

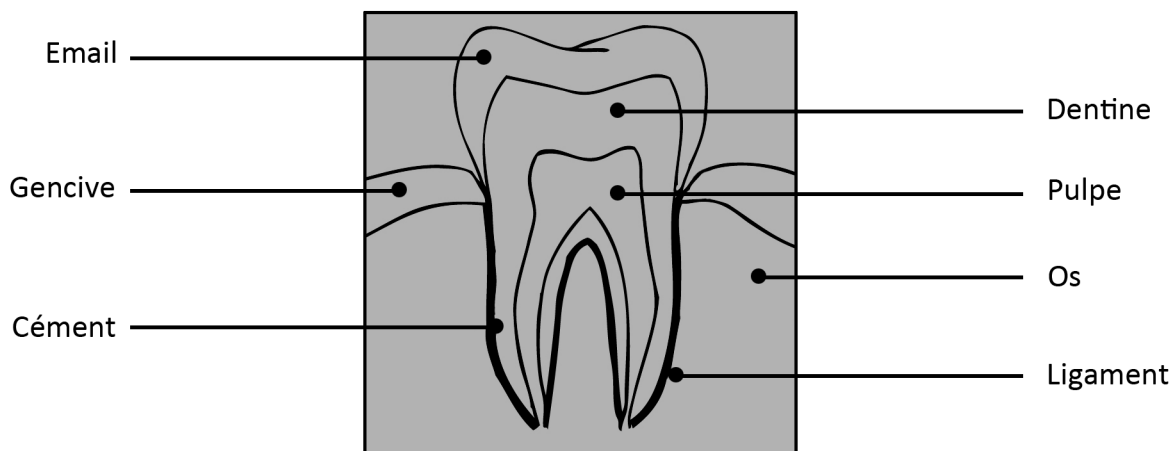
# I. Repères documentaires

## 1 - Dent, Denture et dentition

### ● De quoi se compose une dent ?

Il est inutile d'entrer ici trop avant dans les détails : il suffit de montrer aux enfants que l'on peut distinguer deux parties dans la dent. Tout d'abord, la couronne, qui est la partie visible de la dent. Elle est composée de dentine recouverte d'émail (ce dernier étant le tissu le plus dur de tout l'organisme). L'autre partie de la dent est la racine qui est fixée dans l'os de la mâchoire sous la gencive.

La racine est donc invisible. Elle permet à la dent de rester fixée au corps (comme un fleur s'ancre dans le sol grâce à ses racines). Elle est composée de dentine (moins dure que l'émail) recouverte de ciment. Au centre de la dent, on trouve la pulpe qui est un tissu sensible et fragile ; il est constitué de nerfs (qui permettent de ressentir la douleur, le chaud ou le froid), et aussi d'artères et de veines qui permettent à la dent de s'alimenter et de rester vivante. Il est important d'insister sur le fait que la dent est un organisme vivant dont il faut prendre soin.



### ● Quelle est l'évolution de la dentition ?

Tout d'abord, il ne faut pas confondre "denture" et "dentition". La denture est l'ensemble des dents présentes sur les arcades dentaires. La dentition correspond à l'évolution dentaire au cours de la vie.

#### Les dents de lait

Les premières dents (les "dents de lait") apparaissent chez l'enfant entre 6 mois et 3 ans. Il y en a **20**.

#### Les dents définitives

A l'âge de 6 ans, apparaissent en arrière des dents de lait les 4 premières dents définitives : les 1<sup>ères</sup> molaires. Elles sont souvent confondues avec des dents de lait. Or, la prévention est essentielle sur ces dents car c'est souvent là que se développent les premières caries.

Ensuite d'autres dents définitives poussent et usent progressivement les racines des dents de lait qui finissent par tomber. Il peut se passer plusieurs mois entre la chute d'une dent de lait et l'apparition de la dent définitive qui la remplace. Le processus commence avec les incisives et se poursuit avec les prémolaires, puis les canines (voir schémas page suivante).

Il faut bien souligner que les dents définitives doivent normalement durer toute la vie, d'où l'importance d'en prendre soin régulièrement.

Vers 12 ans, les dents de lait sont normalement toutes tombées et remplacées ; parfois, il n'y a pas de dent définitive pour remplacer la dent de lait auquel cas la racine ne s'use pas et la dent de lait peut rester en place.

