

Thématique : **Santé**  
Auteur : **Karine Vidal** (France)

En partenariat avec  
 **SAVOIRS**  
Une chaîne du groupe France Médias Monde

## LA SANTÉ DE VOS DENTS - LE FLUOR

---

**Public :** Professionnels / étudiants du domaine de la santé bucco-dentaire

**Niveau CECR :** B1-B2

**Durée :** 6-8 heures

**Tâche à réaliser :** Expliquer l'usage et les bienfaits du fluor pour les dents

**Extrait RFI :** *Émission :* PRIORITÉ SANTÉ ; *Titre :* La santé de vos dents  
*Par* Claire Hédon ; *Diffusion :* lundi 28 septembre 2015  
<http://www.rfi.fr/emission/20150928-entretiens-garanciere-dentiste-sante-dent-nutrition-besancon>  
*Minutage de l'extrait support aux activités :* 39'15'' > 42'24''

## LA SANTÉ DES DENTS

---

### Activité 1 : La santé des dents - Notions de base

#### a) Remue-méninges

**Descriptif de l'activité :** *Activité de révision de vocabulaire à faire avant l'écoute du document sonore. Annoncer le plan de la séance en précisant qu'il est nécessaire de connaître un lexique de base avant de travailler sur le discours d'un spécialiste destiné au grand public.*

*Cette première activité est réalisée avec toute la classe.*

#### 1) Quel est le soin essentiel des dents ?

**Réponses possibles :** le brossage des dents ; se laver/se brosser/se nettoyer les dents.

#### 2) Pourquoi est-il essentiel de se brosser les dents ?

**Réponses possibles :** parce qu'il faut éliminer la plaque dentaire ; parce qu'il y a des microbes qui peuvent donner des caries.

#### 3) À partir de quel âge doit-on se brosser les dents ?

**Réponses possibles :** dès le plus jeune âge ; à partir du moment où l'on a des dents.

#### b) Révisez vos connaissances et votre vocabulaire sur les notions de base.

Par petits groupes, complétez le tableau présentant quelques notions indispensables sur les dents.

**Descriptif de l'activité :** *Activité de révision de vocabulaire à faire avant l'écoute du document sonore. À faire en petits groupes pour favoriser les échanges. Les apprenants doivent noter avec l'enseignant les termes qu'ils ne comprennent pas.*

*Nota : ces connaissances sont très probablement déjà acquises par les apprenants dans leur langue maternelle.*

#### 1) Une carie : **h) une infection des dents**

#### 2) L'ingrédient principalement responsable des caries : **f) le sucre**

#### 3) La plaque dentaire : **i) une pellicule invisible qui colle et s'accumule sur les dents tous les jours**

#### 4) La cause de la formation de la plaque dentaire : **k) la consommation excessive de sucre** (surtout le saccharose - sucre en poudre ou en morceaux - et le sucre industriel)

#### 5) Un microbe : **m) un micro-organisme qui peut générer des maladies** (lorsqu'il génère une maladie, c'est un microbe pathogène.)

#### 6) Les aliments acides qui contribuent à abîmer les dents : **c) le jus d'orange, les boissons gazeuses**

#### 7) Le fluor : **e) un oligo-élément** (qui peut être utilisé sous forme de dentifrice, de comprimé, etc.)

## Activité 2 : La nécessité et l'usage du fluor

- a) Écoutez une première fois l'extrait de l'émission « Priorité santé - la santé de vos dents » (39'15" > 42'24") et compléter les phrases suivantes :

**Descriptif de l'activité :** *Activité de compréhension orale globale. Une première série de questions permet aux apprenants de se concentrer sur l'idée essentielle.*

- 1) Le fluor permet d'éviter **la carie**.
- 2) Le fluor est un élément **fondamental** pour **bloquer** pas seulement la carie mais aussi l'ensemble des problématiques liées à **la plaque dentaire**.
- 3) Le fluor, c'est le complément **indispensable** du brossage des dents.

- b) Écoutez ce chirurgien-dentiste expliquer la nécessité du fluor.

