

Abonne tes amis, leurs sourires te remercieront



**VOTRE DENTISTE
COMPLICE DE VOTRE SANTÉ**



Printemps 2024 - N°5

La lettre Prévention de l'UFSBD



#PROFIL

...Chaque profil est unique !

**Découvrez le vôtre et ses
conseils spécifiques**

La France est entrée dans l'année des Jeux Olympiques et paralympiques. Pour donner l'exemple, l'UFSBD a décidé de «**se prendre au jeu**» pour la **Journée Mondiale de la Santé Bucco-Dentaire**. La Grande Cause Nationale 2024 porte sur l'activité physique et sportive afin d'inciter chacun à pratiquer un sport, tant mieux !

Mais attention, une activité sportive peut aussi avoir un impact sur vos dents alors suivez nos recommandations et soyez pruDENTS !

PROFILEZ

#LISEZ

...Nos fiches conseil

Par mesure de prévention, dans les sports à risques, **le protège-dents** devrait être systématiquement porté afin de prévenir les accidents !

Pour tout savoir sur leurs usages

LISEZ



#REGARDEZ

...Nos vidéos sur YouTube

Si un de vos enfants fait du sport, bien protégé tout ira bien ! Mais dans la vie quotidienne, la protection des dents n'est pas systématique. Une chute, un choc... peuvent entraîner de la **fêlure de l'émail**, à **une fracture dentaire** allant même jusqu'à l'expulsion de la dent.

Les bons réflexes à adopter
si cela survient

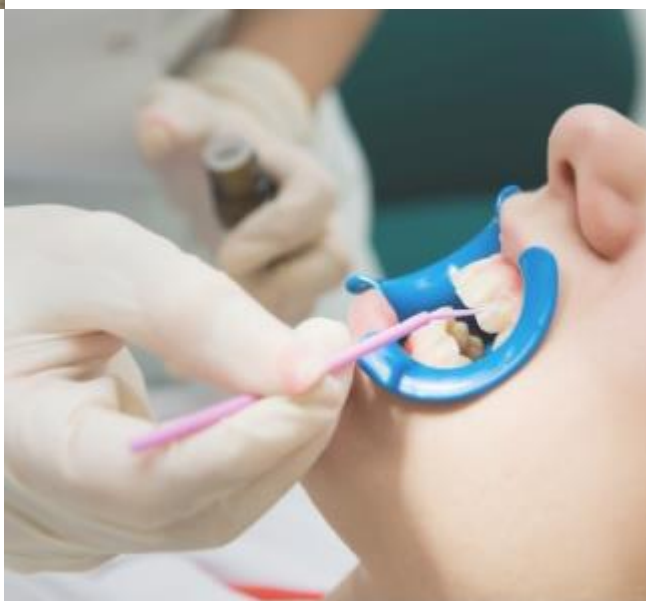
REGARDEZ

#UN ACTE AU CABINET

Nouvelle Rubrique !

Cette saison, on vous explique tout sur un acte pratiqué au Cabinet Dentaire par un dentiste. En mars, on vous explique : **le vernis floré**. Un acte simple et rapide avec de nombreux bénéfices en prévention carieuse.

DÉCOUVREZ





#POSEZ

...Vos questions à nos dentistes !

Philippe, 50 ans : « J'ai des douleurs articulaires au niveau des genoux, cela peut-il provenir de mes problèmes dentaires ? »

► **Notre réponse**

Manon, 18 ans : « Assez sportive, je bois des compléments protéinés recommandés par mon coach. Etant attentive à mon sourire, ces produits liquides protéinés sont-ils sans risque pour mes dents ? »

► **Notre réponse**

**Posez vos questions
comme le font d'autres internautes**

POSEZ

#ECOUTEZ

...Nos Podcasts « De la bouche...aux oreilles »

Entre deux squats ou développés couchés, l'envie vous vient de grignoter une barre protéinée. Utilisez une astuce simple et efficace pour votre santé bucco-dentaire : **mâchez un chewing-gum sans sucres ensuite pendant au moins 20 mn !**

Ecoutez le podcast pour le savoir !

ECOUTEZ





Comprendre, s'informer, changer ses habitudes, se tester, écouter, regarder, se soigner...

www.maBoucheMaSante.fr, est le site incontournable, à tout âge de la vie, pour expliquer simplement les liens entre la bouche et le reste du corps grâce à la qualité de ses informations fiables, validées et clarifiées.

Tous les contenus de ce site sont rédigés par les dentistes experts de l'Union Française pour la Santé Bucco-Dentaire (www.ufsbd.fr).

Notre ambition est de répondre à toutes les questions que vous vous posez sur votre santé bucco-dentaire et celle des vôtres.

Notre campagne de prévention « Sport et Santé Bucco-Dentaire » est soutenue par

3M | Health Care




3M Health Care est en voie de devenir Solvntum. Le nouveau nom et la nouvelle marque seront progressivement déployés à partir du 1er avril 2024 dans le respect des procédures juridiques applicables.

S'informer

Prévenir

Se soigner

Mon profil

Suivez-nous sur    

[Découvrez notre Charte RGPD pour la gestion de vos données personnelles](#)

[Désinscription](#)

[Cliquez-ici pour vous désinscrire](#)