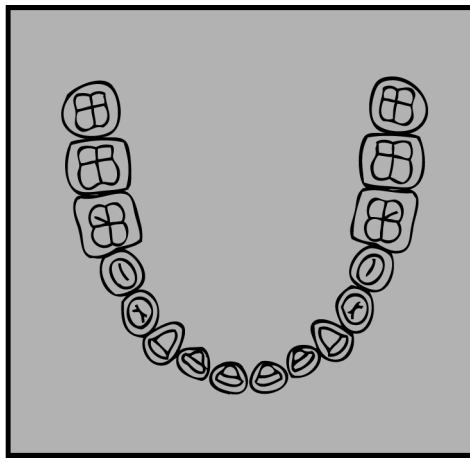
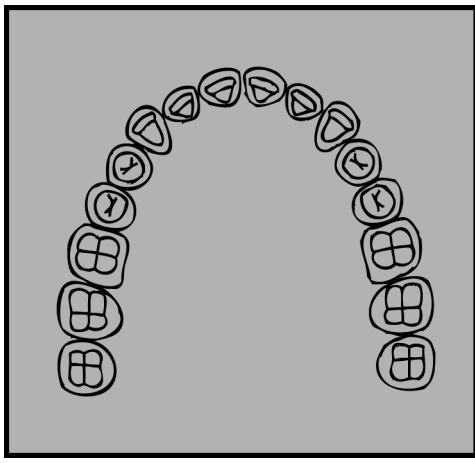
Au fond, poussent 4 nouvelles molaires définitives (appelées "dents de 12 ans" ou 2<sup>èmes</sup> molaires).

Vers 18 ans, apparaissent les 4 dernières molaires appelées "dents de sagesse" ou 3<sup>èmes</sup> molaires, mais elles ne sont pas présentes chez tous les individus.

En tout, l'adulte a normalement **32** dents :

**8 incisives, 4 canines, 4 prémolaires, 16 molaires.**





Les incisives : 6-8 ans

Les prémolaires : 9-12 ans

Les canines : 10-12 ans

Les 1<sup>ères</sup> molaires (dents de 6 ans) : 6 ans

Les 2<sup>èmes</sup> molaires (dents de 12 ans) : 12 ans

Les 3<sup>èmes</sup> molaires (dents de sagesse) : 18 ans

## ● A quoi servent les dents ?

### • A manger

Les dents ont bien évidemment un rôle important dans l'alimentation car elles ont un rôle de mastication. En mélangeant les aliments à la salive, elles les préparent à un processus de digestion qui se poursuit dans l'estomac et l'intestin. On peut faire toucher du doigt aux enfants l'importance d'avoir de bonnes dents pour manger correctement (une personne qui n'a plus de dents ou des dents abîmées ne peut consommer que des aliments liquides ou mous : purées, soupes...).

### • A parler

C'est peut-être moins évident pour les enfants, mais les dents jouent également un rôle essentielle dans la phonation et la prononciation des sons. On peut leur en faire prendre conscience en leur faisant prononcer certains phonèmes, comme le [t] et montrer que la langue s'appuie sur les incisives.

### • A sourire

Enfin, il faut ajouter que les dents ont une fonction esthétique primordiale, notamment pour sourire. L'absence de dents, des dents en avant ou mal disposées ou encore des dents tachées déparent un visage et nuisent à l'image que l'on donne de soi : il peut être intéressant de faire réfléchir les enfants sur la valeur symbolique de la denture (une personne sans dent fait penser à une personne âgée, à une sorcière, etc.).

## 2 - Les dents des animaux

### ● Quelle est la fonction de chaque type de dent ?

Les dents de l'homme n'ont pas toutes la même forme parce qu'elles ont des fonctions différentes : les incisives, plates et coupantes, servent à **trancher** les aliments. Les canines, pointues, les **déchirent** et les molaires, plates sur le dessus, permettent de les **broyer**.

### ● Des dents en fonction de l'alimentation

Il s'agit de montrer que l'homme, qui est omnivore, possède **3 sortes de dents**, alors que les animaux qui consomment plus spécifiquement certains aliments ont développé de façon plus importante certaines dents. Ainsi, les carnivores ont des **canines** très développées pour attraper et déchirer leur proie (les crocs).

Les rongeurs ont des **incisives** coupantes qui poussent en permanence et qu'ils usent sur les aliments qu'ils consomment.

Enfin, les herbivores comme les ruminants ont des **molaires** plates qui leur permettent d'écraser longuement les végétaux.



## ● Des dents particulières

Certains animaux ont des dents tout a fait extraordinaires.

C'est le cas par exemple du **crocodile** qui dispose d'une mâchoire impressionnante plantée de dents toutes identiques. Pas de canine, d'incisive ou de molaire chez le crocodile mais des dents qui coupent comme des rasoirs et qui ont la particularité de se remplacer toute leur vie. Petit détail amusant, l'hygiène dentaire du crocodile est assurée par un petit oiseau malin, le Pluvian, qui parvient à lustrer les dents de ce terrible animal sans jamais se faire croquer !

La **vache**, bien plus tranquille, se distingue pourtant elle aussi. Comme tous les autres bovins, sa mâchoire ne contient pas d'incisive supérieure et c'est donc avec sa langue qu'elle arrache l'herbe dont elle se nourrit.

**L'éléphant** fait aussi exception. Il possède en effet les plus longues incisives du monde, les défenses.

Il les utilise pour charger lorsqu'il sent poindre un danger.

