

PLANIFICATION : coiffure 4 professionnelle

COURS : hygiène et sécurité « l'hygiène buccale et dentaire ».

SECTION : Professionnelle

LECON : n°1

ORIENTATION D'ETUDES : coiffure

DEGRE : 2^{ème}

BRANCHE : activités techniques

ANNEE : 4^{ème}

SUJET DE LA LECON : « l'hygiène buccale et dentaire. »

NOMBRES DE PERIODES : 2X 50'

COMPETENCES CIBLEES :

Au terme de la leçon l'élève sera capable de :

- Connaître les règles indispensables à une bonne santé dentaire
- Connaître les gestes adaptés (technique)

PRINCIPALES SEQUENCES DE LA LECON N°1

- Lecture explicative du cours
- Journal de classe
- Fin de la 1^{ère} leçon

PRINCIPALES SEQUENCES N°2

- Rappel léger du cours n°1
- Évaluation formative
- Correction collective
- Journal de classe
- Fin du chapitre sur l'hygiène buccale et dentaire

Préparation de leçon n°1

SECTION : coiffure

LECON N°1

ORIENTATION D'ETUDES : coiffure

DEGRE :2

BRANCHE : Activité technique et hygiène

ANNEE : 4^{ème}

SUJET DE LA LECON : l'hygiène buccale et dentaire

NOMBRE DE PERIODES : 2X50'

COMPETENCES CIBLEES : (objectifs de formation globale)

- Règles indispensables à une bonne santé dentaire
- Connaître le geste technique a adapter

DEMARCHE :

- SUPPORT PEDAGOGIQUE : Photos dans le cours
 - POINT DE DEPART : explication du déroulement du cours
 - RAPPEL : néant vu que c'est une nouvelle matière
-

PRINCIPALES SEQUENCES DE LA LECON :

- INTRODUCTION (5') : Explication du cheminement de cette courte matière+ dire bonjour
- METHODE FORMATIVE : (30') : parcourir ensemble le cours
- METHODE INTERROGATIVE : (10') Je les questionne afin de voir si elles ont bien compris
- JOURNAL DE CLASSE : (5') : l'hygiène buccale et dentaire
- Fin du cours n°1

Préparation de leçon n°2

SECTION : Professionnelle

LECON N°2

ORIENTATION D'ETUDES : coiffure

DEGRE :2

BRANCHE : technologie et hygiène

ANNEE :4^{èm}

SUJET DE LA LECON : l'hygiène buccale et dentaire

NOMBRE DE PERIODE : 2X50'

SEQUENCES DE LA LECON N°2 :

- **INTRODUCTION** : (10') Rappel de la matière vue en classe le cours précédent (prérequis)
 - **EVALUATION FORMATIVE** : (20') SOUS FORME DE VRAI/FAUX
 - **CORRECTION COLLECTIVE** : (10') avec conditions expliquées en classe.
 - **JOURNAL DE CLASSE** (5') Evaluation sur l'hygiène buccale et dentaire
 - **LES REMERCIER ET LEUR DIRE « BONNE CONTINUATION »**
-

ECOLE POLYTECHNIQUE DE HUY 1

Degrés 2

Cours d'hygiène et sécurité

4^{ème} années professionnelle

HYGIENE BUCCALE ET DENTAIRE.

Observateur : Meur Lambrechts Fabrice

Cours donné par Robert Isabelle (C.A.P 2018)

L'hygiène buccale et dentaire :

Une mauvaise santé bucco-dentaire peut avoir à tout âge des répercussions sur notre capacité à rentrer en contact avec les autres : une gêne de parler... de sourire.... finit par s'installer.

Ceci peut engendrer petit à petit une perte de confiance en soi.

D'où l'importance de prendre soin de ses dents.

Voici 10 règles d'or d'une bonne hygiène dentaire :

L'élimination de la plaque dentaire permet d'éviter les caries et les problèmes parodontaux (maladies des gencives). Des règles simples permettent d'assurer une bonne hygiène bucco-dentaire.

- 1. Idéalement deux brossages par jour sont recommandés.** En principe, deux brossages quotidiens minutieux permettent d'obtenir une hygiène satisfaisante, si la gencive est en bonne santé. En cas de maladie des gencives, les trois brossages quotidiens peuvent être conseillés. Ne rien manger ni boire (à part de l'eau) après le brossage du soir.



- 2. La brosse utilisée doit être à poils souples, avec une tête de petite dimension pour accéder à tous les recoins.** Des poils trop durs peuvent user votre émail de façon importante sur le long terme et ne permettent pas d'éliminer correctement la plaque dentaire. Mieux vaut un brossage doux qu'un brossage agressif qui risquerait d'abîmer votre émail et vos gencives.



La brosse manuelle permet d'obtenir d'excellents résultats lorsqu'elle est bien utilisée. Certaines brosses électriques permettent d'obtenir les mêmes résultats avec beaucoup plus de facilité.

3. Brossez toujours vos dents en faisant un mouvement de la gencive vers la dent.



Au début du mouvement, les poils de la brosse doivent être posés sur la gencive. Attention à bien brosser toutes les surfaces des dents.

4. **Les brossettes interdentaires et le fil dentaire font partie intégrante du brossage.** En effet, la brosse à dents ne nettoie pas entre les dents. Une grande partie des problèmes dentaires (caries, déchaussement...) démarre entre les dents puisque les bactéries y stagnent. Si la gencive est en bonne santé, le passage des brossettes doit être fait une fois par jour, idéalement le soir. En cas de maladies des gencives, il est nécessaire de le faire 2à3 fois par jour. Si les espaces intermédiaires sont trop étroits, les brossettes doivent être remplacées par du fil dentaire.



5. Pensez également à brosser la langue :



Il existe des instruments spéciaux appelés brosses à langue qui ressemble à des grattoirs. En effet, la face externe de la langue est recouverte de bactéries qui peuvent contribuer, notamment, à une mauvaise haleine.

6. Les hydropulseurs peuvent être utilisés en complément de la brosse.



Ils peuvent être utiles pour enlever des débris alimentaires et faire un massage des gencives. Cependant, leurs actions sont insuffisantes pour décoller les bactéries de la plaque dentaire, et ils ne remplacent en aucune façon la brosse à dent, ni les brossettes interdentaires.

7. Le dentifrice doit être fluoré :



Pour vous protéger des caries. A chaque âge correspond un dosage en fluor. Dans certains cas, un dentifrice spécifique peut être conseillé selon les conseils éventuelles de votre dentiste.

8. Les bains de bouche antiseptiques



Les bains de bouche antiseptiques ne doivent pas être utilisés quotidiennement. Une fois semaine est largement suffisant.

9. Certains aliments sucrés et acides (comme les sodas ou le citron) abîment fortement les dents.



Les consommer avec modération.

10. Une visite annuelle chez le dentiste (Détartrage une fois par an)



Prénom

Date

Nom

Classe

EVALUATION : Activité Technique

Hygiène, sécurité 4^{ème} coiffure

L'hygiène buccale et dentaire

/10

VRAI/FAUX (entourer **la bonne réponse**) si la réponse est fausse, veuillez expliquer pourquoi.

- Les bains de bouche antiseptiques doivent être utilisés quotidiennement ? V. F
..... /2
- La plaque dentaire s'élimine avec un simple brossage ? V.... F.....
..... /2
- Il est indispensable d'utiliser une brosse à dents à poils durs ? V F
..... /2
- Trois brossages quotidiens permettent d'obtenir une bonne hygiène buccale en cas de maladies des gencives ? V F
..... /2
- Un détartrage tous les six mois est conseillé ? V ... F
..... /2