

L'ATELIER SANTÉ VILLE PRÉSENTE

AVEC LE SOUTIEN DE



# DE BONNES DENTS POUR BÉBÉ

CONSEILS BUCCO-DENTAIRES AUX PARENTS DE  
JEUNES ENFANTS



[www.la-crea.fr](http://www.la-crea.fr)

# L'APPARITION DES PREMIÈRES DENTS

Les dents permettent la mastication, étape préliminaire majeure pour une bonne digestion. Elles jouent aussi un rôle essentiel dans la prononciation et l'harmonie du sourire.

Les premières dents apparaissent vers l'âge de 6 mois : on les appelle les dents de lait.

## Entre 6 mois et 30 mois

Les 20 dents de lait se mettent en place (10 en haut et 10 en bas)

## Entre 6 et 16 ans

Les dents de lait vont commencer à tomber. Elles seront remplacées par 28 dents définitives.

## Entre 16 et 30 ans

Les 4 dents de sagesse arrivent. Au total, un adulte aura 32 dents qu'il gardera toute sa vie.

### À chaque dent sa fonction :

- 8 incisives pour couper
- 4 canines pour déchirer
- 8 prémolaires et 12 molaires pour broyer.

|  |   |   |   |   |   |   |
|--|---|---|---|---|---|---|
|  |  |  |  |  |  |  |
| <b>Type de dents</b>                           | Incisives inférieures   | Incisives supérieures   | Incisives supérieures latérales et incisives inférieures                          | 1 <sup>e</sup> molaires   | Canines inférieures   | 2 <sup>e</sup> molaires inférieures   |
| <b>Apparition des dents (âge approximatif)</b> | Vers 6 mois   | 8 mois  | Entre 9 et 12 mois  | Entre 12 et 18 mois   | Entre 18 et 24 mois   | Entre 24 et 30 mois   |
| <b>Nombre total de dents</b>                   |   |   | 8 dents   |   | 16 dents  | 20 dents  |
| <b>Chute des dents et remplacement</b>         | 6 ans   | 6 ans et demi   | Entre 7 ans et 7,5 ans  | 12 ans  | 11 ans  | 13 ans  |

Si l'apparition des dents de votre enfant ne correspond pas à ce calendrier, ce n'est pas un problème pour autant. Ce qui importe le plus, c'est l'ordre d'apparition et la symétrie entre les côtés gauche et droit. Une fois qu'une dent sort en bouche, la même doit apparaître du côté opposé dans les 6 mois suivant.



## Les troubles liés à la poussée dentaire

L'éruption des premières dents peut être douloureuse et peut entraîner chez l'enfant : état grognon, manque d'appétit, rougeur des pommettes, légère fièvre (moins de 38°C), hyper salivation, écoulement nasal (rhinorrhée), petite tâche blanche ou rouge sur la gencive, inflammation des gencives et éventuellement petite hémorragie, troubles du sommeil, toux, selles un peu molles avec irritation du siège.

Cependant, ces différents symptômes peuvent également apparaître pour d'autres problèmes que la poussée dentaire. Lorsque la dent est prête à sortir, l'enfant ressent le besoin de mâchonner pour se soulager. On peut alors masser ses gencives régulièrement à l'aide d'une brosse en caoutchouc ou lui proposer des anneaux réfrigérés. L'apparition des dents définitives, généralement à partir de 6 ans, n'entraîne pas de troubles particuliers.

# LES MALADIES DENTAIRES FRÉQUEMMENT OBSERVÉES

## La plaque dentaire

À chaque repas ou prise alimentaire, une fine pellicule de débris se fixe sur les dents. L'accumulation de débris alimentaires va entraîner la formation de la plaque dentaire, un dépôt jaunâtre, mou et pâteux que se fixe sur les dents. La plaque dentaire, si elle n'est pas éliminée tous les jours, durcit et forme le tartre.



## La gingivite

Les bactéries qui se posent sur la plaque dentaire sont susceptibles de fabriquer des toxines responsables des maladies de gencives. La gencive, qui se gonfle de sang, devient rouge et brillante.



## La formation de la carie

Les bactéries qui se posent sur la plaque dentaire vont également transformer les débris alimentaires en acide, ce qui va dissoudre l'émail de la dent jusqu'à la formation de la carie.