Autre animal, autre curiosité, le **sanglier** qui possède de grandes canines, celle du haut appelées « défenses » viennent s'aiguiser sur celles du bas que l'on appelle "grès" le sanglier utilise ces canines un peu particulières pour se défendre et pour gratter le sol en vue de se procurer de la nourriture.

## 3- Les pathologies de la dent

### ● La plaque dentaire (ou plaque bactérienne)

C'est un enduit pâteux invisible qui est formé par l'accumulation de **déchets alimentaires** et de **produits salivaires**. Elle se développe au niveau des endroits difficiles à brosser : entre les dents, sur les sillons des dents et au niveau des collets. On peut la mettre en évidence en utilisant un révélateur qui la colore (on peut se le procurer en pharmacie) : c'est spectaculaire et très utile pour montrer aux enfants, qui apprennent à se brosser les dents, l'importance d'un brossage consciencieux.

La plaque dentaire est le siège privilégié des **bactéries** présentes dans toute la bouche. Celles-ci décomposent les sucres de la plaque dentaire et les transforment en **acides** qui vont progressivement dissoudre l'émail des dents et provoquer une carie. Il faut donc prendre garde aux sucreries (bonbons, boissons sucrées ...) mais ne pas négliger non plus l'effet des sucres lents (pain, pâtes, pommes de terre...).

### ● Le tartre

Si la plaque dentaire n'est pas enlevée, elle s'accumule et se calcifie jusqu'à atteindre une certaine épaisseur et à se transformer en tartre. Celui-ci est très agressif pour les gencives et peut provoquer des inflammations gingivales, voire des déchaussements. Le dentiste doit donc procéder régulièrement à un détartrage.

### ● L'évolution d'une carie

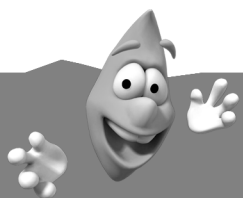
Une carie est un **trou** dans la dent provoqué par l'**acide** que produisent les bactéries en transformant les sucres de la plaque dentaire. Elle évolue en plusieurs stades.

Au **stade 1**, c'est seulement l'émail qui est détruit : la carie n'est pas douloureuse mais il faut la traiter sans attendre. On peut encore à ce stade reconstituer l'émail grâce à l'apport de fluor que permet un brossage méthodique avec un dentifrice fluoré. Le dentiste peut éventuellement procéder à un polissage.

Au **stade 2**, la carie atteint la dentine : la dent devient alors sensible au froid ou à la chaleur, à l'acide ou au sucré. La dentine, plus fragile que l'émail, va rapidement être traversée et on passe alors au **stade 3**.

La pulpe est atteinte et là, la dent fait souvent mal (c'est la fameuse "rage de dents").

Au **stade 4**, les bactéries se développent dans la pulpe et s'engagent dans l'os. Il se forme un abcès et l'infection peut alors se communiquer à tout le corps (cœur, poumons, sinus, yeux, etc.) par l'intermédiaire du réseau sanguin (risque de septicémie). Une dent présentant une carie de stade 4 doit presque toujours être dévitalisée, voire enlevée.



Il est important de souligner que plus la carie est profonde plus la réparation est compliquée : dans le cas d'une petite carie, la surface de la dent peut être polie et l'émail reconstitué à l'aide de fluor. En revanche, dans le cas d'une carie plus importante, le trou sera comblé par le dentiste à l'aide d'une résine, mais la dent restera creusée pour toujours. Lorsque la dent est trop cariée, la pulpe est contaminée par les bactéries : il faudra alors retirer cette dernière pour stopper la propagation de l'infection. C'est ce qu'on appelle "dévitaliser une dent". Parfois, dévitaliser la dent ne suffit pas il faut alors l'arracher.

Il est donc primordial de ne pas attendre avant de consulter son dentiste. Même si l'on n'a pas mal au dents.

## 4 - Le fluor

### ● Qu'est ce que le fluor ?

C'est un élément naturel que l'on trouve plus spécifiquement dans deux minéraux : les roches volcaniques et fossiles et les roches granitiques.

Il est également présent dans les eaux naturelles, l'eau de mer les végétaux.

### ● Le rôle du fluor

Il renforce l'émail des dents et en les rendant plus résistantes, il les protège contre les caries.

Durant toute la vie, il va favoriser la reminéralisation de la surface des dents et donc augmenter la résistance aux attaques acides des bactéries.

De plus, il empêche ou retarde la formation de la plaque bactérienne et bloque le processus de dégradation des sucres en acides. Sa présence dans la salive joue un rôle préventif essentiel à tout âge.

