

L'UFSBD accompagne les femmes dans leur santé bucco-dentaire :

Pour gardez leur sourire !

A l'occasion de la fête des mères, l'UFSBD rappelle quelques recommandations pour la santé bucco-dentaire des femmes !



Pendant la grossesse, de nombreuses modifications s'opèrent chez la femme (alimentation, changements hormonaux, vomissements) et entraînent des risques bucco-dentaires multiples : caries, fragilisation de l'émail des dents, gencives plus sensibles à la plaque dentaire, parodontite augmentant, risque accru d'accouchement prématuré. A travers le profil de **Léa, 26 ans et enceinte de 6 mois**, l'UFSBD aborde en vidéo la question de la grossesse et du suivi bucco-dentaire et sensibilise les femmes enceintes à avoir un suivi bucco-dentaire particulier (visites chez le dentiste dès le premier trimestre de grossesse et vers le 8^{ème} mois). Contrairement aux idées reçues, elles peuvent faire des soins, des détartrages, des radios, des anesthésies locales et prendre des médicaments prescrits par le chirurgien-dentiste tout au long de cette période.



Cliquez sur l'image de Léa ou flashez le QR Code pour regarder la vidéo



A travers le profil de **Valérie, 42 ans et hyperactive**, l'UFSBD aborde en vidéo les risques bucco-dentaires liés aux femmes de la quarantaine stressées :

- Ne pas négliger le risque de caries qui n'est pas réservé qu'aux enfants
- Faire attention aux repas pris sur le pouce et au grignotage pour faire face à une vie en accéléré, se limiter à 3 prises alimentaires par jour
- Manger sain et équilibré : Eviter la consommation de produits et boissons sucrés
- Attention également au risque érosif ! Un émail dentaire fragilisé est irréversible alors autant adopter les bons gestes !

Enfin, attention au risque de maladies parodontales qui peuvent conduire à terme à la perte des dents.



Cliquez sur l'image de Valérie ou flashez le QR Code pour regarder la vidéo



A travers le profil de **Jeanne, 70 ans, grand-mère dynamique**, l'UFSBD aborde en vidéo la question de la santé bucco-dentaire face à l'avancée en âge. Vieillir en bonne santé est une réalité aujourd'hui mais le vieillissement s'accompagne de risques bucco-dentaires qui doivent être connus afin d'être évités. Il existe un risque de carie dû à la sélection alimentaire, car les récepteurs du goût des personnes âgées sont moins efficaces ce qui accentue :

- la tendance à sucrer beaucoup plus les aliments, à avoir envie de gâteaux et à préférer les aliments faciles à mâcher mais qui sont collants et qui restent plus longtemps en bouche.
- Il faut rester attentif à garder une alimentation saine L'avancée en âge, combinée avec la prise de certains médicaments, peut entraîner la diminution de la quantité et de la qualité de la salive, il faut donc :
- boire fréquemment de l'eau
 - utiliser des substituts salivaires vendus en pharmacie si nécessaire
 - faire des bains de bouche fluorés réguliers
 - avoir toujours sur soi, des bonbons sans sucres pour réactiver sa salivation

Attention à cet âge, la gencive se rétracte, ce qui fragilise la base des dents. Il faut donc continuer à se brosser les dents matin et soir.



Cliquez sur l'image de Jeanne ou flashez le QR Code pour regarder la vidéo

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**, auprès des populations les plus sensibles (jeunes enfants, adolescents, femmes enceintes, personnes âgées dépendantes, personnes en situation de handicap, personnes précaires...).