

Le 19 novembre 2013

COMMUNIQUÉ DE PRESSE

L'Union française pour la Santé bucco-dentaire adapte ses recommandations de santé et lance son nouveau site internet :

www.ufsbd.fr

Deux brossages de 2 minutes par jour, l'usage du fil dentaire, des bains de bouche, une bonne alimentation... l'UFSBD diffuse ses nouvelles recommandations et lance son site de référence pour que chacun soit maître de sa santé bucco-dentaire.

De nouvelles recommandations

« *Nous avons actualisé nos recommandations pour nous conformer aux données acquises de la science, à l'expérience clinique des praticiens, à l'état de santé des français, aux stratégies d'appropriation des messages de santé, qui favorisent le « juste geste », et pour accompagner l'évolution des modes de vie et de consommation. Plus que des recommandations, je parlerais plutôt de règles incontournables à appliquer au quotidien dès le plus jeune âge. Elles pourraient paraître allégées ou moins strictes, mais elles intègrent en réalité le brossage au cœur d'un arsenal plus large* », déclare le Dr. Sophie Dartevelle, Présidente de l'UFSBD.

L'UFSBD adresse **des recommandations de base**, pour adopter de bonnes habitudes quotidiennes dès le plus jeune âge : 2 brossages de 2 minutes par jour avec un dentifrice fluoré, l'usage du fil dentaire une fois par jour (le soir), l'adoption d'une alimentation équilibrée évitant les aliments contenant des sucres cachés et les grignotages entre les repas, et une visite annuelle chez le chirurgien-dentiste dès l'âge de 1 an, ainsi que **des recommandations complémentaires** : la mastication d'un chewing-gum sans sucres pendant 20 minutes ou le rinçage de la bouche avec un verre d'eau après chaque prise alimentaire, et l'utilisation d'un bain de bouche au quotidien.

Un site internet pédagogique pour tous

Enfant, adulte, personne âgées, patient atteint de maladie chronique, femme enceinte... chaque âge et chaque situation nécessite un soin bucco-dentaire particulier. Le site internet de l'UFSBD propose dans son espace Grand public des conseils et fiches pédagogiques pour chacun : <http://www.ufsbd.fr/espace-grand-public/>

Menant des actions dans les écoles, entreprises, et auprès des populations les plus vulnérables, l'UFSBD propose également des contenus et fiches pratiques pour les aidants, enseignants et professionnels médicaux et médico-sociaux.

Des fiches pédagogiques sur les pathologies, facteurs de risque et gestes d'hygiène à chaque âge sont également disponibles en téléchargement gratuit : <http://www.ufsbd.fr/espace-grand-public/fiches-patients/>

Contact presse professionnelle :

Christine Lecointe

01 44 90 72 84

christinelecointe@ufsbd.fr

L'UFSBD en quelques mots :

Organisme officiel de la profession dentaire depuis 1966 et Centre Collaborateur OMS, l'Union Française pour la Santé Bucco-Dentaire (UFSBD) représente les **38 000 chirurgiens-dentistes** qui agissent au quotidien pour la santé bucco-dentaire de tous les français, **au sein de leur cabinet**.

Grâce à la mobilisation de ses 15 000 membres, l'UFSBD se positionne également comme un véritable **acteur de santé publique en dehors du cabinet dentaire**. Son engagement sur le terrain, depuis plus de 40 ans, auprès des populations les plus sensibles (jeunes enfants, adolescents, femmes enceintes, personnes âgées dépendantes, personnes en situation de handicap, personnes précaires...), en fait l'acteur principal de la promotion de la santé bucco-dentaire en France.

LES RECOMMANDATIONS DE L'UFSBD POUR UNE BONNE SANTÉ BUCCO-DENTAIRE



2 brossages par jour
matin et soir
pendant 2 minutes



L'utilisation d'un
dentifrice fluoré



L'utilisation du fil
dentaire chaque soir



Une visite au moins 1 fois
par an chez le dentiste,
et ce dès l'âge d'1 an



Une alimentation
variée et équilibrée

ET EN COMPLÉMENT



La mastication d'un
chewing-gum sans
sucres après chaque
prise alimentaire



Le bain de bouche
comme complément
d'hygiène