maBouchemaSanté
ufsbd

Les fiches conseils de l'UFSBD

Je suis en SURPOIDS (OBÈSE), atteint d'OBÉSITÉ, et cela pèse sur ma santé bucco-dentaire

Mon profil

D'année en année vous prenez du poids.

Quelle que soit la cause de cette prise de poids, c'est une pathologie qui met votre santé en danger et celle de votre bouche aussi.

Pour aller plus loin

Les liens entre obésité et santé bucco-dentaire

L'obésité est souvent associée à des déséquilibres alimentaires, notamment une consommation excessive de sucres et d'aliments acides, qui favorisent l'apparition de caries.
Le surpoids et l'obésité ont des conséquences nombreuses sur la santé par une inflammation systémique généralisée.
Par ailleurs, cette inflammation liée aux tissus adipeux altère la production et la qualité de la salive, compromettant ainsi la protection naturelle des dents et des gencives.
L'obésité peut aussi impacter indirectement la santé orale en influençant les habitudes d'hygiène :
- Des difficultés à adopter une routine de soins rigoureuse
- à consulter régulièrement un chirurgien-dentiste, …

Nos recommandations dans votre cas

Prévention des complications bucco-dentaires chez les patients obèses

Selon l'Organisation Mondiale de la Santé (OMS), l'obésité contribue à 5 millions de décès liés aux maladies non transmissibles (sources 2019).
L'obésité représente un facteur de risque notable pour :
- les affections parodontales
- la xérostomie
- et l'érosion de l'émail.

Une prise en charge adaptée repose sur un suivi régulier, un dépistage précoce des atteintes parodontales et des recommandations ciblées en matière d'hygiène et d'alimentation. Afin de favoriser la sécrétion salivaire et limiter l'inflammation gingivale, il faut encourager une hydratation suffisante et une alimentation riche en fibres.
L'importance de la prévention globale afin réduire les complications bucco-dentaires et à préserver la qualité de vie des

patients atteints.
En consultant votre chirurgien-dentiste, vous pourrez suivre ses conseils au quotidien pour prévenir et minimiser les risques bicco-dentaires. Mais le risque est aussi dans l'autre sens car l'obésité, comme le diabète, peut diminuer les défenses naturelles du corps et donc de la bouche vis-à-vis des bactéries de la plaque dentaire.

Pour cela il est souhaitable de suivre nos recommandations générales :

Consulter son dentiste régulièrement pour entretenir une bonne santé bucco-dentaire
Si votre situation rend les mouvements de brossage difficiles à réaliser votre dentiste vous conseillera par exemple d'utiliser une brosse à dents éléctrique
Faire un suivi avec votre médecin traitant pour réduire votre poids en adoptant une alimentation adaptée et saine
Maintenez une activité physique quotidienne

Informations mises à jour le 23 juin 2025