

## 8 LES DENTIFRICES FLUORÉS PEUVENT-ILS ÊTRE DANGEREUX ?

**non**

Les dosages en fluor des dentifrices commercialisés sont proposés en fonction de l'âge des patients.

Leur utilisation quotidienne avec un dosage adapté à chaque âge (même chez les adultes) permet de prévenir l'apparition des caries en renforçant l'émail.

Il est recommandé de ne pas avaler le dentifrice. Cependant si cela arrive, pas d'inquiétude ; une ingestion occasionnelle présente peu de risques : seule une ingestion répétée pendant plusieurs mois consécutifs avant l'âge de 6 ans peut entraîner l'apparition de taches ou lignes blanchâtres (fluorose dentaire) (se référer à la question 3 « Qu'est-ce que la fluorose ? »).

## 9 QU'EST-CE QUE LA FLUROSE DENTAIRE ?

La fluorose dentaire, qui se manifeste par des taches blanchâtres symétriques sur les dents, touche moins de 3% des enfants. Elle est la conséquence d'un excès de fluor pris avant l'âge de 6 ans (période de formation des dents), elle ne peut donc pas se déclarer chez l'adolescent ou chez l'adulte. Pour protéger les dents des enfants en toute sécurité, il faut suivre les recommandations de votre dentiste à propos de la quantité de dentifrice à mettre sur la brosse des enfants ainsi que sur le dosage en fluor du dentifrice à utiliser (voir la réponse à la question « Comment choisir et bien utiliser un dentifrice pour les enfants ? »).



## 10 A QUOI SERT UN VERNIS FLUORÉ ?

C'est un produit appliqué exclusivement par votre chirurgien-dentiste servant à :

- Stopper des caries débutantes
- Prévenir l'apparition de nouvelles caries.

Il doit toujours être associé aux autres moyens de prévention bucco-dentaire (alimentation équilibrée, et brossage bien réalisé avec un dentifrice fluoré)

Il est pris en charge par l'assurance santé chez les enfants âgés de 6 à 9 ans.

## 11 LE FLUOR PEUT-IL RÉPARER UNE CARIE ?

**oui**

Une dent cariée peut présenter une perte de substance (trou) ou non.

Le fluor permet de stopper la progression des caries voire même de guérir des caries sans perte de substance (reminéralisation).

Dès que la carie présente un trou, le chirurgien-dentiste doit intervenir pour restaurer ou réparer la dent.

## COMMENT TROUVER LES BONNES INFOS SUR INTERNET ?

Attention aux « Fake News » et aux informations non scientifiques largement diffusées sur Internet. N'hésitez pas à demander conseil à votre chirurgien-dentiste et à consulter des sites en lien avec le Ministère de la Santé ou d'autres organisations scientifiques.

## AVENIR *fluor*

### LES EXPERTS :

Pr Doméjean Sophie<sup>1</sup>,  
Dr Chouvin Monique<sup>2</sup>,  
Dr Clément Céline<sup>3</sup>,  
Pr Colon Pierre<sup>4</sup>,  
Dr Decup Franck<sup>5</sup>,

Dr Droz Dominique<sup>6</sup>,  
Dr Maret Delphine<sup>7</sup>,  
Pr Muller-Bolla Michèle<sup>8</sup>,  
Pr Seux Dominique<sup>9</sup>,  
Pr Sixou Jean-Louis<sup>10</sup>

## TESTEZ VOS CONNAISSANCES SUR LE FLUOR

## 1 À QUOI SERT UN DENTIFRICE FLUORÉ ?

**Il est indispensable d'utiliser un dentifrice fluoré à tout âge.**

Le dentifrice permet d'améliorer le nettoyage mécanique des dents (réalisé par la brosse manuelle ou électrique) ; le fluor **renforce** l'émail en constituant une barrière protectrice, il permet aussi de **réparer** les caries débutantes.

Se brosser les dents sans dentifrice fluoré ne permet qu'une élimination partielle de la plaque dentaire et ne prévient pas l'apparition de caries.

Le fluor existe sous différentes formes dont le nom est mentionné sur les tubes de dentifrice : fluorure de sodium, fluorure d'amine, fluorure d'étain, fluorinol, ...

1 Département Odontologie Conservatrice, CHU Estaing Clermont-Ferrand, Service d'odontologie, F-63001 Clermont-Ferrand ; Univ Clermont Auvergne, UFR d'Odontologie ; Centre de Recherche en Odontologie Clinique EA 4847, F-63000 Clermont-Ferrand. 2 Département Orthopédie Dento-Faciale, Faculté d'Odontologie Montpellier 1. 3 Département de Prévention-Epidémiologie-Economie de la santé et Odontologie Légale, Faculté d'Odontologie de Nancy, Université de Lorraine. 4 Département d'Odontologie Conservatrice UFR d'odontologie Paris Diderot, Service d'odontologie hôpital Rothschild AP-HP, laboratoire LMI UMR CNRS 5615 Lyon 1. 5 Odontologie Conservatrice et Endodontie, Université Paris Descartes, UFR d'odontologie, Centre de recherche EA 2496. Service d'odontologie Charles Foix, 94205 Ivry sur Seine - Hôpitaux universitaires Pitié-Salpêtrière. 6 Département d'Odontologie Pédiatrique, Faculté d'Odontologie Nancy, Université de Lorraine Hôpitaux de Brabois. 7 Département d'Odontologie Conservatrice, UFR d'Odontologie Université de Toulouse, Service d'Odontologie CHU Toulouse, UMR 5288 CNRS, PLTRO, Toulouse. 8 Département Odontologie Pédiatrique, UFR d'Odontologie, URB21 - EA 4462, Paris Descartes. 9 Département d'Odontologie Conservatrice, UFR d'Odontologie de Lyon, Université de Lyon, Service de Consultation et de Traitements Dentaires, Hospices Civils de Lyon. 10 Département d'Odontologie Pédiatrique UFR d'Odontologie, Université de Rennes 1.