### ● Les apports de fluor

Le fluor peut être ingéré par voie générale, c'est-à-dire consommé à travers les aliments (thé, poisson, épinards), les eaux, etc. cet apport de fluor est souvent insuffisant pour être efficace, c'est pourquoi un complément fluoré peut s'avérer nécessaire, surtout à l'époque de minéralisation des dents. Le fluor est apporté également par le **contact direct** du dentifrice avec l'émail. On en a besoin à tout âge.

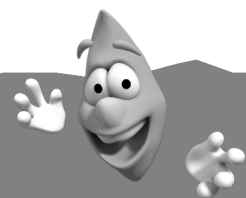
Attention toutefois : un apport trop important de fluor peut conduire chez les jeunes enfants à la formation de taches disgracieuses sur les dents. Il est donc primordial de ne pas multiplier les sources d'apport par voie orale : il convient de demander conseil à son dentiste qui pourra établir un bilan fluoré individualisé.

Voici quelques recommandations de l'Agence Française de Sécurité Sanitaire des Produits de Santé :

Quel que soit le niveau de risque carieux d'un enfant, la mesure la plus efficace de prévention des lésions carieuses est un brossage au minimum biquotidien des dents avec un dentifrice fluoré ayant une teneur en fluor adaptée à l'âge. Ce brossage doit être réalisé ou assisté par un adulte chez les enfants avant 6 ans ou peu autonomes.

Compte tenu de la diversité des apports en fluor (eau, sel, dentifrice ingéré...), toute prescription de fluor médicamenteux (gouttes/ comprimés) doit être précédée d'un bilan personnalisé des apports journaliers en fluor.

Afin d'éviter la survenue d'une fluorose dentaire, il faut contrôler l'administration des fluorures chez les jeunes enfants (avant 6 ans). Ceci nécessite de réaliser périodiquement un bilan fluoré et de restreindre l'utilisation de fluorures systémiques à une seule source.



## 5 - Le bon brossage

### ● Bien se brosser les dents

La technique de brossage est essentielle pour parvenir à éliminer toute la plaque dentaire même dans les endroits les plus difficiles à atteindre, sans pour autant abîmer les gencives.

La technique qui doit être utilisée est celle dite “du **rouleau**” : la brosse à dents est inclinée à 45° sur la gencive, puis on lui imprime un mouvement de rotation pour brosser la dent ( sans faire d’aller et retour : la brosse à dents se soulève légèrement pour venir se replacer sur la gencive, cf. schéma 1),

Pour expliquer ce mouvement aux enfants, on peut leur dire de brosser les dents “**du rose vers le blanc**”. Ce geste permet de dégager la plaque dentaire sans réinsérer les bactéries sous la gencive.

## 6 - Les habitudes alimentaires

### ● Les ennemis des dents

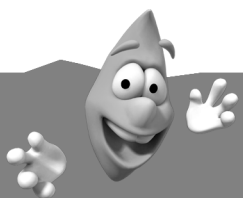
Les aliments peuvent nuire aux dents de deux façons : soit par leur **acidité naturelle**, soit parce qu’ils contiennent du sucre.

Certains aliments acides vont tout d’abord provoquer une déminéralisation directe des dents sans qu’interviennent les bactéries (comme par exemple les sodas, les jus de fruits, le citron, le vinaigre, le ketchup, etc.).

D’autre part, les aliments qui contiennent du sucre sont néfastes pour les dents : il ne s’agit pas seulement ici des bonbons au autres sucres rapides, mais aussi de tous les aliments qui contiennent des **glucides** lents (féculent, pâtes, pain, etc.). En effet, tous ces glucides peuvent être transformés en acide par les bactéries de la plaque dentaire. Or, le sucre est malgré tout indispensable à une alimentation équilibrée, alors que faire ? En fait, il faut bien avoir présent à l’esprit que ce qui importe est le **temps** de contact entre le sucre et les dents. C’est pourquoi il faut mieux absorber les aliments qui en contiennent lors des repas et **éviter les grignotages** : non seulement le brossage qui suit le repas en éliminera une grande partie, mais la salive pourra également jouer son rôle correctement. En effet, elle régule l’acidité de la bouche d’un repas à l’autre, mais si les attaques acides ont lieu fréquemment, la salive ne suffit plus à contrebalancer cette acidité. C’est donc moins la quantité et la nature des sucres qui importent que la fréquence à laquelle ils sont absorbés.

### ● Les amis des dents

Certains aliments, par leurs composants, vont au contraire modérer la formation des caries et protéger les dents. Les produits laitiers (lait, fromages, yaourts) sont riches en calcium qui aide à construire les os et les dents. De nombreux légumes, fruits et poissons contiennent de la vitamine D qui permet de renforcer les défenses du corps. Et bien sur, il ne faut pas oublier les aliments qui comportent du fluor (thé, épinards, poissons, certaines eaux).



