

# SOURIRE EN SANTÉ ENFANT HEUREUX

*Les soins buccodentaires et la  
prévention de la carie de la  
petite enfance*

Projet coopératif du Manitoba  
pour la prévention de la carie de la petite enfance  
2006



Photo: Bruce Hildebrand

## Module 1

pages 2-3

### Les dents de bébé et la carie de la petite enfance



Les dents saines jouent un rôle important pour la santé des enfants. Voici un exemple ci-dessous du syndrome de carie de la petite enfance, à un stade avancé, chez un jeune enfant.



- Les dents de bébé jouent un rôle important chez les jeunes enfants qui apprennent à manger et à parler. Elles aident également à former le visage et à permettre aux dents d'adulte d'occuper le bon endroit dans la bouche.
- La carie dentaire se forme chez les jeunes enfants lorsque des aliments et des bactéries responsables de la formation de la carie dentaire adhèrent aux dents de l'enfant. Les bactéries se nourrissent de particules d'aliments et produisent un acide qui affaiblit les dents et provoque l'apparition de la carie de la petite enfance.
- Si la carie dentaire devient suffisamment sérieuse, les enfants peuvent nécessiter une chirurgie dentaire à l'hôpital, sous anesthésie générale, pour enlever ou réparer les dents cariées.

## Module 1

pages 2-3

### Les dents de bébé et la carie de la petite enfance



- La carie de la petite enfance affecte la santé de votre enfant. Les problèmes pouvant survenir sont les suivants :
  - douleur,
  - ralentissement possible de la croissance de l'enfant,
  - difficultés liées au sommeil, à la prononciation et à la mastication de la nourriture,
  - difficultés d'apprentissage ou de concentration en raison de la douleur,
  - manque d'estime de soi lié à l'apparence physique,
  - infections.
- Pour une bouche en santé, il est nécessaire de nettoyer quotidiennement les dents des enfants à l'aide d'une brosse à poils souples et d'un dentifrice au fluor\*, ainsi que des examens dentaires périodiques. Même les enfants qui ont subi une intervention chirurgicale dentaire dans un hôpital sous anesthésie générale ont besoin d'un brossage quotidien et d'examens périodiques.

\* généralement non recommandé aux enfants de moins de trois (3) ans, sauf sur avis contraire d'un professionnel des soins dentaires



## Module 2

Pages 4-6

### Grossesse et bonne santé



- On peut prévenir la carie de la petite enfance avant même la naissance du bébé. Il est important que les femmes enceintes (soignants) veillent à leur propre santé buccodentaire afin d'éviter de transmettre les bactéries responsables de la carie dentaire à leur enfant.
- Les personnes soignantes doivent porter une attention particulière à leurs gencives et à leurs dents :
  - en se brossant soigneusement les dents et en utilisant de la soie dentaire tous les jours;
  - en visitant un professionnel de la santé buccodentaire pour un nettoyage, un examen et des traitements, au besoin;
  - en mâchant de la gomme contenant du xylitol lorsque le brossage n'est pas possible;
  - en recherchant les signes avant-coureurs de problèmes buccodentaires (p. ex., douleur/saignement des gencives, mauvaise haleine, mauvais goût, dents sensibles, signes de carie dentaire).

## Module 2

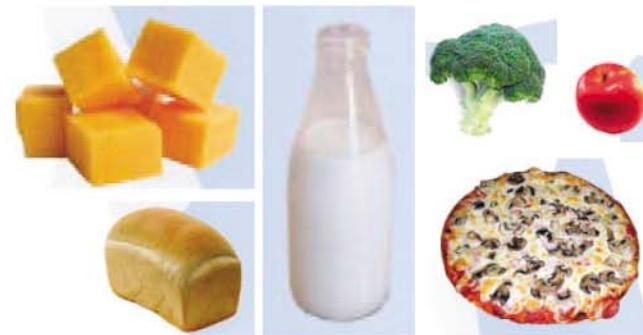
pages 4-6

### Grossesse et bonne santé



Photo: Bruce Hildebrand

Pendant et après la grossesse, votre bébé a besoin de calcium et de vitamine D provenant des aliments sains que vous consommez pour favoriser la croissance de ses dents et ses os.