**Atteinte de l'émail**  
Pas de symptôme particuliers.



**Dentine atteinte**  
Sensation désagréable au froid, au sucre, au chaud. La dentine étant moins dure que l'émail, la carie progresse rapidement.



**Atteinte de la pulpe**  
Les violentes douleurs spontanées nécessitent une consultation en urgence.



**Abcès dentaire**  
Foyer infectieux et prolifération bactérienne vers les tissus qui environnent la dent (ligament, os, gencive).



La carie est une maladie **infectieuse** et **transmissible** qui se manifeste par une déminéralisation localisée et progressive de la dent.

## Le syndrome du biberon

C'est une pathologie sévère qui touche le jeune enfant dès l'apparition des premières dents. À l'origine, un geste apparemment anodin : tendre au jeune enfant son biberon pour le calmer et lui laisser pendant la sieste, ou toute la nuit... Les dents baignent alors en permanence dans un milieu propice aux attaques acides, responsables de la déminéralisation de l'émail.



**Il faut absolument proscrire les biberons de boissons sucrées ou de lait le soir au coucher car celui-ci contient un glucide : le lactose.**

# PRENDRE SOIN DES DENTS DE VOTRE ENFANT

Pour favoriser la bonne santé bucco-dentaire du jeune enfant, il est primordial de suivre deux règles d'hygiène : un brossage régulier et une alimentation équilibrée.

## Quelques conseils à suivre...

- Limitez la quantité de boissons sucrées (jus de fruits non naturels, sodas...).
- Réduisez la consommation de sucres en dehors des repas.
- Méfiez-vous des gâteaux apéritifs salés, ils contiennent également une grande quantité de sucres.
- Attention aux grignotages : ils favorisent les caries en maintenant un haut niveau d'acidité dans la bouche tout au long de la journée.

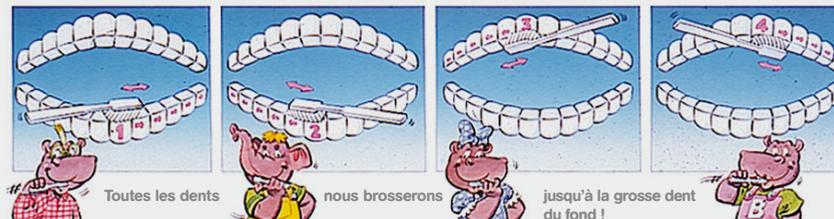
## Manger équilibré

Pendant la grossesse, l'alimentation de la maman doit être variée car les dents de bébé commencent déjà à se former dans le ventre de la mère. Après la naissance, l'alimentation de l'enfant influe sur les futures dents permanentes, qui sont en formation sous la gencive.



## La méthode boubou

On commence par le bas, un seul côté à la fois... Le côté 2 cette fois, pour finir les dents du bas... En haut pour le côté 3, la brosse retournée cette fois... Côté 4, c'est le dernier à brosser pour terminer !



## Se brosser les dents

De un à trois ans, l'enfant cherche à imiter ses parents, c'est donc le moment de lui montrer l'exemple. Placé derrière lui, on doit, jusqu'à 4 ans le guider pour lui apprendre une méthode simple : la méthode boubou. La première brosse à dents de votre enfant doit être à petite tête, manche épais et poil souple. N'hésitez pas à la choisir colorée et amusante pour transformer le brossage en un moment agréable et ludique. Tant que l'enfant ne maîtrise pas la technique du rinçage, il n'est pas nécessaire d'utiliser du dentifrice.

## Quelques conseils à suivre...

- Un seul brossage le soir, juste avant le coucher.
- Une fois le brossage terminé, faites sécher la brosse à dents dans un verre, la tête vers le haut, pour éviter le développement des bactéries.
- Renouvelez la brosse à dents de votre enfant dès les premiers signes d'usure.
- Une brosse à dents, c'est personnel ! Ne l'échangez pas au sein de la famille.

## Votre bébé a grandi ?

Il peut maintenant montrer ses dents à un dentiste !

Dès l'âge de 3 ans, prenez rendez-vous auprès de votre chirurgien dentiste pour une première consultation. Votre enfant pourra alors, comme les autres membres de la famille, bénéficier d'un examen bucco-dentaire.