Cochez en fonction de ce que vous entendez (plusieurs réponses possibles) :

**Descriptif de l'activité :** *Outre le message essentiel (la nécessité du fluor pour prévenir les caries), l'intérêt de l'extrait est d'apprendre à présenter des informations et explications médicales avec précision. Les questions suivantes permettent de guider la compréhension. Faire écouter la première partie de l'extrait : 39'15" > 40'.*

- 1) Quelle est la fonction fondamentale du fluor pour la santé des dents ?
  - Éviter les caries
  - Éviter les problèmes de la plaque dentaire
- 2) Comment le fluor permet-il d'éviter les problèmes de carie et de plaque dentaire ?
  - Le fluor s'introduit dans le microbe pour le transformer.
  - Le fluor bloque le processus de la fabrication des acides par les sucres.

- c) Écoutez ce chirurgien-dentiste expliquer l'usage du fluor.

Cochez en fonction de ce que vous entendez (plusieurs réponses possibles) :

**Descriptif de l'activité :** *Faire écouter la deuxième partie de l'extrait : 40' > 41'22".*

- 3) Qui est concerné par la prise de fluor ?
  - les enfants
  - les adolescents
  - les adultes
- 4) Le fluor est-il plus efficace par voie générale ou par voie locale ?
  - par voie générale et par voie locale

- 5) Par voie générale, sous quelle forme le fluor peut-il être ingéré ?
  - en comprimé
  - en sel fluoré
  - en eau fluorée
- 6) Pour quel âge sont préconisés les comprimés fluorés ?
  - entre 6 mois et 2 ans
- 7) Par voie locale, sous quelle forme le fluor peut-il être administré ?
  - en dentifrice fluoré
  - en vernis fluoré
- 8) Pour quel type de dents est préconisé le vernis fluoré ?
  - pour les dents définitives
- 9) Quelle est la fonction du vernis fluoré ?
  - protéger les sillons des dents
- 10) Qu'est-ce que vernis fluoré ?
  - un concentré de fluorures dans une base résine ou synthétique qui s'applique sur les dents.

d) Écoutez ce chirurgien-dentiste indiquer les doses de fluor préconisées.  
Cochez en fonction de ce que vous entendez :

**Descriptif de l'activité :** Faire écouter la troisième partie de l'extrait : 41'22" > 42'25".

- 1) La fluorose est un excédent de fluor dans l'organisme.
  - Vrai
- 2) Le Dr Cohen préconise une dose minimale de 1000 ppm.
  - Vrai (« ppm » = « partie par million »)
- 3) Le taux maximum de fluor toléré dans les dentifrices vendus en grand commerce est de 1450 ppm.
  - Vrai
- 4) On peut trouver un dentifrice fluoré supérieur à 1450 ppm uniquement en pharmacie.
  - Vrai
- 5) Pour les enfants jusqu'à l'âge de 2 ans, la quantité conseillée est inférieure à 500 ppm.
  - Faux (entre 500 et 1000 ppm)
- 6) La quantité de fluor maximale préconisée est de 1000 ppm dès 6-7 ans.
  - Faux (environ 1450 ppm)

## Activité 3 : Se préparer au discours explicatif du spécialiste

 <b>Exprimer des quantités, des doses</b>	
<p>+++</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● trop de + nom (un excès de ...)</li> <li>● trop + adjectif</li> </ul>	<p>Quand il y a <b>trop de fluor</b> dans l'organisme, on appelle ce phénomène la fluorose.</p> <p>Ce dentifrice est <b>trop fluoré</b> pour les enfants.</p>
<p>++</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● beaucoup de + nom (une grande quantité de... une quantité importante de ...)</li> <li>● très + adjectif</li> </ul>	<p>Il y a <b>beaucoup d'acides</b> dans les boissons gazeuses.</p> <p>Les boissons gazeuses sont <b>très acides</b>.</p>
<p>+</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● assez de + nom (une quantité suffisante de ...)</li> <li>● assez + adjectif</li> </ul>	<p>Ce dentifrice contient <b>assez de fluor</b> pour un enfant de 5 ans.</p> <p>Il est <b>assez efficace</b>.</p>
<p>-</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● peu de + nom (une petite/faible quantité de ...)</li> <li>● peu + adjectif</li> </ul>	<p>On administre <b>peu de fluor</b> aux jeunes enfants (moins de 500 ppm).</p> <p>Ce dentifrice est <b>peu fluoré</b>.</p>
<p>--</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● pas assez de + nom</li> <li>● pas assez + adjectif</li> <li>● un manque de + nom</li> <li>● (une insuffisance de + nom une carence + nom...)</li> <li>● une insuffisance + adjectif</li> </ul>	<p>Ce dentifrice ne contient <b>pas assez de fluor</b> pour un adulte.</p> <p>Ce dentifrice n'est <b>pas assez fluoré</b>.</p> <p><b>un manque de fluor ; une insuffisance de calcium</b></p> <p><b>une carence alimentaire ; une insuffisance respiratoire</b></p>



