



Article analysé
Montero J, Costa J, Bica I, Barrios R.
Caries and quality of life in portuguese adolescents: Impact of diet and behavioural risk factors. J Clin Exp Dent 2018; 10 (3): e218-e223.

Comportements alimentaires, caries et qualité de vie

Pascal De March
MCU-PH, Université de Lorraine
Responsable de rubrique

Nous voici à la fin de l'année avec en perspective ses moments festifs, ses bons repas conviviaux, ses chocolats et autres gourmandises en tous genres. Tous ces aliments doux et sucrés sont aussi particulièrement appréciés des adolescents tout au long de l'année. En plus du plaisir et du réconfort psychologique qu'ils apportent, ils participent au développement des caries dans la plupart des pays industrialisés. Les auteurs de cet article nous rapportent que les caries demeurent la principale cause de perte de dents et qu'elles sont favorisées par des facteurs comportementaux (brossages et préventions) et nutritionnels inadaptés. Ils soulignent que les comportements vis-à-vis de l'alimentation sont les plus faciles à corriger et insistent sur le rôle déterminant des

habitudes acquises dès le plus jeune âge. Au-delà du seul risque carieux, ils font l'hypothèse qu'une hygiène buccale rigoureuse et une alimentation saine favoriseraient la qualité de vie en lien avec la santé orale. L'étude qu'ils ont conduite vise donc à évaluer l'impact des facteurs alimentaires et comportementaux sur la prévalence des caries et la qualité de vie associée. 782 adolescents de 11 à 17 ans scolarisés dans la ville de Viseu, au Portugal, ont été inclus de manière randomisée. Un questionnaire a permis d'évaluer leur perception de leur santé générale, leurs habitudes de brossage et en matière de consommation alimentaire. Leurs indices de plaque dentaire et CAO (nombre de dents cariées, obturées ou absentes) ont été évalués cliniquement, de même que leur qualité de vie associée

à la santé orale (OHRQoL) par le biais d'un questionnaire reconnu de 49 items. Les résultats obtenus sur les adolescents inclus, dont près de la moitié a entre 12 et 14 ans, révèlent que 93 % d'entre eux se brossent les dents au moins une fois par jour, mais que 36 % n'utilisent pas de dentifrice fluoré. L'indice CAO moyen est de 2,32 et de la plaque dentaire est présente sur la majorité des dents évaluées pour 95 % de ces adolescents. Concernant le facteur qualité de vie, 53 % décrivent au moins un événement négatif de type altération des fonctions orales ou douleur affectant négativement leur qualité de vie. Concernant les habitudes alimentaires, il ressort de cette étude que la consommation fréquente de sucreries et/ou de fast-food est significativement associée à la présence de caries et à une altération du facteur qualité de vie.

COMMENTAIRES

Cet article nous fait comprendre l'importance des mesures préventives relatives à l'hygiène orale et aux comportements alimentaires. Les chirurgiens-dentistes ont un rôle prépondérant à jouer dans ce domaine, en particulier par des conseils en matière de technique et de fréquence de brossage, par la recommandation d'un dentifrice fluoré, pas toujours employé, et vis-à-vis des risques alimentaires, comme cela est rappelé dans le bilan de santé bucco-dentaire (BBD M'Tdents) édité par la CPAM. Cependant, ces conseils ne doivent pas être que restrictifs, ils doivent s'intégrer dans une considération plus globale et psychosociale des comportements. Pour beaucoup, les plaisirs alimentaires, en particulier les sucreries, sont aussi une source d'apaisement et de réconfort. Nos recommandations doivent en tenir compte et encourager à la modération et au contrôle de ces prises alimentaires plutôt qu'à la restriction pouvant générer chez les adolescents un effet contradictoire immédiat ou différé par frustration lorsqu'ils auront plus d'autonomie. Ainsi, après une année éprouvante et particulièrement stressante, forte en incertitudes en tous genres, tout le monde devrait pouvoir s'accorder quelques moments de repos et de plaisir en cédant à la magie de Noël et des fêtes de fin d'année. Toutes les friandises y seront autorisées, mais sans oublier un brossage adapté avec un dentifrice fluoré, juste avant de reprendre de bonnes résolutions alimentaires pour l'année 2019. Bonnes fêtes de fin d'année!

