

# Caries

Information des enseignant(e)s



1/5

<b>Exercice</b>	Les élèves font un test de coloration en guise d'introduction au thème des caries. Puis ils lisent les informations sur les caries et pour finir, ils résolvent une fiche de travail.
<b>Objectif</b>	Les élèves sont capables de citer les causes des caries. Les élèves savent comment les caries peuvent se former.
<b>Matériel</b>	Matériel pour le test de coloration: se reporter à la fiche d'information Fiche de travail
<b>Forme sociale</b>	Classe entière, travail en groupe
<b>Temps imparti</b>	30'

Informations complémentaires:

- Vous trouverez des informations complémentaires ici: [www.bouche.saine.ch](http://www.bouche.saine.ch)

# Caries

Information des enseignant(e)s



2/5

## Description du test

Se brosser les dents trois fois par jour, utiliser le fil dentaire chaque jour et consulter le dentiste chaque jour pour un contrôle. Cela ne fonctionne toutefois que si les différentes étapes sont correctes et surtout si elles sont effectuées avec soin. On effectue souvent le brossage des dents de façon rapide en faisant passer la brosse sur les dents, mais sans insister réellement sur les différentes zones à problèmes. Un test de coloration des dents permet de savoir quels endroits sont négligés lors des soins dentaires:

1. Les élèves mangent une banane puis se lavent les dents avec un dentifrice normal.
2. Après cette étape, chaque membre de la classe reçoit un comprimé révélateur de plaque par coloration. Ce comprimé est ensuite mâché. Lors du mécanisme de la mastication sont libérés des colorants, qui se déposent sur le dépôt dentaire. La coloration permet alors de constater les endroits où il est nécessaire d'effectuer un brossage plus approfondi: «Ici, je ne me suis pas brossé les dents correctement, il faut que je reprenne!»

Il se peut aussi que le comprimé colore la langue, etc.

3. Le test peut être répété chaque semaine et documenté avec un appareil photo. Les élèves remarquent que le brossage des dents en vaut vraiment la peine.

### Matériel:

- Brosse à dents
- Pâte dentifrice
- Comprimés de coloration (disponibles dans les drogueries ou les cabinets dentaires)
- Miroir
- Appareil photo
- Serviettes

# Caries

Fiche de travail



3/5

## Des dents saines n'occasionnent pas de douleurs

Des dents saines contribuent à une belle apparence physique et ont aussi une influence sur notre bien-être mental et physique. Car pour bien mâcher, il faut avoir de bonnes dents, et seules des dents en bonne santé permettent de ne ressentir aucune douleur.

La réalité est pourtant différente: les caries sont l'une des maladies les plus répandues dans le monde. En Suisse aussi, la santé buccale est un grand défi de la politique de la santé: des études ont montré qu'à l'âge de 12 ans, une dent présente en moyenne des destructions par les caries, 1,5 dent à 14 ans et 3,1 dents à 20 ans.

Ces 50 à 60 dernières années, les caries ont fortement diminué en Suisse. Mais l'espérance de vie de la population augmente et les gens doivent donc conserver leurs dents naturelles de plus en plus longtemps. Neuf adultes sur dix ont des problèmes de gencives, tout au moins occasionnellement, qui peuvent entraîner une perte des dents! À l'avenir, des efforts importants de tout un chacun, mais aussi de la société, seront nécessaires pour continuer de faire reculer l'importance de ces maladies évitables.

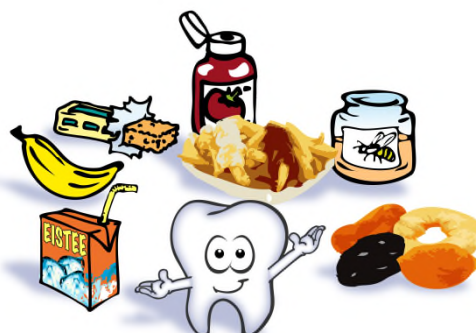
Ne l'oublions jamais: une fois qu'elles ont été détruites, les dents ne guérissent jamais, mais peuvent uniquement être réparées ou éventuellement être remplacées par des dents artificielles. Les dents naturelles sont un cadeau unique de la nature.

### Quelles sont les causes des dommages dentaires?

La formation de caries a des causes très concrètes:

- consommation excessive de boissons et mets sucrés
- soins dentaires insuffisants

Les bactéries se trouvant dans notre cavité buccale jouent un rôle important à ce niveau. Certaines d'entre elles ont la capacité de produire des «substances collantes» à partir des aliments sucrés puis de se fixer à l'aide de celles-ci sur la surface des dents sous la forme d'un dépôt (plaque dentaire). Dans le même temps, une partie des sucres se transforme en acides, qui attaquent quant à eux l'émail dentaire. Plus ces acides dissolvent longtemps et souvent les minéraux (p. ex. calcium et phosphate) présent dans l'émail dentaire, plus les dégâts sont causés rapidement: le «trou dans la dent».



# Caries

Fiche de travail



4/5

Nomme les causes de caries.

---

---

---

---

---

---

---

Note des conseils pour des dents saines.

---

---

---

---

---

---

---

Que signifie ce symbole?



---

---

---

---

---

---

---

Illustration: [https://de.wikipedia.org/wiki/Datei:Happy\\_Tooth\\_logo](https://de.wikipedia.org/wiki/Datei:Happy_Tooth_logo)

# Caries

Solution



5/5

## Solution:

### Nomme les causes de caries.

Les gens développent des caries quand quatre facteurs principaux interagissent:

- Conditions liées à la personne (dents, salive, comportement)
- Plaque dentaire (les bactéries se rassemblent sur les dents pour former un dépôt collant)
- Nourriture (sucres et aliments sucrés)
- Délai d'action suffisant des facteurs négatifs

Outre ces principaux facteurs, plusieurs facteurs annexes entrent en ligne de compte: position des dents, malformation des dents, flux salivaire et composition de la salive, facteurs génétiques, composition des aliments et bien d'autres choses.

### Prends note de ces conseils pour avoir des dents saines.

Se brosser les dents régulièrement avec une brosse à dents et du fil dentaire est la règle de base pour des gencives et des dents en bonne santé.

- Se brosser les dents au moins 2 x par jour après les repas.
- Nettoyer les espaces entre les dents une fois par jour avec du fil dentaire ou une brosse interdentaire.
- Un examen de contrôle annuel chez le dentiste permet un dépistage et un traitement précoces des dommages.

### Que signifie ce symbole?



Le symbole «bonhomme Quenotte» permet de reconnaître les produits contribuant à la santé dentaire, par exemple les chewing-gums. Ces produits ne contiennent ni trop d'acides, ni trop de sucres favorisant les caries.