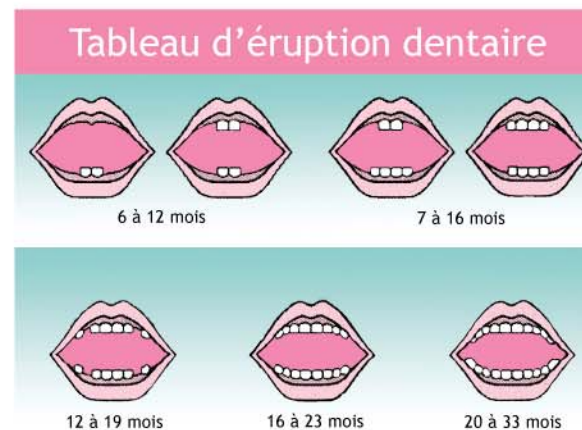
**Sources de calcium :** lait (frais ou en poudre), boisson au soja enrichie de calcium, jus d'orange enrichi de calcium, fromage ainsi que toute nourriture préparée avec les ingrédients mentionnés précédemment.

Vous pouvez aussi obtenir du calcium en consommant des poissons gras, des têtes de poisson, du saumon et des sardines avec les arêtes. Le maïs, les amandes et le brocoli contiennent du calcium, mais pas en quantité suffisante pour répondre à vos besoins.

**Sources de vitamine D :** Votre corps fabrique de la vitamine D lorsque votre peau est exposée aux rayons du soleil. En hiver, vous avez besoin de la vitamine D qui provient des suppléments vitaminiques et des aliments que vous consommez.

Les meilleures sources de vitamine D sont les vitamines prénatales et le lait (frais ou en poudre), les boissons au soja enrichies de calcium et les aliments préparés avec du lait ou une boisson au soja enrichie. Les poissons gras, les œufs et la margarine contiennent aussi une petite quantité de vitamine D.

## La première dent



Les parents/soignants doivent :

- Savoir que les dents de bébé commencent à se former dès la sixième semaine de grossesse;
- Se familiariser avec le tableau d'éruption des dents du bébé (voir le tableau ci-dessus);
- Laisser le bébé sucer un chiffon propre, froid et humide pour réduire la douleur lors de la poussée des dents;
- Apprendre à reconnaître les signes avant-coureurs de la carie de la petite enfance (voir le module 5 : Soulever la lèvre);
- Savoir que la carie de la petite enfance peut se manifester dès que la première dent fait son apparition en bouche;
- Garder la bouche du bébé propre (voir module #6 : Nettoyage des dents de votre enfant).

## Module 3

pages 7-8

### Bonne santé buccodentaire pour la famille



- Les mères et les autres membres de la famille peuvent transmettre des bactéries responsables de la carie dentaire aux nourrissons et aux jeunes enfants.
- La transmission des bactéries est effectuée par un échange de salive, par exemple, en vérifiant la température des liquides dans les biberons ou des aliments; en goûtant ou en partageant des aliments, des gobelets ou des ustensiles; en partageant des brosses à dents et même en nettoyant les tétines des biberons ou les sucres avec la bouche.
- Soyez un bon modèle pour votre enfant. Donnez le bon exemple en veillant quotidiennement à la propreté de votre bouche.



## Module 3

pages 7-8

### Bonne santé buccodentaire pour la famille



Chaque membre de la famille devrait visiter un professionnel de la santé dentaire au moins une fois l'an.

- Chaque personne devrait avoir sa propre brosse à dents. Nettoyez vos dents au moins une fois par jour, surtout avant d'aller dormir. Ne consommez que de l'eau entre le brossage et le coucher. Ne consommez ni aliments ni boissons autres que de l'eau.
- Les enfants âgés de trois (3) ans et plus peuvent utiliser un dentifrice au fluor\*. Utilisez une brosse à poils souples.
- Il est important d'utiliser de la soie dentaire pour nettoyer les espaces entre les dents, là où la brosse n'est pas en mesure de nettoyer adéquatement.
- Tous les membres de la famille devraient visiter un professionnel de la santé dentaire au moins une fois l'an.

\* généralement non recommandé aux enfants de moins de trois (3) ans, sauf sur avis contraire d'un professionnel des soins dentaires

Vous n'avez pas besoin d'une brosse à dents dispendieuse. Le plus important, c'est d'avoir une brosse à poils souples.





