

## Les dents

Emma avait une dent qui bougeait, elle était inquiète. Puis, à force de la faire bouger avec sa langue, sa dent est tombée. Paniquée, Emma s'est mise à pleurer. Mais son dentiste a pris le temps de lui expliquer la vie des dents. Emma est rassurée.

A la naissance, le bébé n'a pas de dents. C'est vers l'âge de 6 mois que la première dent apparaît, le plus souvent en bas et devant.

A deux ans et demi, l'enfant en possède déjà une vingtaine réparties en bas et en haut de la même façon. Ces dents sont appelées les dents de lait.

Les bébés ont une deuxième dentition à l'état de bourgeon sous les dents de lait. Vers trois ans, ces bourgeons commencent à se développer. Ils vont pousser les dents de lait qui commenceront à tomber vers l'âge de 6 ans. La dentition définitive va se former petit à petit, les dents de lait vont être remplacées et d'autres dents vont apparaître.

« Connais-tu l'histoire de la petite souris ?

On raconte que lorsque les enfants perdent une dent de lait, s'ils la glissent sous leur oreiller, alors dans la nuit, la petite souris passe, prend la dent et laisse une pièce en cadeau. »

Un adulte possède 32 dents en tout. Mais elles ne sont pas toutes identiques et chaque sorte de dents a sa fonction.

Les dents plates situées sur le devant s'appellent les incisives. Nous en avons 4 en haut et 4 en bas. Elles servent à couper les aliments.

De chaque côté des incisives se trouvent les canines. Elles sont au nombre de 4, 2 en haut et 2 en bas. Elles sont pointues.

A la suite de chaque canine, on peut voir 2 prémolaires. Il y en a donc 8 en tout.

Puis, au fond de la bouche, les molaires qui servent à écraser la nourriture. Elles sont 12 en tout.

Les dents ne servent pas que pour manger. Elles ont un rôle très important lorsque nous parlons. La preuve, lorsqu'un enfant a perdu une incisive, il a du mal à prononcer les d et les t. Pour les prononcer, nous devons positionner la langue sur les dents de devant.

Les dents sont vivantes. Elles peuvent être atteintes de maladies visibles ou non. C'est pour cela qu'il est important d'aller régulièrement chez le dentiste.

Le plus gros ennemi de la dent est le sucre. Lorsque du sucre reste longtemps sur une dent, avec l'action de la salive, il se décompose en acide. Cet acide va attaquer la surface de la dent et former un trou qu'on appelle « carie ». Le dentiste va donc soigner la carie. Il nettoie la dent et remet un ciment spécial pour boucher le trou formé par la carie.

Pour éviter cela, il faut prendre bien soin de se brosser très régulièrement les dents.

Pour avoir de bonnes dents.

Il faut éviter de les rayer ou de les casser. On ne fait pas n'importe quoi avec ses dents, ce ne sont pas des outils de bricolage !

Il faut aussi faire faire du sport aux dents car si elles se reposent trop, elles s'affaiblissent. Le sport des dents c'est de croquer et de mâcher. On réserve donc les aliments hachés aux bébés qui n'ont pas assez de dents pour le faire.

Il faut aussi surveiller son alimentation. Les laitages, les fruits et légumes sont indispensables pour les dents. Par contre il ne faut pas abuser des pâtisseries et des sucreries. Surtout avant d'aller se coucher. Le sucre passerait à l'attaque au cours de la nuit !

Enfin il faut veiller à bien se brosser les dents, surtout avant d'aller se coucher !