## 7 - Le dentiste

### ● Le dentiste, un personnage souvent effrayant

Les enfants (et même parfois les adultes) appréhendent très souvent les visites chez le dentiste. En effet, elles véhiculent toutes sortes de représentations négatives et sont souvent considérées comme synonyme de douleur, soit parce qu'on a déjà eu mal une fois, soit parce qu'on a entendu d'atroces histoires racontées par d'autres personnes. De plus, pour les enfants, la tenue du dentiste, les instruments et le bruit qu'ils font, la peur des piqûres voire même de certains films d'horreur entretiennent cette angoisse. Il est donc très important de dédramatiser les visites chez le dentiste et d'insister sur l'importance de la prévention.

### ● Il ne faut pas soigner que les caries

Il faut bien expliquer aux enfants que toutes les visites chez le dentiste ne servent pas à **soigner** : elles servent avant tout à **contrôler** l'état de la bouche, la présence ou non de caries et la position des dents. Le dentiste est là pour inciter l'enfant à avoir une **bonne hygiène** en lui expliquant les bonnes méthodes de brossage et en soulignant l'importance des habitudes alimentaires.

Il protège les dents en prescrivant du fluor lorsque c'est nécessaire et en posant parfois un vernis (appelé "sealant") sur les dents qui viennent de pousser et qui sont fragiles.

Il rend les dents plus blanches et plus propres en procédant à un détartrage, et si c'est nécessaire, il corrige les imperfections et répare les dents cassées. Il recommande parfois de porter un appareil afin d'obtenir un bon alignement des dents et d'avoir un plus joli sourire.

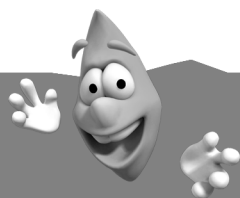
### ● Soin ne rime pas forcément avec douleur

Il faut insister sur l'importance de se rendre régulièrement chez le dentiste (une fois tous les 6 mois) afin de dépister le plus rapidement possible les caries en formation. En effet, un simple polissage pourra venir à bout d'une toute petite carie, alors qu'une carie plus importante nécessitera des soins plus compliqués.

De plus, il est important d'intervenir rapidement afin d'empêcher l'extension de la carie aux dents voisines. Pour aborder le problème de la douleur, qui est la principale inquiétude des enfants en ce qui concerne le dentiste, il faut leur expliquer qu'il existe des sprays ou des gels qui endorment la région de la piqure et que les aiguilles sont très fines. Il est conseillé au moment de l'injection de penser à quelque chose d'agréable, de bien respirer avec le ventre et de se détendre. Pour y parvenir, il faut fixer son attention sur autre chose que la piqure : écouter une histoire, regarder une image, écouter de la musique.

L'appréhension vient aussi du fait que l'enfant ignore ce qui va se passer. Il faut rappeler qu'il peut demander des précisions à son dentiste en début de consultation : la façon dont elle va se dérouler, les soins qui vont être pratiqués, les instruments servent à améliorer le confort (pompe à salive) ou à aider le dentiste dans les soins.

Enfin il ne faut pas oublier que tous ces soins servent à soulager la douleur en cas de caries ou de rage de dents, et donc à aller mieux !



## 8 - Les contes autour des dents

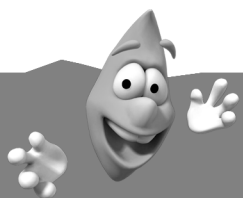
La perte des dents de lait est un moment important pour les enfants. Elle donne lieu à de nombreuses légendes dans le monde entier.

La petite souris fait partie de l'affectif des enfants. Elle adoucit, un peu, par sa venue, la douleur liée à la perte des dents de lait. Si petite, secrète, tellement discrète qu'invisible, elle se glisse, se faufile, subtilise et remplace une petite dent, héritage du passé, cachée sous un oreiller, par un très joli présent.

Voilà pour notre petite souris, mais en dehors de nos frontières comment ce la se passe-t-il ?

- En Espagne, c'est un petit rat nommé Ratoncito qui se charge de collecter les dents de lait pour en faire un collier qu'il destine à sa compagne.
- Au pays du soleil levant, c'est un monstre terrifiant, flanqué d'énormes dents qui ramasse les quenottes des petits japonais.
- En chine, lorsque les enfants perdent une dent, ils doivent la jeter très loin sous leur lit en demandant qu'une autre vienne vite la remplacer.

Autant de pays, autant de légendes qui aident à devenir grand !



## II. Fiches d'activité

Pour vous permettre d'aborder ces différents sujets, nous vous proposons quelques activités :

### ● Fiche 1 : Anatomie de la dent saine

#### Objectifs

- Permettre aux enfants de connaître sommairement l'anatomie d'une dent et ses différents composants.
- Voir sur quelle(s) partie(s) de la dent agissent les différents facteurs responsable de la survenue des caries dentaires.

Vous pouvez vous appuyer sur le point n°1 de la partie "repères documentaires" : Dent, denture et dentition.

#### Approche pédagogique

Activité de repérage et arts plastiques.

