

Pratiques sportives : Attention à vos dents !
Soyez prUDENTS !

Si vous vous lancez dans une **activité sportive** dès la rentrée, **pensez à prendre soin de vos dents !**

En effet, la traumatologie dentaire représente entre 2,5 et 5 % de la traumatologie globale dans le sport. Les **traumatismes dentaires** peuvent aller de la fêlure de l'émail, à une fracture dentaire et même jusqu'à l'expulsion de la dent. Dans les traumatismes de la cavité buccale, on compte, **37% relatifs aux dents**, et 31% à la mâchoire ⁽¹⁾.

Ce sont les enfants et les adolescents qu'il faut mettre sous surveillance. Il est à noter que plus de la moitié des accidents sont causés par un sport de ballon ⁽²⁾.

ATTENTION aux accidents

Un tiers des enfants scolarisés ont déjà subi un choc dentaire sur les dents temporaires. Les dents les plus souvent touchées sont les incisives et les canines de la mâchoire supérieure.

Par mesure de prévention, dans les sports à risque, le protège-dents devrait être systématique afin de prévenir les accidents !

L'UFSBD, milite pour l'importance de la santé bucco-dentaire et édite des **fiches** à destination du grand public mises à disposition sur son site internet.

FICHES à TELECHARGER

SPORT - Plus haut, plus vite, plus loin - et si la santé bucco-dentaire améliorerait vos performances.

Il est encore trop peu connu que des contre-performances sportives peuvent provenir d'une origine bucco-dentaire. Et pourtant, cela n'est ni même au plus haut niveau. On ne peut plus ignorer la nécessité d'une bonne santé bucco-dentaire pour la pratique d'un sport même amateur.

- Carie, tendinite et problème musculaire**
- Comment prévenir les caries ?**
- Attention aux grignotages, aux gels et aux boissons de l'effort**
- Importance du fluor**

LES TRAUMATISMES BUCCO-DENTAIRES : CONDUITE à TENIR

L'accident, le choc se sont produits hors du milieu familial, à l'école, lors de la pratique d'un sport, ou d'une activité de plein air et de loisir pendant un été.

- Risques - lésions aux niveaux du visage ?**
- Dent fracturée**
- Dent déplacée ou mobile**
- Dent défilative engainée**

LE PROTÈGE-DENTS OU PROTECTION INTRA-BUCCALE

Vous-même, ou votre enfant, pratiquez un sport de combat ou de contact, ou bien un sport où les collisions et les impacts directs sur la Protection Intra-Buccale (PIB) sont possibles. Il est donc recommandé de porter un protège-dents.

- Le port du protège-dents est-il obligatoire ou simplement recommandé ?**
- À quel sport le protège-dents ?**
- Comment choisir son protège-dents ?**



[SPORT : si la santé bucco-dentaire améliorerait nos performances](#)



[Les traumatismes bucco-dentaires : conduites à tenir](#)



[Le protège-dents ou protection intra-buccale](#)

A vous de jouer, pour une rentrée en pleine santé bucco-dentaire !

(1) source Ligue de Basket
(2) source CFES sept 2000

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 membres, l'UFSBD se positionne également comme un véritable acteur de santé publique en dehors du cabinet dentaire. Son engagement sur le terrain, depuis 50 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.