

*Le fluor renforce  
l'émail des dents*

*Le fluor diminue le  
risque de caries*

*Un dosage adéquat  
du fluor est  
indispensable*

*L'utilisation de fluor  
avant l'âge de 6  
mois n'est pas  
recommandée.*

## Le fluor, quelles recommandations ?

Depuis plusieurs années, les campagnes de prévention ont permis d'obtenir une amélioration considérable de la santé bucco-dentaire. L'utilisation du fluor, par voie générale et en application locale, est importante pour la prévention des caries.

### Le fluor, un élément majeur

Le fluor fait assurément partie de la santé dentaire en jouant un rôle essentiel dans la protection des dents.

Cet oligo-élément se fixe au niveau de l'émail pendant la formation des germes dentaires, entre 0 et 12 ans, lors d'un apport fluoré par voie orale.

Après l'éruption dentaire, le fluor administré par voie locale (dentifrice, gel ou bain de bouche) renforce l'émail en favorisant sa reminéralisation et diminue la quantité de plaque dentaire à la surface des dents.

### Attention au surdosage

Comme tout produit actif, le concept de dose doit rester présent : un excès de fluor, toute origine confondue (ingestion de dentifrice chez l'enfant, eau du robinet, eau en bouteille, gouttes ou comprimés) est nuisible, comme n'importe quelle autre prise excessive de médicaments. Un surdosage en fluor peut provoquer une fluorose qui se manifeste par l'apparition de taches disgracieuses sur les dents.

### L'enfant et le bilan fluoré

Pour éviter tout surdosage, il est indispensable, avant toute prescription de fluor, d'établir avec votre chirurgien-dentiste ou votre pédiatre un «bilan fluoré» de l'enfant. Ce bilan vise à évaluer la quantité quotidienne de fluor absorbée par l'enfant dans son eau de boisson et son alimentation, afin de prendre une décision concernant la prescription d'une supplémentation fluorée.

### Connaître la dose de fluor dans l'eau de consommation.

- Pour l'eau du robinet, regardez si cela est noté sur votre facture d'eau ou renseignez-vous auprès de votre municipalité
- Pour l'eau embouteillée, la teneur en fluor n'est pas toujours indiquée sur les étiquettes.

### Recommandations de l'AFSSAPS.

Toute prescription de fluor doit être précédée d'un «bilan fluoré» de l'enfant.

- La mesure la plus efficace pour la prévention des lésions carieuses est un brossage des dents avec un dentifrice fluoré ayant une teneur en fluor adaptée à l'âge.
- Seuls les enfants à risque carieux élevé doivent bénéficier d'une supplémentation médicamenteuse en fluor par voie orale dès l'âge de 6 mois.



### Nos Conseils

- Chez la femme enceinte, la supplémentation en fluor pendant la grossesse n'apporte aucun bénéfice chez l'enfant pour sa dentition temporaire et définitive.
- L'utilisation de fluor n'est qu'un aspect de la prévention de la carie dentaire. Un brossage soigneux, une alimentation équilibrée et des visites régulières au Cabinet dentaire sont indispensables à une bonne santé bucco-dentaire.