#### Déroulement

- Sur la fiche d'activité, l'élève colorie les différentes parties d'une dent saine à l'aide d'un code. Les zones marquées d'un même symbole sont à colorier dans une même couleur : par exemple, la gencive (en hachuré) est à colorier en rose. Même chose pour la pulpe, la dentine, l'émail et la racine.
- Dans un second temps, l'élève légende le schéma en reliant des étiquettes aux différentes parties de la dent.

### ● Fiche 2 : Le bon brossage des dents

#### Objectifs

- Sensibiliser les enfants au fait que les dents sont vivante et fragiles.
- Insister sur le fait que le brossage constitue un des meilleurs moyens de prévenir la survenue de caries.
- Donner aux enfants des repères sur la technique de brossage, sa fréquence, sa durée, le matériel qu'il est conseillé d'utiliser (dentifrice et brosse à dents).
- Aborder l'histoire de la brosse à dents.

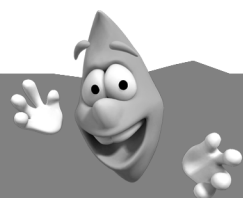
Vous pouvez vous appuyer sur le point n°5 de la partie "repères documentaires" : Le bon brossage.

#### Approche pédagogique

Diffusion d'un extrait vidéo, débat, puis QCM à remplir. Activité d'arts plastiques.

#### Déroulement

- Diffusion d'un extrait vidéo Fluocaril consacré au brossage.
- Compréhension du film et activité d'oral : organiser un débat sur les habitudes de brossage des enfants.
- L'élève remplit le QCM de la fiche d'activité.
- Il doit enfin créer une affiche pour encourager les enfants à bien se brosser les dents.





## ● Fiche 3 : Les bons et mauvais aliments pour les dents

### Objectifs

- Permettre aux enfants de repérer parmi les aliments courants ceux qui sont bons ou mauvais pour leurs dents.
- Les sensibiliser au fait que la consommation de sucre peut provoquer des caries.
- Apprendre aux enfants à reconnaître les aliments contenant du sucre et ceux qui protègent les dents des caries grâce à certains de leurs composants (fluor, calcium).

Vous pouvez vous appuyer sur le point n°6 de la partie “repères documentaires” : Les habitudes alimentaires, ainsi que sur le point n°4 : Le fluor.

### Approche pédagogique

Activité de repérage.

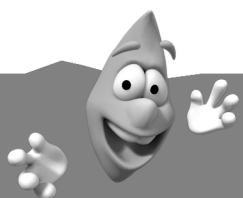
### Déroulement

- Explication du rôle du sucre (nommer les aliments qui en contiennent).
- Expliquer le rôle du fluor (nommer les aliments qui en contiennent).
- Expliquer le rôle du calcium (nommer les aliments qui en contiennent).
- Sur la fiche d'activité, l'élève doit cocher parmi une liste d'aliments écrits et symbolisés ceux qui sont bons pour la santé des dents.

### Les réponses du quizz sur l'hygiène bucco-dentaire

1 a. 2 c. 3 b. 4 c. 5 a. 6 b. 7 a. 8 a. 9 c. 10 c.

11 a. 12 c. 13 b. 14 b. 15 c. 16 b.c. 17 a.b.c. 18 b. 19 c. 20 a.



# Fiche 1 : Anatomie de la dent saine

● Consigne 1 : colorie le schéma ci-dessous selon la légende proposée.



Rose



Jaune



Orange



Rouge

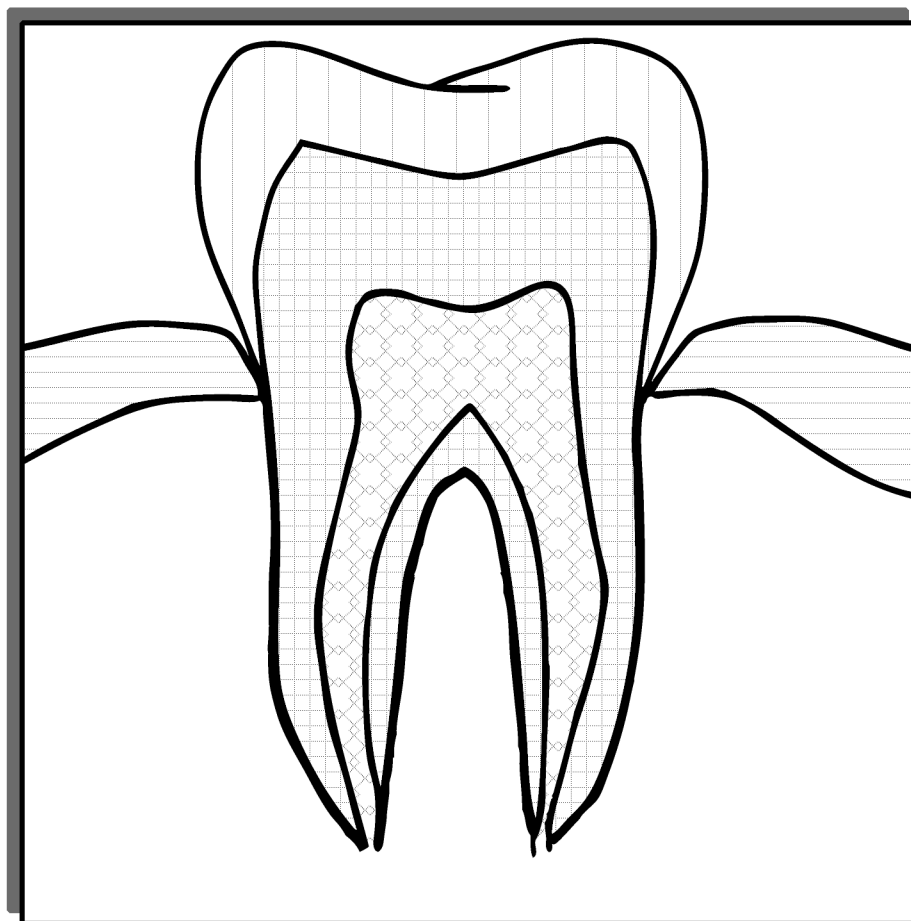
Consigne 2 : relie les étiquettes au schéma.