## Module 4

pages 9-11

### Pratiques d'alimentation



- L'allaitement est le meilleur moyen de nourrir un bébé. Assurez-vous que le bébé avale le lait avant de s'endormir afin que le lait ne demeure pas sur les dents.
- Donnez aux bébés allaités de la vitamine D\* (parlez-en avec une infirmière ou un médecin). Rappelez-vous que les dents sont toujours en croissance et qu'elles ont besoin de vitamine D.
- Que vous allaitiez ou non votre bébé, nettoyez sa bouche après chaque repas. Les bactéries responsables de la carie de la petite enfance aiment autant le lait maternel que le lait maternisé.
- Si les dents ne sont pas nettoyées quotidiennement, la plupart des aliments et breuvages peuvent contribuer au syndrome de la carie de la petite enfance.

\* il peut être nécessaire d'utiliser des suppléments vitaminiques

## Module 4

pages 9-11

### Pratiques d'alimentation



- Biberons, gobelets sans couvercle et gobelets ordinaires (petits verres en plastique)
  - Soulevez la tête du bébé pour lui donner le biberon afin que le liquide ne demeure pas sur les dents et ainsi diminuer le risque de formation de la carie dentaire.
  - Cessez l'usage du biberon vers l'âge d'un (1) an et utilisez un gobelet pour bébé sans couvercle ou ordinaire.
  - Ne servez des boissons sucrées que dans un gobelet ordinaire et non dans un biberon. Ne servez des boissons sucrées qu'au moment des repas. Faites boire de l'eau au bébé entre les repas.
  - Toute gorgée d'une boisson sucrée ou toute bouchée d'un goûter sucré se traduit par une attaque-acide de 20 minutes sur les dents.
  - S'il est nécessaire de donner un biberon ou un gobelet au bébé au coucher ou avant une sieste, ne lui servez que de l'eau. Même le lait maternisé ou d'autres boissons santé peuvent causer la carie de la petite enfance s'ils sont servis dans un biberon au coucher ou avant une sieste. Ne laissez pas un bébé s'endormir avec un biberon qui contient autre chose que de l'eau.

## Module 4

pages 9-11

### Pratiques d'alimentation



- Évitez les boissons et les goûters qui contiennent beaucoup de sucre. Les bactéries responsables de la carie de la petite enfance adorent le sucre; donc, nettoyez quotidiennement les dents de votre enfant, en particulier après avoir consommé des aliments sucrés.
- Si votre enfant préfère manger très souvent ou qu'il prend de nombreux goûters, nettoyez ses dents plus souvent.
- Lorsque votre enfant commence à consommer des aliments solides, assurez-vous de lui fournir des aliments riches en calcium et en vitamine D dans ses repas quotidiens (voir le module #2, page 5 : Grossesse et bonne santé).



## **Soulever la lèvre**



### **SIGNES AVANT-COUREURS**

- Après l'apparition de la première dent de l'enfant, soulevez la lèvre de ce dernier une fois par mois pour vérifier les signes avant-coureurs de carie de la petite enfance.
- Inspectez l'avant et l'arrière des dents. Recherchez les lignes et les taches blanches et crayeuses le long de la gencive. Si ces signes sont apparents, amenez l'enfant chez le professionnel de la santé dentaire.
- Si vous ignorez les marques blanches et crayeuses, elles pourraient se traduire par des caries dentaires importantes.
- La carie dentaire peut devenir douloureuse et causer des infections.
- Vous pouvez prévenir la carie de la petite enfance en prêtant une attention particulière aux dents de votre enfant.

## Module 6

pages 13-14

### Nettoyage des dents de votre enfant



## La plaque dentaire

est la substance blanchâtre qui se forme quotidiennement sur les dents. La plaque dentaire est pleine de bactéries et doit être enlevée chaque jour à l'aide du brossage.



- Maintenez la propreté de la bouche de votre enfant :
  - Utilisez un chiffon doux et propre pour nettoyer la bouche de votre enfant avant l'apparition des dents (de la naissance à l'apparition de la première dent);
  - Utilisez une brosse à poils souples après l'apparition des premières dents;
  - Nettoyez la bouche et les dents après les périodes d'alimentation du bébé, en particulier au coucher et avant une sieste.
- Brossez à partir de la gencive vers les dents pour enlever la plaque et les particules d'aliments accumulées sur les dents.
- Utilisez une petite quantité de dentifrice au fluor\* (la grosseur d'un petit pois) pour nettoyer les dents du bébé, sauf sur avis contraire d'un professionnel de la santé dentaire.

