

Son hygiène bucco-dentaire à 7 ans

❖ Comment l'aider à protéger ses dents ?

- L'accompagner pour un brossage régulier matin et soir.
- Eviter qu'il ne mange trop de sucreries.
- L'emmener régulièrement chez votre chirurgien-dentiste.

❖ Le brossage : un moment de complicité à partager

- La brosse à dents doit être petite et adaptée à la bouche de l'enfant.
- Dès que les poils se recourbent, il faut en changer : elle est usée.
- Le brossage doit durer de 2 à 3 minutes le matin et le soir.
- Profitez de ce temps de détente avec votre enfant pour lui expliquer comment bien se brosser les dents : chaque mâchoire l'une après l'autre, de la gencive vers la dent.

Vous pouvez vous aider d'un sablier ou d'une chanson qu'il aime pour bien compter le temps.

Vous pouvez également vous brosser les dents avec lui sous forme de jeu.

CONSEIL

N'hésitez pas à demander à votre chirurgien-dentiste :

- des conseils pratiques pour apprendre à votre enfant à bien se brosser les dents,
- des conseils et astuces pour améliorer son hygiène dentaire et son alimentation.

La MSA mène de nombreuses actions de prévention pour donner les moyens à chacun de devenir acteur de sa santé



vous accompagner

Prenez votre santé bucco-dentaire en main

■ Votre enfant de 7 ans



Réf. : 11279-14 - CCMSA - Conception : Corp&co - Crédit photos CCMSA Image : RedHelga-Stock, RonTech2000-Stock, S. Cambon, Cap Pacific



L'essentiel & plus encore

www.msa.fr



L'essentiel & plus encore



7 ans c'est un âge important

Votre enfant vient d'avoir 7 ans. C'est un âge important pour la santé de ses dents. La prévention, dès son plus jeune âge, est déterminante.

Ses dents définitives poussent et sont particulièrement exposées au risque carieux.

A cet âge, cohabitent les dents de lait et les dents définitives qui nécessitent un suivi, voire des soins si nécessaire.

QUELQUES CHIFFRES

30% des enfants de 6 ans et 40% des enfants de 7 ans ont des caries.

1 enfant sur 6 a une dent définitive atteinte par la maladie carieuse.

7 ans c'est plus que les dents

C'est l'âge où il faut vérifier les fonctions musculaires :

- ▶ bon positionnement de la langue,
- ▶ bon fonctionnement de la déglutition.

C'est la période où il faut commencer la correction des troubles décelés.

C'est aussi l'occasion de préparer, s'il y a lieu, l'orthodontie (rectification du positionnement des dents...).

Les dents de l'enfant à 7 ans

C'est le début de l'installation des dents définitives (en bleu sur les schémas) avec un risque important d'atteinte carieuse.

A 7 ans, les dents qui poussent doivent être très surveillées : elles s'installent dans le fond de la bouche et ne sont pas précédées par la chute de dents de lait.

Cette poussée n'est pas très douloureuse... on a tendance à ne pas y prêter attention.

Ces dents sont très fragiles. Elles sont creusées de petits sillons, parfois si profonds, qu'un seul poil de la brosse à dents de l'enfant est trop épais pour les nettoyer correctement. Alors ces sillons peuvent devenir des nids à microbes. Des débris d'aliments peuvent attaquer l'émail et former des caries.

Aussi, il est préconisé de sceller ces sillons. Un soin dentaire qui fait "même pas mal" !

Il faut donc être très vigilant à cet âge.

Les dents à



Les dents à



Les dents à



Le scellement des sillons

Cela consiste à recouvrir d'une résine protectrice les sillons des molaires dont le fond, peu accessible à la brosse à dents, est propice au développement de la carie.

Grâce à cette technique indolore, les dents se trouvent mieux protégées pour lutter contre les agressions bactériennes et donc contre les caries.

ATTENTION AUX CARIES !

Fréquente et précoce chez l'enfant, la carie ne guérit jamais seule.

Faute de soins, elle évolue vers la perte de la dent.

Le grignotage

Le sucre est un ennemi redoutable pour les dents même s'il est indispensable à l'organisme.

Le grignotage d'aliments sucrés est fréquent à cet âge.

Les aliments hors des repas, lors du grignotage, sont très souvent riches en sucre et exposent l'émail à un risque de déminéralisation et à un risque carieux plus importants.

ATTENTION !

Le sucre est partout dans les friandises, dans les gâteaux, la confiture, le chocolat...

Pour bien grandir et avoir de belles dents, aidez votre enfant à apprendre et à adopter une alimentation variée et équilibrée.