Cabinet dentaire du Dr Vanessa TAVEL
Chirurgien dentiste à Annet-sur-Marne - Pratique de l'orthodontie
118 rue du Général de Gaulle 77410 Annet-sur-Marne
Tel. : +33 1 60 26 41 07
dr-tavel-vanessa.chirurgiens-dentistes.fr

# La succion du pouce, de la tétine ou de la langue : faut-il intervenir ?

**Le réflexe physiologique de succion est souvent observé avant la naissance, in utero, chez le fœtus. Il est en effet indispensable au nourrisson.**

## AVANTAGES ET INCONVÉNIENTS DE LA SUCCION

Indépendamment de sa fonction nutrition, la succion (pouce, doigt, tétine, doudou) a une fonction de réconfort. On distingue la succion nutritive, pour combler la faim du nourrisson, de la succion non-nutritive.

En outre, la période d'éruption des dents s'accompagne d'un fort besoin de sucer et de mordiller quelque chose. Dans tous les cas, la succion est une nécessité et une source d'intenses satisfactions.

Si elle présente des avantages en apportant du bien-être à l'enfant, en l'apaisant et en favorisant l'endormissement, la succion a aussi des inconvénients, notamment d'un point de vue orthodontique, lorsqu'elle se prolonge chez le jeune enfant. Sur le long terme, la succion ou l'utilisation prolongée du biberon fait mauvais ménage avec une bonne évolution dentaire.

## POUCE OU TÉTINE ?

> En recrudescence depuis une dizaine d'année, la succion de la tétine est aussi nocive que celle du pouce. Elle s'interpose entre les dents de la mâchoire supérieure et de la mâchoire inférieure. Dès lors, elle peut bloquer la bonne évolution des dents antérieures (dents de devant).

> Souvent, l'enfant qui suce son pouce ou son doigt ne fait que le caresser de la langue. C'est ce que l'on observe lorsque dans son sommeil, il le laisse tomber.

> Selon certains psychologues, sentir qu'il peut retrouver son pouce comme il le veut lui permet de l'abandonner plus facilement. À l'inverse, la peur de perdre sa tétine, si elle tombe, fait que l'enfant s'y accroche d'autant plus.

## QUAND LA SUCCION « NÉCESSITÉ » SE PROLONGE EN SUCCION « HABITUDE », COMMENT INTERVENIR ?

> L'âge conseillé pour lui faire perdre cette habitude se situe autour de 2-3 ans. L'enfant développe alors ses champs d'intérêt et d'investigation. Il marche, s'exprime, a des contacts avec d'autres enfants, entre à l'école...

> Si jusqu'à 4 ou 5 ans, il peut être admis de sucer son pouce, au-delà il est souhaitable de commencer à en parler avec l'enfant. Indépendamment d'impact éventuel sur les dents, pouce ou tétine gênent la route de la communication : on ne peut pas parler la bouche pleine !

## SEVRAGE : CHOISIR LE BON MOMENT

▶ Pour accompagner votre enfant dans l'abandon de la succion, il est conseillé de choisir une période favorable, d'éviter les moments de changements familiaux, de le préparer à ce changement (pas d'interdiction brusque) et de présenter l'arrêt de la succion comme une avancée, une « promotion ».

▶ Proposez un arrêt par paliers : le jour d'abord, puis pendant l'endormissement.

▶ Substituer un autre plaisir à celui de sucer son pouce (lui lire une histoire par exemple) peut également être une bonne idée. Restez toujours vigilant lorsque votre enfant suce son pouce parce qu'il est désœuvré, ou si vous constatez un lien automatique (télévision/pouce...).

> « Encouragez toujours ses efforts et soulignez ses réussites. »

### À SAVOIR

Si votre enfant continue malgré tout de sucer son pouce ou sa tétine, n'hésitez pas à effectuer une visite de prévention.
**La prise en charge orthodontique peut intervenir pendant la succion et ainsi faciliter le sevrage.**

Pour l'aider à perdre cette mauvaise habitude, un « contrat » entre le dentiste et l'enfant peut être responsabilisant et efficace.