\* généralement non recommandé aux enfants de moins de trois (3) ans, sauf sur avis contraire d'un professionnel des soins dentaires

**Module 6**  
pages 13-14

**Nettoyage  
des dents de  
votre enfant**



Votre professionnel de la santé dentaire peut vous enseigner les techniques de brossage adéquates. Utilisez une brosse à poils souples pour enlever la plaque accumulée sur les dents. Brossez l'avant, l'arrière et le dessus des dents et enlevez toutes les particules d'aliments qui peuvent être coincées entre les dents à l'aide de la soie dentaire.

- Enseignez à votre enfant à se brosser les dents et aidez-le jusqu'à ce qu'il atteigne l'âge de huit (8) ans.
- Utilisez quotidiennement la soie dentaire pour nettoyer entre les dents.
- Brossez-vous les dents et utilisez de la soie dentaire devant vos enfants pour donner un bon exemple.
- Si votre enfant peut mâcher de la gomme sans l'avaler, offrez-lui de la gomme contenant du xylitol lorsque le brossage n'est pas possible. Le xylitol aide à réduire la quantité de bactéries responsables de la carie dentaire.



## Module 7

pages 15-16

### Agissez tôt pour prévenir la carie de la petite enfance



Des examens dentaires annuels aident les professionnels de la santé dentaire à déceler tout problème avant qu'il ne s'aggrave.

- Votre enfant devrait visiter un professionnel de la santé dentaire pour la première fois avant l'âge d'un (1) an et par la suite, au moins une fois par année.
- Votre enfant pourrait souffrir de la carie de la petite enfance, si ses dents ne font pas l'objet d'un examen périodique.
- Votre professionnel de la santé dentaire peut vous aider à établir la fréquence des visites selon le besoin de votre enfant.
- En prêtant une telle attention aux dents de votre enfant, vous l'aidez à ne pas souffrir de carie de la petite enfance.
- Aidez votre enfant à éviter la nécessité d'une chirurgie dentaire. N'attendez pas qu'il soit trop tard.

**Module 7**  
pages 15-16

**Agissez tôt  
pour prévenir  
la carie de la  
petite enfance**



Photo: Bruce Hildebrand

Dans votre collectivité, les professionnels de la santé dentaire accueillent les enfants dès l'âge de douze (12) mois :

Profitez de tous les services dentaires offerts à votre enfant. Si vous n'avez pas souscrit à une assurance des soins dentaires, voici quelques options à un coût abordable :

## Module 7

pages 17-19

### Prévention et gestion



Nettoyez les dents de votre enfant après chaque repas et avant le coucher.

- Nettoyez les dents de votre enfant après chaque repas et avant le coucher.
- Utilisez un dentifrice au fluor\* pour le brossage des dents.
- Commencez les visites annuelles chez le professionnel de la santé dentaire lorsque l'enfant est âgé d'un (1) an.
- Les enfants qui souffrent de la carie de la petite enfance éprouvent des douleurs et peuvent nécessiter une chirurgie dentaire sous anesthésie générale.
- Le maintien de la propreté des dents, la présence de fluor dans l'eau potable et les dentifrices sont les meilleurs moyens de prévenir la carie de la petite enfance.

\* généralement non recommandé aux enfants de moins de trois (3) ans, sauf sur avis contraire d'un professionnel de la santé dentaire



**Module 7**  
pages 17-19

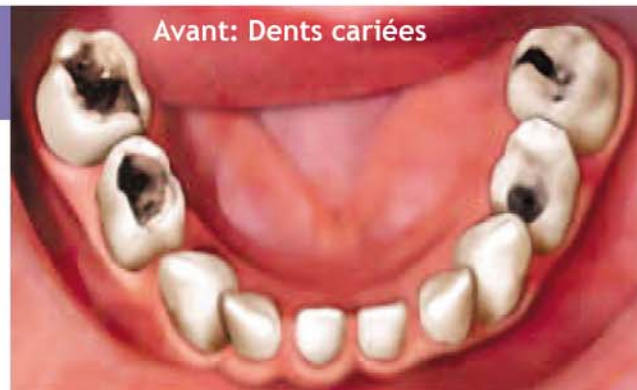
**Prévention et  
gestion**



- Le fluor est sécuritaire et efficace pour prévenir la carie de la petite enfance.
  - Le fluor contenu dans l'eau potable aide à renforcer les dents et augmente leur résistance à la carie dentaire.
  - Le fluor est présent naturellement dans l'eau de certains puits.
  - Il est possible de régler la quantité de fluor dans l'eau potable pour atteindre des teneurs idéales.
  - Le fluor contenu dans un dentifrice aide à renforcer les dents et augmente leur résistance à la carie dentaire.
  - Le vernis fluoré protège les dents et peut freiner la progression de la carie dentaire (voir le module #8, page 20 : Le vernis fluoré).