## 2 LE FLUOR PEUT-IL ÊTRE REMPLACÉ PAR D'AUTRES PRINCIPES ACTIFS ?

**non** Scientifiquement reconnu, le fluor est actuellement le meilleur agent protecteur contre la carie. Utilisé dans le dentifrice à l'occasion d'un brossage biquotidien efficace, il agit pour protéger vos dents en complément d'une alimentation équilibrée. En revanche on peut rechercher des effets complémentaires sur les gencives, les saignements..., soit en utilisant un fluor multi bénéfiques (fluor d'étain) soit en associant d'autres principes actifs.»

## 3 COMMENT CHOISIR ET BIEN UTILISER UN DENTIFRICE POUR LES ENFANTS ?

Chez l'enfant, il faut toujours **choisir un dentifrice avec la mention « enfant ou kids/junior »** et contenant du fluor.

La concentration en fluor est à adapter en fonction de l'âge de l'enfant et du risque qu'il a de développer des caries (ce risque est estimé par votre chirurgien-dentiste). La concentration en fluor d'un dentifrice se traduit en « partie par million » ou « ppm ». Les concentrations recommandées sont :

- 1000 ppm pour les enfants de moins de 6 ans avec un faible risque de carie ;
- 1450 ppm pour les enfants de plus de 6 ans quel que soit leur niveau de risque de carie et pour les plus de 2 ans avec un risque élevé d'avoir des caries.

**La quantité de dentifrice déposée sur la brosse est à adapter à l'âge** de l'enfant et le **brossage doit être réalisé par le(s) parent(s)** avec une brosse souple, manuelle ou électrique à tête ronde, adaptée à l'âge et à la taille de l'enfant.



## 4 À PARTIR DE QUEL ÂGE MON BÉBÉ DOIT-IL UTILISER UN DENTIFRICE FLUORÉ ?

Dès l'apparition de sa première dent ! (aux alentours de 6 mois)

La quantité de dentifrice enfant fluoré (1000 ppm) doit être adaptée à l'âge :

- une simple trace sur la brosse à dents jusqu'à 2 ans,
- la valeur d'un petit pois suffit (largeur de la brosse à dents) jusqu'à 6 ans.



## 5 UNE FEMME ENCEINTE PUIS ALLAITANTE PEUT-ELLE CONTINUER À UTILISER UN DENTIFRICE FLUORÉ ?

**oui** La santé bucco-dentaire de la maman conditionne celle de son enfant.

Il est donc important que la future maman prenne soin de ses dents, et limite notamment la transmission des bactéries associées aux caries.

Le dentifrice, qui n'est pas fait pour être avalé, peut néanmoins être ingéré accidentellement. Le fluor, qui passe alors la barrière placentaire en quantité minime n'a aucun effet nocif sur le bébé.

De la même manière, il n'y a aucun risque de surdosage en fluor chez l'enfant nourri au sein lorsque sa mère utilise un dentifrice fluoré.

## 6 LE FLUOR EST-IL ENCORE NÉCESSAIRE POUR LES ADULTES ET LES PERSONNES ÂGÉES ?

**oui** Le risque de carie est essentiellement lié à la consommation de sucres et concerne donc tous les patients quel que soit leur âge.

Un brossage efficace régulier avec un dentifrice fluoré contribue à prévenir les caries et à stopper leur développement à un stade débutant. (se référer à la question « Le fluor peut-il réparer une carie ? »)

Les caries ne sont pas des problèmes spécifiques à l'enfant : la première carie peut apparaître à tout âge ! Le risque de carie peut évoluer en fonction du stress, de changements alimentaires, de problèmes de santé générale... Il existe même des caries spécifiques chez les seniors qui sont localisées au niveau des racines des dents.

## 7 UN ADOLESCENT PORTEUR DE BAGUES ORTHODONTIQUES DOIT-IL UTILISER UN DENTIFRICE SPÉCIFIQUE ?

**oui** Le dosage en fluor du dentifrice doit dépasser 1450 ppm chez les adolescents porteurs de bagues orthodontiques.

D'une part, l'adolescent présente un risque accru de développement de caries (consommation d'aliments sucrés, de chips et de sodas ; hygiène bucco-dentaire parfois médiocre).

D'autre part, l'appareillage orthodontique complique le brossage et favorise donc la formation et l'accumulation de plaque dentaire à l'origine des caries.