Dentine

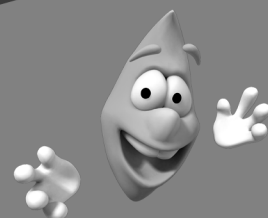
Email

Pulpe

Gencive

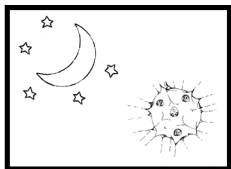


Patty et Quentin au pays des dents



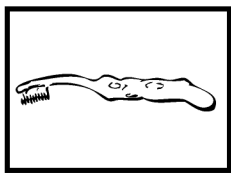
## Fiche 2 : Le bon brossage des dents

● Consigne 1 : coche la bonne réponse.



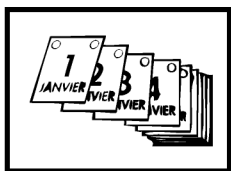
**Quand dois-tu te brosser les dents ?**

- Après chaque repas
- Le soir uniquement
- Une fois par semaine



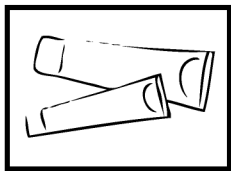
**Quel type de brosse à dents penses-tu devoir utiliser ?**

- Une brosse à grosse tête, avec un long manche
- Une brosse à petite tête, avec des poils souples
- N'importe quelle brosse à dents



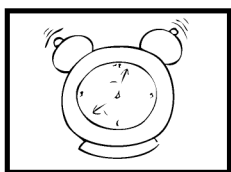
**Tu sais sans doute qu'une brosse à dents ne dure pas toute la vie, tu dois donc la changer :**

- Tous les jours
- Chaque année
- Quand les poils commencent à s'écartier, environ tous les 2 ou 3 mois



**Si tu dois choisir un dentifrice, tu prendras plutôt un dentifrice :**

- Adapté aux enfants, avec la dose de fluor qui convient à ton âge
- Un dentifrice pour adulte
- N'importe quel dentifrice



**Combien de temps le brossage doit-il durer ?**

- 30 secondes
- 3 minutes
- 1 heure

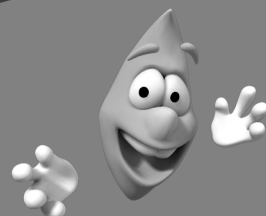


**Comment dois-tu te brosser les dents ?**

- Dans n'importe quel sens
- En partant de la gencive et jusqu'au bout de la dent, du rose vers le blanc
- De gauche à droite

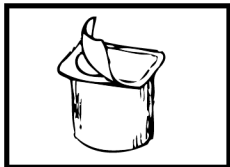
● Consigne 2 : "Crée une affiche pour encourager les enfants à bien se brosser les dents"

Patty et Quentin au pays des dents



# Fiche 3 : Les bons et les mauvais aliments pour les dents

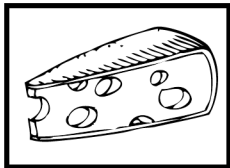
Consigne : parmi les aliments suivants, coche ceux qui sont les amis des dents.



