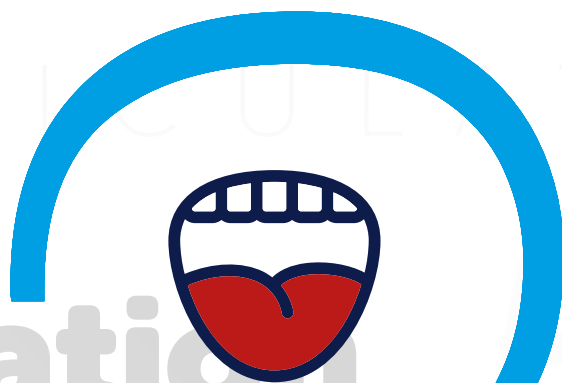


déglutition

bouche prononciation

ARTICULATION



respiration

DENTS

**que faire  
mieux comprendre  
qui consulter**

langue

posture



développement

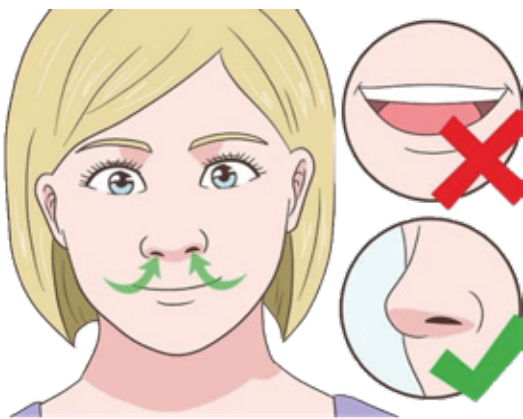
orthodontie

mastication

croissance

# Respiration

Une respiration correcte est une respiration nasale, la bouche fermée et la langue contre le palais. Elle est capitale notamment pour la posture et le tonus de la langue.



Si votre enfant a tendance à garder la bouche ouverte pour respirer en journée ou pendant la nuit, cela peut être signe d'une respiration qui est incorrecte.

## Ceci peut avoir notamment comme conséquences :

- Infections ORL à répétition (*sinusites, otites, angines...*).
- Sommeil perturbé par une mauvaise oxygénation du cerveau (*apnée du sommeil, ronflements*).
- Problèmes dentaires (*gingivite, caries, orthodontie*).
- Troubles de la prononciation, de la mastication et de la déglutition.
- Déséquilibre postural.

## Recommandations

- Pratiquez des rinçages de nez.
- Apprenez à votre enfant à se moucher efficacement dès 2 ans.
- Signalez-lui lorsque sa bouche reste entrouverte.

# Succion - Déglutition

La succion, la mastication et la déglutition nécessitent un bon tonus de langue.



**Une déglutition infantile persistante (langue propulsée vers l'avant) peut entraîner :**

- Troubles de la prononciation
- Respiration buccale (*infections ORL, ...*)
- Problèmes orthodontiques
- Sommeil perturbé

## Recommandations

Alimentation solide (carotte crue, croûte de pain...), jeux de grimaces, de souffle et claquements de langue, et limiter au maximum ou arrêter le pouce/la lolette.

## Pourquoi consulter un.e hygiéniste dentaire ?

Dès l'âge de 3-4 ans, il est important de faire son premier contrôle afin de se familiariser avec le monde dentaire. Un dépistage précoce des éventuels problèmes bucco-dentaires est nécessaire.

L'hygiéniste dentaire saura vous apporter tous les conseils de prévention adaptés à l'âge et à la situation de l'enfant.

Il.elle pourra vous orienter vers d'autres professionnel.le.s de santé si besoin pour une meilleure prise en charge.



# Ostéopathie

## Motifs les plus fréquents pour une prise en charge en ostéopathie :

- **Plagiocéphalie (tête plate) :** qui peut créer un déséquilibre au niveau de la croissance de la mâchoire.

**Prise en charge : dès les premières semaines de vie.**



- **Déglutition infantile :** s'accompagne souvent de tensions de la mâchoire et du cou ainsi que d'un palais étroit.

**Prise en charge : dès l'arrêt de la lolette ou du pouce pour diminuer les éventuels traitements orthodontiques liés au manque de place dans la bouche.**

- **Difficultés de prononciation :** en collaboration avec les logopédistes si l'enfant présente des tensions de la langue ou de la mâchoire.

- **Douleurs suite à la pose d'un appareil dentaire :** douleur de la mâchoire, maux de tête, douleur de la nuque.

**Prise en charge : idéalement avant la pose de l'appareil dentaire pour préparer au traitement orthodontique.**

## Recommandations

- À 1 mois de vie pour un contrôle de naissance.
- 1x/année lors de la croissance si pas de problèmes particuliers.

# Prononciation

L'acquisition de la prononciation demande la maîtrise de mouvements complexes. Elle se fait progressivement avec une grande variabilité d'un son à l'autre et d'un enfant à l'autre.

## Recommandations

- Favorisez une respiration nasale et un bon tonus de la langue en appliquant les conseils donnés précédemment ;
- Redites correctement les mots que votre enfant déforme en insistant légèrement sur ce qui pose problème pour qu'il l'entende bien ;
- Donner le bon modèle suffit. N'exigez pas que votre enfant répète le mot correctement, cela risquerait d'être contre-productif.

## En cas de difficultés de prononciation, quand faire un bilan logopédique ?

**À 2 ans** | Votre enfant ne produit que 4 ou 5 consonnes.

**À 3 ans** | Votre enfant ne se fait pas comprendre par une personne extérieure à la famille

**Entre 5 et 7 ans** | Votre enfant se sent gêné.e de ne pas arriver à produire tous les sons correctement et ne parvient pas à se corriger par lui-même malgré ses tentatives. Par ailleurs, ses difficultés ont des répercussions sur ses relations sociales. (*moqueries, peur de prendre la parole, etc.*)

**A 6 ans** | Votre enfant a encore des difficultés à produire deux consonnes de suite (*p.ex. « tr », « bl »*).

**A 7 ans** | Tous les sons ne sont pas acquis.

# infos & contact

---

Pour plus d'informations sur le développement du langage : **[www.logopedie.ch/prevention](http://www.logopedie.ch/prevention)**

En cas de doute, n'hésitez pas à contacter un.e logopédiste de votre région.

---

Pour plus d'informations ou pour un contrôle bucco-dentaire, vous pouvez prendre contact avec un.e hygiéniste dentaire de votre région.

---

Pour plus d'informations sur les traitements ostéopathiques, prenez contact avec un.e ostéopathe de votre région.