## Comparer

- |  |   |
|--|---|
| <p>(&gt;) • La supériorité :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>supérieur à</b> + <u>nom</u></li> <li>- <b>plus de</b> + <u>nom</u> + <b>que</b></li> <li>- <b>plus</b> + <u>adjectif</u> + <b>que</b></li> <li>- au-delà de + <u>nom</u></li> </ul>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>- On préconise un taux de fluor <b>supérieur à 1400 ppm</b> pour les adultes.</li> <li>- Il y a <b>plus de fluor</b> dans un dentifrice pour adultes <b>que</b> dans celui destiné aux enfants.</li> <li>- Ce dentifrice est <b>plus concentré</b> en fluor <b>que</b> l'autre.</li> </ul> |
| <p>(&lt;) • L'infériorité :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>inférieur à</b> + <u>nom</u></li> <li>- <b>moins de</b> + <u>nom</u> + <b>que</b></li> <li>- <b>moins</b> + <u>adjectif</u> + <b>que</b></li> <li>- <b>en dessous de</b> + <u>nom</u></li> <li>- <b>en-deçà de</b> + <u>nom</u></li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Pour les enfants, le taux de fluor préconisé est <b>inférieur à 1400 ppm</b>.</li> <li>- Le dentifrice pour enfants contient <b>moins de fluor que</b> le dentifrice pour adultes.</li> <li>- Le jus de poire est <b>moins acide que</b> le jus d'orange.</li> </ul>                     |
| <p>(=) • L'égalité :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>égal à</b> + <u>nom</u></li> <li>- <b>autant de</b> + <u>nom</u> + <b>que</b></li> <li>- <b>aussi</b> + <u>adjectif</u> + <b>que</b></li> </ul>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>- La quantité de fluor dans le dentifrice A est <b>égale à celle</b> du dentifrice B.</li> <li>- Il y a <b>autant de fluor</b> dans ce dentifrice que dans l'autre.</li> <li>- Ce dentifrice est <b>aussi fluoré que</b> l'autre.</li> </ul>   |

a) Utiliser des prépositions ou expressions pour limiter des notions de quantité.  
Proposez un antonyme pour les termes soulignés :

- 1) au moins 500 ppm <=> (**au plus**)
- 2) au-delà de 1450 ppm <=> (**en-deçà de ; avant**)
- 3) en-dessous de 1000 ppm <=> (**au-dessus de**)
- 4) le taux maximum de fluor <=> (**minimum/minimal**)
- 5) jusqu'à 1450 ppm <=> (**à partir de**)
- 6) descendre vers/à 500 ppm <=> (**monter vers/à**)
- 7) passer à 1000 ppm <=> (**s'arrêter à**)

## b) Les connecteurs logiques.

Quel(s) connecteur(s) utilise le spécialiste pour expliquer la nécessité du fluor ?

Relevez dans le texte les connecteurs logiques exprimant la cause, la conséquence ou le but et reportez-les dans le tableau.

**Descriptif de l'activité :** Cette activité sur les connecteurs logiques permet aux apprenants de structurer un discours explicatif, au sein des activités professionnelles (communication avec le patient - communication entre collègues - communication publique, etc.)

*DISTRIBUER LA TRANSCRIPTION, support pour les activités suivantes. Une nouvelle écoute peut être proposée aux apprenants qui pourront ainsi lire en même temps la transcription.*

LES CONNECTEURS LOGIQUES		
CAUSE (Pourquoi ? Pour quelle-s raison-s ? Comment expliquer le phénomène ?)	CONSÉQUENCE (Quels effets / avantages / inconvénients attendus ?)	BUT (Pour quoi faire ?)
<b>pourquoi ?</b>	<b>donc</b>	<b>pour</b>
<b>parce que</b>	<b>alors</b>	
<b>puisque</b>	<b>d'où</b>	

