux d'accueil ne proposent pas le brossage des dents aux enfants.

De plus, nous leur laissons des brochures de l'ONE à disposition et répondons à leurs questions avec plaisir.

Au final, tout le monde est satisfait et avec un beau sourire.

Fatima et Yamina EL MAKHTARI

Co-accueillantes autonomes – Schaerbeek (Bruxelles)

Témoignage

À LA MAISON D'ENFANTS LA « POUPONNIÈRE » DE CHIÈVRES...

C'est la réponse à une demande d'un parent qui a été pour nous le point de départ d'une démarche visant le brossage des dents des enfants à la « Pouponnière » de Chièvres

En effet, il y a plusieurs années, une maman m'a demandé comment faire pour que son enfant, âgé de 14 mois, se brosse les dents. Je lui ai conseillé de le faire au même moment que la grande sœur. Ce qu'elle a essayé mais sans succès.

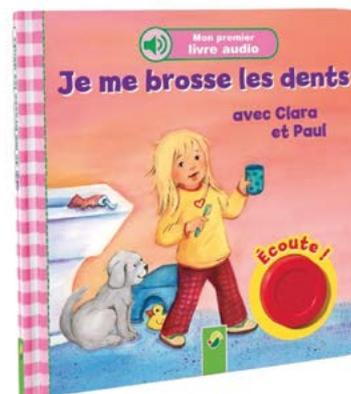
C'est alors, en accord avec les puéricultrices, que j'ai proposé à la maman l'organisation d'une activité sur le thème « Se brosser les dents » avec les autres enfants de la structure.

Je me suis rendue à la bibliothèque communale où *j'ai trouvé un livre sur le brossage des dents*.

J'ai ensuite demandé aux parents des enfants âgés d'un an et plus d'apporter leur brosse à dents et le dentifrice, afin de réaliser l'activité, tout en étant aidée de la lecture du livre de Schwager & Steinlein Verlag Gmb H, « *Je me brosse les dents avec Clara et Paul* », album illustré avec un effet sonore amusant.

Vu la bonne participation des enfants à cette activité, les puéricultrices et moi-même, nous nous sommes concertées et avons décidé de poursuivre l'expérience tous les jours après le repas de midi et le goûter, en constatant que cela ne prenait pas beaucoup plus de temps que le lavage de la bouche et des mains. De plus, les grands étaient très motivés de pouvoir eux-mêmes se brosser les dents.

Actuellement, nous continuons le brossage des dents des enfants avec la plus grande satisfaction des parents et des enfants.



Nadine LIBRE
Responsable ff des maisons d'enfants
de la Ville de Chièvres (Hainaut)

Témoignage

DANS LA MAISON D'ENFANTS D'ACTIRIS...

Suite à la première édition réussie d'une journée « Education à la santé » sur le thème de l'alimentation, organisée en collaboration avec l'ONE, l'engouement de proposer une suite au sein de notre maison d'enfants a été de la partie ! Voilà pourquoi nous avons réitéré l'évènement basé, cette fois-ci, sur la santé bucco-dentaire et le lavage des mains. Deux ateliers ouverts aux parents avec leur(s) enfant(s).

Nous avons eu le grand plaisir de collaborer avec la Fondation « Souriez.be » désireuse d'apporter leur savoir dans les milieux d'accueil également. Grande première pour les deux parties donc !

Ce fut une journée gratifiante avec une participation non négligeable des parents et des enfants, qui plus est dans une structure d'accueil d'urgence telle que la nôtre. Nous proposons en effet un accueil occasionnel et temporaire où il n'est pas simple que les parents aient du temps à accorder à ce type d'activité.

La présence des membres de la Fondation est un apport plus que bienvenu car l'assistance d'une dentiste investie sur place, afin de donner des informations expertes aux parents, est une ressource appréciable.

Un petit buffet «santé» avec fruits et légumes et smoothies frais avait été confectionné par nos soins, histoire d'apporter un peu de chaleur et surtout des alternatives aux petites sucreries.

Même si l'organisation peut paraître périlleuse dans certaines structures, j'invite vivement les milieux d'accueil qui n'ont pas encore tenté l'expérience à se lancer. Ces projets sont de belles opportunités de rencontres avec les parents et leur(s) enfant(s), ce serait vraiment dommage de passer à côté. L'ONE met à disposition des outils et du matériel pédagogique pour pouvoir organiser ces journées de la meilleure manière qui soit...On aurait tort de s'en priver!

La prévention tout en s'amusant, que demander de plus ?

Sophia KARAYANNIS

Coordinatrice de la maison d'enfants d'Actiris – site 3
Bruxelles

Témoignage

« CHEZ MANU ET LES T'HIBOUX »...

J'ai introduit le brossage de dents dans le milieu d'accueil quand je me suis rendue compte que les parents n'avaient pas beaucoup de temps le matin. ***Le brossage des petites dents est pourtant important, dès leur apparition.*** J'ai pris l'initiative d'écrire un courrier que j'ai collé dans chaque cahier afin de signaler aux parents que je proposais le brossage des dents. Cela a été approuvé par tous.

J'ai donc acheté les brosses à dents et un dentifrice adapté à l'âge. Après le dîner, lorsque les enfants ont fini de manger et de boire, je sors le gobelet et la brosse à dents de chacun. Dans un premier temps, je brosse les dents, ensuite je leur tends la brosse à dents et je leur laisse la manipuler. Pour les enfants un peu plus réticents à ouvrir la bouche, nous faisons tous des vocalises : « aaaaaa iiiiiiiii », cela les amuse beaucoup, c'est une activité ludique, utile et gaie. En même temps, nous apprenons les « s'il te plaît » et « merci » lorsque je donne la brosse à dents et que je la reprends, afin de la nettoyer et la ranger.

En parallèle, dès qu'un des T'Hiboux est apte à mâcher les aliments, je ne mixe plus car je sais que bien mâcher n'est que bénéfique pour tout l'organisme, les dents, la mâchoire et le tube digestif (pas de pain sans croûte ici).

Voilà mon expérience avec la brosse à dents et les quenottes.

Manu

Accueillante autonome à Deux-Acres (Lessines)

