



UNE BOUCHE HEUREUSE, C'EST... UN CORPS HEUREUX

SENSIBILISER DAVANTAGE
À LA FAÇON DE VIEILLIR
EN BONNE SANTÉ

#WOHD24
#HappyMouth



Journée Mondiale de la
Santé Bucco-Dentaire
20 mars



FDI World Dental Federation

worldoralhealthday.org



UNE BOUCHE HEUREUSE, C'EST... UN CORPS HEUREUX

D'ici 2050, les plus de 60 ans représenteront 25 % de la population mondiale, soit 2 milliards de personnes. Les études montrent que les personnes âgées sont particulièrement sujettes à une mauvaise santé bucco-dentaire, qui a des conséquences négatives sur leur santé générale. C'est pourquoi il est important de garantir que les personnes vivent non seulement plus longtemps, mais aussi en meilleure santé et sans maladies bucco-dentaires.



QUE PEUVENT FAIRE LES PERSONNES ÂGÉES ?

- **Adopter de bonnes habitudes d'hygiène bucco-dentaire** : la plupart des maladies bucco-dentaires peuvent être évitées, et donc la douleur et les infections aussi, en se brossant les dents deux fois par jour avec du dentifrice fluoré et en nettoyant entre les dents. Il est également essentiel de laver les prothèses amovibles tous les jours.
- **Réduire le risque de chute** : si une dent commence à bouger, ou si une prothèse ne tient plus correctement, consultez votre dentiste le plus vite possible. La mâchoire contribue à garder l'équilibre.
- **Adopter une alimentation saine et variée** : préparez des repas équilibrés et évitez les friandises, notamment celles riches en sucre, entre les repas. Limitez les sucreries en fin de repas.
- **Éviter la sécheresse buccale** : mâchez un chewing-gum sans sucre, sucez un bonbon dur sans sucre, buvez de l'eau pendant les repas ainsi que de petites quantités d'eau régulièrement au cours de la journée, faites des bains de bouche sans alcool et utilisez un baume à lèvres pour apaiser les lèvres sèches ou gercées.



QUE PEUVENT FAIRE LES DENTISTES ?

- **Promouvoir la santé générale** en abordant les principaux facteurs de risque communs avec les patients, comme le sucre, le tabac, l'alimentation et l'alcool.
- **Soutenir des habitudes d'hygiène bucco-dentaire** quotidiennes en fournissant des informations régulières.
- **Utiliser des traitements mini-invasifs** pouvant avoir un effet particulièrement positif sur la qualité de vie.



QUE PEUVENT FAIRE LES GOUVERNEMENTS ?

- **Éliminer les obstacles financiers** : les soins bucco-dentaires peuvent être inaccessibles pour une grande partie de la population âgée.
- **Éliminer les obstacles physiques** : mettre en place un système de soins permettant d'en améliorer l'accès (p. ex. transport, services ou cabinets dentaires ambulants).
- **Mobiliser toutes les parties prenantes** impliquées dans les soins en intégrant les soins bucco-dentaires dans un modèle de soins primaires.