*Le contenu grammatical sur les connecteurs logiques est présenté en détail sur la fiche étudiant en 3 tableaux : la cause ; la conséquence ; le but.*



**Les connecteurs logiques - la cause**



**Les connecteurs logiques - La conséquence**



**Les connecteurs logiques - le but**

## Activité 4 : Structurer son discours avec les connecteurs logiques

**Descriptif de l'activité :** *Cette activité permet de systématiser l'emploi de ces connecteurs.*

a) Compléter les phrases suivantes avec :

- en effet ● alors ● car ● étant donné que ● pour ● comme ●
- d'où ● entraîner ● donc ● causé par ● pour que ● c'est pourquoi ●

- 1) Le fluor se trouve peu dans l'alimentation. **C'est pourquoi** le brossage des dents est essentiel pour en apporter à l'organisme.
- 2) **Étant donné que/comme** le sel est un aliment très largement consommé, c'est un bon support pour le fluor. [*« comme » s'emploie pour une cause connue de tous ; et « étant donné que » comme un fait constaté*]
- 3) Un excès de fluor peut se traduire par une fluorose dentaire : des taches apparaissent **alors** sur les dents.
- 4) Le fluor est essentiellement stocké dans les os et les dents. Il permet **en effet** la croissance des dents.
- 5) Le fluor est indispensable **pour** lutter contre l'apparition des caries.
- 6) Le dentifrice est aussi un bon moyen d'apporter à l'organisme du fluor, directement sur les dents ! La mesure la plus efficace pour prévenir le risque de carie reste **en effet** le brossage des dents au minimum 2 fois par jour.
- 7) **Comme** la plaque dentaire se reconstitue en quelques heures, il est indispensable de l'éliminer par un brossage au minimum biquotidien. [*« comme » place la cause en début de phrase/l'emploi de « étant donné que » est aussi possible puisque il s'agit d'un fait constaté.*]
- 8) Au fil du temps, l'émail s'use, s'effrite, se déminéralise **car** la salive se fait plus rare. [*« car » introduit également une cause mais ne se place pas en début de phrase.*]
- 9) Le contact des aliments se fait à travers la dentine vers le nerf de la dent, **d'où** la douleur.
- 10) L'hygiène bucco-dentaire commence dès les premiers mois de la vie : la plaque dentaire s'accumule dès la sortie des dents de lait. Il faut **donc** s'en préoccuper tôt.
- 11) Dès l'apparition des dents définitives, il faut redoubler de vigilance **pour que** les caries ne puissent pas se développer.
- 12) Les biberons d'eau sucrée ou de lait laissés au petit enfant le soir dans son lit font des ravages, pouvant **entraîner** la formation de plaques dentaires et de caries précoces.
- 13) La carie est un phénomène de déminéralisation des tissus durs de la dent, **causé par** le milieu acide que créent les sucres apportés par l'alimentation et certaines bactéries de la plaque dentaire.

## Activité 5 - S'entraîner à une explication médicale

À votre tour, vous expliquez à un public non spécialisé (au collège ou au lycée par exemple) les bienfaits d'un soin de prévention ou d'un processus de détérioration d'une dent, d'une gencive, etc.

### a) Première partie :

- ➔ Recherche documentaire sur le sujet choisi.
- ➔ Préparation écrite de l'exposé (sous formes de notes ; la présentation peut être agrémentée d'images.
- ➔ Discours explicatif en trois parties :
  1. Le constat du problème (L'introduction d'un soin préventif + les origines de l'affection)
  2. La présentation du soin (le processus de lutte contre l'affection)
  3. Les moyens de prévention (la nature du soin, la dose, l'âge, etc.)
- ➔ Sélection des exemples.

### b) Deuxième partie :

- ➔ Récit oral devant le groupe avec, si possible, illustrations à l'appui.

### Le groupe validera les points suivants :

- ☑ *Construction cohérente du discours*
- ☑ *Emploi correct des termes spécifiques à la santé des dents*
- ☑ *Emploi correct des expressions de quantité et de dosage*
- ☑ *Emploi correct des connecteurs logiques*
- ☑ *capacité à expliquer un phénomène de manière claire, précise et cohérente.*

## Annexe :

Transcription – RFI - Priorité Santé – Extrait « La santé de vos dents » - 39'15 > 42'24

**La journaliste :** On a beaucoup parlé prévention, brossage de dents. Je voudrais qu'on revienne sur la question du fluor pour éviter les caries. Vous avez commencé à l'évoquer. C'est quoi les recommandations aujourd'hui en terme de fluor ? Le fluor permet d'éviter la carie, on est bien d'accord.

