

# Pouce, tétine: pas après 3 ans

**S**i la succion est un besoin naturel du nourrisson qui absorbe le liquide amniotique dès la 12<sup>e</sup> semaine *in utero* et développe les mouvements de succion qui sont indispensables à sa survie après la naissance, qu'en est-il du jeune enfant ?

Toutes les succions, nutritives ou non, présentent des avantages, en apportant du plaisir, en permettant de calmer l'enfant, elles ont aussi des inconvénients, et notamment d'un point de vue orthodontique, lorsqu'elles se prolongent trop tard dans la petite enfance.

Tout d'abord sur la formation du palais. En maintenant la langue à l'intérieur de la mâchoire inférieure, la succion du pouce ou de la tétine l'empêche d'appuyer sur le palais et de stimuler sa croissance. Les enfants qui conservent cette habitude à un âge avancé présentent donc un risque plus élevé d'avoir un palais étroit, une béance antérieure et des dents supérieures en « avant ». La succion empêche également de fermer correctement la bouche et donc de muscler les lèvres.

Par ailleurs, un palais qui s'est mal développé favorise des problèmes respiratoires en raison de fosses nasales trop étroites. Une mauvaise ventilation engendre des rhinopharyngites, des rhinites, de l'asthme, des otites et parfois des apnées du sommeil.

Beaucoup de parents se sentent désemparés face à ce comportement. Inutile de s'alarmer, l'important est de faire en sorte que l'enfant soit « sevré » avant l'âge de 4 ans. On peut essayer de substituer progressivement un doudou, de limiter la présence de la tétine au moment de l'endormissement. Souvent, l'entrée en maternelle avec toutes les nouvelles activités qui sont offertes suffit à résoudre le problème.

Choisir le bon moment a son importance. Certains événements comme un déménagement, une séparation, une rentrée scolaire peuvent entraver la motivation de l'enfant. Mieux vaut attendre les vacances pour l'encourager à arrêter. En cas de doute ou de difficulté, il ne faut pas hésiter à consulter un médecin ou un orthodontiste. La parole d'un intervenant extérieur est une aide certaine.

L'expérience montre qu'une moitié d'enfants arrête immédiatement quand l'autre a besoin d'une étape. Généralement, deux semaines suffisent pour perdre la mauvaise habitude et au bout de 3 mois tout est souvent rentré dans « l'ordre ».

**E. L. J.-B. K.**