Dr Nooshika B.MONTAZERI et Dr Léon SEBAG
Chirurgiens-Dentistes à PARIS - Implantologie et Esthétique dentaire
10 RUE DE MONCEAU 75008 PARIS
Tel. : +33 1 45 62 85 43
www.docteur-nooshika.fr

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

Le nouveau-né, puis le nourrisson, éprouve le besoin inné et instinctif de téter, de sucer et ceci pas seulement pour se nourrir.

On distingue donc la succion nutritive (sein, biberon) de la succion non-nutritive (pouce, tétine, doudou). Par ailleurs, la période d'éruption des dents s'accompagne d'un fort besoin de sucer et de mordiller.
La succion est donc une nécessité et une source d'intenses satisfactions.

POUCE OU TÉTINE ?

Depuis un certain nombre d'années, l'usage de la tétine est en recrudescence.

- Son utilisation peut être aussi nocive que celle du pouce car elle s'interpose entre les dents de la mâchoire supérieure et de la mâchoire inférieure, pouvant ainsi bloquer la bonne évolution des dents antérieures (dents de devant). La peur de perdre sa tétine si elle tombe fait que l'enfant s'y accroche d'autant plus.
- 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.

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.

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'un impact éventuel sur les dents, pouce ou tétine gênent la route de la communication : l'on ne peut pas parler la bouche pleine !

Quelques éléments clés pour l'accompagner :

- Choisir une période favorable en évitant les moments de changements familiaux.
- Prévoir une période de préparation et d'information : pas d'interdiction brusque.
- Présenter l'arrêt de la succion comme une avancée, une « promotion ». Projeter l'enfant dans l'avenir.
- Substituer un autre plaisir à celui de sucer son pouce (lui lire une histoire...).
- Être vigilant lorsqu'il suce son pouce parce qu'il est désœuvré, ou si vous constatez un lien automatique (télévision/pouce...).
- Encourager les efforts et souligner les réussites.

À SAVOIR

Il existe des dispositifs permettant d'arrêter en douceur la succion du pouce ou de la tétine.

L'un d'eux, destiné aux enfants de 2 à 6 ans, est un petit appareil en silicone alimentaire qui se substitue à la tétine. Sa forme, simple, a été testée pour aider l'enfant pendant la période de sevrage du pouce ou de la tétine. Il l'incite à abandonner le réflexe de téter, tout en lui permettant de stimuler ses muscles masticateurs. L'appareil peut être porté en bouche de jour comme de nuit.