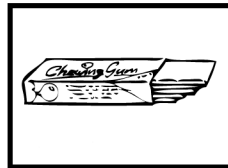
**Yaourt**



**Haricots verts**



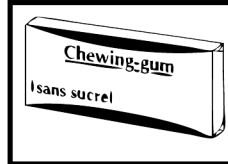
**Fromage**



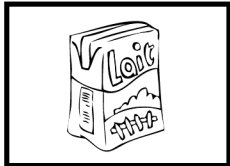
**Chewing-gum normal**



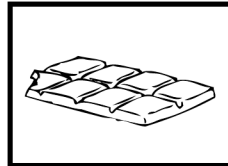
**Bonbons**



**Chewing-gum sans sucre**



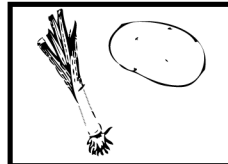
**Lait**



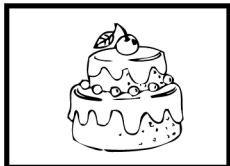
**Chocolat**



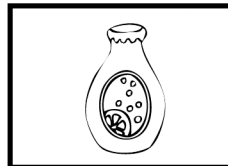
**Jus de fruit**



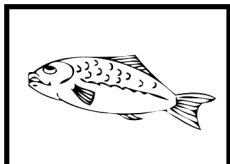
**Légumes**



**Gâteaux**



**Sodas**



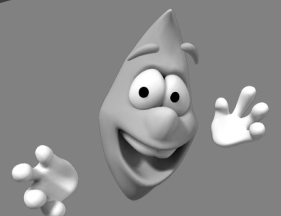
**Poisson**



**Eau**



**Viande**



# Quizz

Avez-vous tout retenu ?

**1. Quel est l'aliment favori des bactéries ?**

- a. Le sucre
- b. L'huile
- c. Le sel

**2. Un adulte a :**

- a. 41 ou 45 dents
- b. 20 ou 24 dents
- c. 28 ou 32 dents

**3. Lequel de ces mots n'appartient pas à la famille de « dent » ?**

- a. Dentaire
- b. Densité
- c. Dentiste

**4. Un chirurgien-dentiste sert :**

- a. Seulement à arracher les dents
- b. A écouter les battements de ton cœur
- c. A soigner tous les problèmes de tes dents

**5. Les canines servent à :**

- a. Déchiqueter les aliments
- b. Couper les aliments
- c. Écraser les aliments

**6. Il faut se brosser les dents après :**

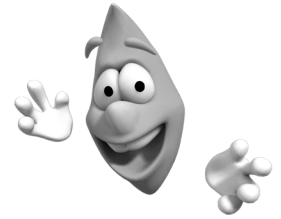
- a. Avoir fait du sport
- b. Avoir mangé
- c. Avoir regardé la télévision

**7. L'émail c'est ce qui :**

- a. Recouvre la dent
- b. Attaque les bactéries
- c. Sert à digérer les aliments

Patty et Quentin au pays des dents

# Quizz



**8. Il faut se brosser les dents :**

- a. Du rouge vers le blanc
- b. Du blanc vers le rouge
- c. Seulement le rouge

**9. Les dents de sagesse sont :**

- a. Les dents qui poussent seulement pour les personnes sages
- b. Les premières dents définitives
- c. Les grosses molaires qui poussent parfois après les 28 dents définitives

**10. Pour un brossage efficace des dents, il faut les brosser :**

- a. Devant et derrière
- b. Juste devant
- c. Devant, derrière et dessus

**11. Ce qui est juste sous l'émail de la dent s'appelle :**

- a. La dentine
- b. L'os
- c. La couronne

**12. A quoi servent les molaires ?**

- a. À couper
- b. À déchiqueter
- c. À écraser

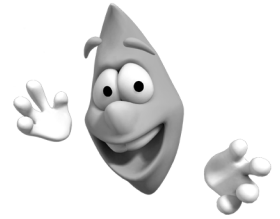
**13. Un brossage efficace doit durer :**

- a. 1 minute
- b. 3 minutes
- c. 3 secondes

**14. Les dents tiennent dans la bouche grâce :**

- a. Aux gencives
- b. Aux racines
- c. Au fluor

# Quizz



**15. Les premières dents sont appelées :**

- a. Des dents de bébé
- b. De petites dents
- c. Des dents de lait

**16. Parmi ces objets qu'est-ce qui te permet de chouchouter tes dents ?**

- a. Une lime
- b. Une brosse à dents
- c. Du dentifrice

**17. Les dents servent à :**

- a. Manger
- b. Sourire
- c. Parler

**18. Le fluor est idéal pour lutter contre les caries parce qu'il :**

- a. A un goût que les bactéries détestent
- b. Renforce l'émail de la dent
- c. A une couleur fluo qui éblouit les bactéries

**19. Les bactéries provoquent des caries parce qu'elles :**

- a. Ont des dents très pointues ?
- b. Construisent leurs maisons sur les dents ?
- c. Transforment le sucre en acides ?

**20. Pour prendre soin de mes dents et vérifier leur bonne santé, je dois prendre rendez-vous avec mon chirurgien dentiste :**

- a. Tous les 6 mois
- b. Tous les jours
- c. Tous les 10 ans