



LE FLUORURE POUR LA SANTÉ BUCCODENTAIRE :

Fiche de renseignements

Qu'est-ce que le fluorure?

- Le fluorure est un minéral qu'on retrouve dans la terre, l'eau (salée et douce) et les aliments.

Comment le fluorure aide-t-il à prévenir les caries?

- Le fluorure est bon pour la santé buccodentaire : il augmente la résistance des dents aux caries dentaires, aide à prévenir les caries et peut même inverser la progression des caries.

Où se trouve le fluorure dont j'ai besoin pour prévenir les caries dentaires

- À Inuvik, Fort Smith et Yellowknife, pour favoriser la prévention des caries dentaires, l'eau municipale est enrichie de fluorure, ce qui permet de maintenir sa concentration à un niveau optimal de 0,7 mg/L.
- Le dentifrice fluoré est la source la plus fréquente de fluorure.
- Le vernis fluoré et le rince-bouche au fluorure sont également d'autres bonnes sources de fluorure et contribuent à améliorer la santé buccodentaire.

Le fluorure présente-t-il des risques pour la santé?

- Le fluorure peut devenir toxique si vous en consommez une quantité énorme; autrement dit, plus de 5 mg par kilogramme de poids corporel. Par exemple, dans une dose moyenne de vernis fluoré, la concentration de fluorure est de 5 mg, et dans une quantité de la grosseur d'un pois de dentifrice fluoré, elle est de 0,3 mg.
- Le dentifrice, le vernis et le rince-bouche fluorés sont habituellement appliqués directement sur les dents et contiennent une concentration de fluorure bien au deçà des limites dangereuses.
- Aucune étude scientifique n'a pu établir que la fluoration de l'eau était néfaste pour la santé.

Qu'est-ce que la fluorose dentaire?

- La fluorose dentaire est rare et survient chez les enfants de moins quatre ans lorsqu'ils consomment une quantité trop élevée de fluorure. La fluorose se manifeste par l'apparition de taches blanches sur les dents. La fluorose est esthétique et n'endommage pas les dents.



Mon enfant devrait-il utiliser du dentifrice fluoré?

Oui, surtout si vous vivez dans une collectivité où l'eau municipale n'est pas enrichie au fluorure. Brossez les dents des enfants **de trois ans et moins** avec une petite quantité de dentifrice fluoré (**de la grosseur d'un grain de riz**).

- Les **enfants de trois à six ans** devraient utiliser une petite quantité de dentifrice fluoré (de la grosseur d'un pois). Surveillez-les lorsqu'ils se brossent les dents.

Pourquoi faut-il superviser et aider les jeunes enfants lorsqu'ils se brossent les dents?

- À cet âge, les enfants n'ont pas encore appris à bien cracher et peuvent avaler du dentifrice, ce qui les expose davantage au fluorure.
- Un adulte doit être présent pour s'assurer que l'enfant applique une quantité convenable de dentifrice sur sa brosse à dents, qu'il crache le dentifrice plutôt que de l'avaler et que les dents sont nettoyées adéquatement.

Qu'est-ce que la fluoration de l'eau des collectivités?

- La fluoration de l'eau consiste à ajouter du fluorure dans l'eau potable pour qu'elle en contienne la quantité idéale pour prévenir les caries dentaires.
- Aux TNO, trois collectivités ajoutent du fluorure dans l'eau potable : Inuvik, Fort Smith et Yellowknife.

Pourquoi ajoute-t-on du fluorure à l'eau municipale s'il est possible d'en consommer d'autres façons?

- Les municipalités ajoutent du fluorure à l'eau municipale pour aider à prévenir la carie dentaire dans l'ensemble de la population. La fluoration de l'eau est une façon sûre et efficace de prévenir les caries globalement plutôt qu'individuellement.

Qui vérifie la concentration de fluorure de l'eau potable?

- Trois ministères du GTNO se partagent la responsabilité de l'eau potable aux TNO : Affaires municipales et communautaires, Santé et Services sociaux et Infrastructure.
- Dans les trois collectivités où l'on fluorise l'eau potable, la concentration est surveillée quotidiennement pour s'assurer qu'elle demeure dans les limites recommandées.
- En s'appuyant sur les Recommandations pour la qualité de l'eau potable au Canada, l'administratrice en chef de la santé publique des TNO a recommandé que la concentration maximale de fluorure pour la prévention des caries soit 0,7 mg/L.

An English version of this document is available.