

Des enfants en santé

Janvier 2020 Bulletin pour les parents

Éloigner la carie grâce au scellement

La nourriture et les bactéries peuvent facilement s'introduire dans les sillons et les creux qui se forment sur la surface de mastication des molaires; il est donc difficile de les garder propre. Une résine de scellement est un enduit en plastique que l'on applique en couches minces sur la surface de mastication des dents pour en faciliter le nettoyage et prévenir la carie dentaire.

Le mieux est d'appliquer le scellement dès l'apparition des molaires permanentes chez l'enfant. Les premières molaires permanentes apparaissent en général entre 5 et 7 ans, et les deuxièmes aux environs de 11 à 14 ans. On peut également appliquer le scellement sur d'autres dents sur lesquelles se sont formés des sillons et des creux.

L'application de la résine de scellement est sécuritaire, simple et indolore. La résine de scellement se présente sous la forme liquide, mais elle durcit rapidement pour former une couche protectrice sur la surface de mastication. Vous



pourrez boire et manger tout de suite après l'application du scellement. Les scellements peuvent durer de nombreuses années, mais il faut les vérifier régulièrement pour s'assurer qu'ils ne sont pas fissurés ou usés. Ils sont faciles à réparer; il suffit pour cela d'ajouter de la résine. De plus, l'application du scellement revient moins chère que la réparation des dents en raison de la carie.

Le fluor permet également de prévenir la carie, mais il est plus efficace sur la surface lisse des dents. La surface de mastication des dents arrière nécessite la protection supplémentaire fournie par le scellement.

Articles

Éloigner la carie grâce au scellement

Le bien-être mental chez les enfants

Les bactéries deviennent de plus en plus résistantes aux drogues que nous utilisons pour traiter les maladies (antibiotiques). La vaccination contribue à diminuer cet effet en prévenant les infections par ces bactéries résistantes. De plus, grâce à la vaccination, il n'est pas nécessaire de traiter souvent les gens par des antibiotiques. Pour plus d'information, consultez

www.who.int/bulletin/volumes/86/2/07-040089-ab/fr/



Des enfants en santé

Janvier 2020 Bulletin pour les parents

Le bien-être mental chez les enfants

L'enfance est une période importante dans le développement du bien-être mental pour toute la vie. Le bien-être mental est bien plus que le simple fait d'être heureux. Il s'agit de développer son estime et sa confiance, de tisser des liens avec les autres et de se sentir bien du fait de sa participation ou de sa contribution à sa communauté. Lorsque les enfants développent un bien-être mental de la meilleure manière possible, cela réduit les probabilités d'abus d'alcool ou de drogues ou de problèmes mentaux.

La maladie mentale et le bien-être mental ne sont pas opposés. Les enfants ayant une maladie mentale peuvent jouir d'un bien-être mental, tandis que les enfants n'ayant aucun symptôme de maladie mentale peuvent être aux prises avec un bien-être mental déficient. Tous les enfants en profitent lorsqu'ils peuvent nouer des liens avec les autres, se sentir valorisés et apprendre d'importantes compétences. Voici comment vous pouvez aider les enfants à développer leur bien-être mental :



Tisser des liens avec les autres : Cela développe l'estime de soi et fournit une source de soutien et d'encouragement durant les moments difficiles. Aidez votre enfant à forger des relations avec des personnes qui leur sont proches et avec le monde extérieur. Ils peuvent tisser des liens en se joignant à des équipes, des clubs et des groupes, en faisant du bénévolat et en passant du temps avec la famille et les amis.

Être actif : Les bénéfices de l'activité ne sont pas juste physiques. L'activité physique produit des changements chimiques dans le cerveau qui contribuent à notre mieux-être. L'activité physique peut aussi aider les enfants à tisser des liens et à acquérir de nouvelles habiletés, ce qui accroît leur estime.

Encouragez-les à essayer de nouvelles choses :

Encouragez votre enfant à essayer de nouvelles choses et soyez prêts à faire de même. L'apprentissage de nouvelles choses nous stimule. De plus, en établissant et en atteignant des objectifs, nous nous sentons compétents et fiers.

Donner à autrui : Les actes de bonté peuvent nous donner une raison d'être et améliorer notre estime. On peut encourager les enfants à donner à autrui en disant merci à quelqu'un qui les a aidés, en téléphonant à un parent ou un ami qui a besoin de soutien ou en aidant les autres.

Traduction d'une adaptation de www.parenttoolkit.com et de www.casel.org