**Module 7**  
pages 17-19

**Prévention et  
gestion**



- On peut aider à prévenir la carie dentaire en mâchant de la gomme qui contient du xylitol.
- L'application d'une résine de scellement sur les dents de bébé ainsi que sur les dents d'adulte peut aider à prévenir la carie dentaire. Il s'agit d'un mince revêtement plastique qu'on applique dans les puits et les fissures des dents.
- Le traitement alternatif de restauration (TAR) est une procédure simple et sans douleur. Le traitement a recours à des matériaux d'obturation particuliers qui libèrent du fluor dans les dents afin de stabiliser la carie dentaire. Il n'est pas nécessaire d'utiliser des turbines (*drill*) dentaires.

## Vernis fluoré



- Le vernis fluoré aide à prévenir la carie de la petite enfance ou freiner sa progression.
- Le vernis fluoré est une substance liquide protectrice qui recouvre les dents. Il contient du fluorure qui aide à renforcer les dents.
- On peut l'appliquer sur les dents des enfants à l'aide d'un pinceau-applicateur.
- L'application se fait rapidement, sans douleur et de façon sécuritaire.
- Son goût n'est pas très agréable, mais il n'est pas nocif.
- Le vernis fluoré peut être appliqué dans un cabinet dentaire ou ailleurs (maison, centre de la petite enfance, école, etc.) par une personne ayant reçu une formation à cet effet.
- La fréquence requise pour les applications du vernis fluoré dépend des besoins de votre enfant. Vérifiez ses besoins auprès d'un professionnel de la santé dentaire.



## Développement communautaire : Comment partager les renseignements contenus dans ce manuel.

**1** La carie de la petite enfance a des incidences sur la santé générale d'un enfant. Partagez ces renseignements avec les travailleurs oeuvrant dans les programmes communautaires reliés à la santé et au développement de l'enfant.

**2** Encouragez les personnes qui ont des liens avec les femmes enceintes à discuter des soins buccodentaires dans le cadre de leur travail (p. ex., examens prénataux, rencontres prénatales, Programme canadien de nutrition prénatale).

**3** En ayant comme priorité l'importance des dents et des soins buccodentaires pour toute la famille, vous pouvez aider les parents/soignants à reconnaître la nécessité de conserver les dents de bébé en santé.

**4** Envisagez la possibilité de vous rendre dans les locaux des programmes communautaires pour les bébés et les enfants d'âge préscolaire pour discuter du vernis fluoré.

**5** Tous les parents/soignants et les travailleurs de programmes peuvent apprendre à soulever la lèvre des enfants. Montrez aux parents des jeunes enfants que vous connaissez comment soulever la lèvre et vérifier l'état des dents.

**6** Les parents(soignants) devraient idéalement nettoyer leurs propres dents en présence des enfants afin de leur démontrer l'importance des soins buccodentaires.

**7** Les travailleurs communautaires et les autres professionnels de la santé peuvent encourager les parents/soignants à amener leur enfant chez le professionnel de la santé dentaire dès que l'enfant atteint l'âge d'un (1) an. Les travailleurs peuvent leur indiquer où se rendre.

**8** En informant les parents des divers moyens indolores de prévention et de traitement de la carie de la petite enfance, vous leur donnez des outils supplémentaires pour protéger les dents de leurs enfants et prévenir la carie dentaire.

**9** Collaborez avec les programmes communautaires ciblant les bébés et les enfants d'âge préscolaire afin d'y faire l'application du vernis fluoré.

## Données de publication

Le présent manuel a été produit en 2006 dans le cadre du projet Sourire en santé, enfant heureux. Le projet est géré par le Projet coopératif du Manitoba pour la prévention de la carie de la petite enfance, qui regroupe les organismes suivants :

- Burntwood Regional Health Authority
- Santé Canada, Direction générale de la santé des Premières nations et des Inuits
- Association dentaire du Manitoba
- Santé Manitoba
- Université du Manitoba
- Office régional de la santé de Winnipeg

Ce projet a été rendu possible grâce aux contributions offertes par les organismes suivants:

- Direction générale de la santé des Premières nations et des Inuits
- Fondation de l'Académie Pierre Fauchard