**Docteur Fabien Cohen :** Le fluor est un élément fondamental pour bloquer pas seulement la carie mais bloquer l'ensemble des problématiques liées à la plaque dentaire. Pourquoi ? Parce qu'il va s'introduire dans le microbe d'une part et transformer le microbe et bloquer surtout le processus qui fabrique à partir des sucres des acides ou qui fabrique des enzymes. Donc on va bloquer ce processus-là ; les sucres ne seront pas attaqués par les microbes tant qu'il y a suffisamment de fluor dans le microbe lui-même ou dans l'environnement de ce microbe. Ça c'est le premier point. Alors après il faut suffisamment de fluor. Ça veut dire quoi ? Ça veut dire qu'il y a deux manières d'apporter du fluor : soit par voie générale, soit par voie locale.

Il s'avère de toutes les études qui ont été menées ces dernières décennies que le fluor par voie locale est aussi important que le fluor par voie générale. D'où nous avons, depuis quelques années, privilégié le dentifrice fluoré.

**La journaliste :** Alors quelle est la bonne concentration de fluor ?

**Docteur F. Cohen :** Alors la bonne concentration de fluor, elle est, si on ne prend rien - c'est-à-dire si on ne prend pas de comprimés fluorés - je parle pour les enfants de zéro à deux ans, puisque à partir de deux ans, on ne donne plus de comprimés fluorés, -mais entre six mois et deux ans, en tout cas dans les préconisations françaises, entre six mois et deux ans, on peut prendre des comprimés fluorés. L'avantage du comprimé fluoré c'est qu'il se suce et qu'il apporte aussi du fluor.

Il y a aussi d'ailleurs du sel fluoré, en France notamment et puis il y a des endroits, des régions du monde qui ont de l'eau fluorée. Donc si on n'a pas cet apport de fluor par voie générale, sous forme de comprimés, de sel ou sous forme d'eau, à ce moment-là, on peut utiliser le fluor par voie topique, c'est-à-dire par voie locale. Et cette voie locale, pour l'essentiel, ça peut être bien sûr du dentifrice mais ça peut être aussi des vernis fluorés qu'on peut mettre à la surface des dents. Ça, c'est un excellent moyen de prévention, mettre du vernis fluoré notamment pour les dents définitives, comme ce qu'on appelle le ciment de scellement des sillons qui sont aussi un bon moyen de protéger les sillons des dents qui sont souvent cariées.

Alors ce fluor doit être, si on n'a pas d'apport général, sinon après, on additionne, c'est ça qui entraîne la fluorose.

**La journaliste :** C'est ça, trop de fluor.

**Docteur F. Cohen :** Voilà, trop de fluor ; donc il faut effectivement mettre au moins mille ppm ; on appelle mille ppm « mille partie par million », c'est-à-dire que c'est la dose, mais tout ça c'est écrit dans le tube de dentifrice, normalement sur tous les tubes de dentifrice, il y a la quantité de fluor.

Le taux maximum que l'on peut avoir, en grand commerce, c'est mille quatre cent cinquante ppm, en tout cas en France. Au-delà, il faut l'acheter en pharmacie puisque c'est considéré comme médicament. Mais en dessous de mille quatre cent cinquante ppm et jusqu'à mille quatre cent cinquante ppm, on peut le trouver dans n'importe quel lieu de commerce et on trouve ce fluor.

Alors, si on prend du fluor par voie générale, à ce moment-là, il faut plutôt descendre vers des doses de cinq cents à mille PPM pour les petits enfants.

**La journaliste :** Ça c'est pour les petits, jusqu'à deux ans. Mais après deux ans, on n'a plus de comprimés.

**Docteur F. Cohen :** Voilà on n'a plus de comprimés. Et on passe à mille ; et on arrive à mille quatre cent cinquante quand on arrive vers six, sept ans.

**La journaliste :** Donc, c'est important d'avoir un dentifrice fluoré.

**Docteur F. Cohen :** Totalement.

**La journaliste :** Absolument.

**Docteur F. Cohen :** C'est le complément indispensable du brossage des dents.