



SPORTS DENTISTRY

Guide pratique
pour les dentistes
et les médecins
du sport

La dentisterie du sport est la branche de la médecine du sport qui traite de prévention et du traitement des lésions et des pathologies bucco-dentaires liées à la pratique d'un sport et à l'exercice physique. Certaines pathologies dentaires, telles que les lésions cervicales non carieuses, les caries, ou les parafonctions par exemple, peuvent résulter d'un entraînement intensif, d'une alimentation défavorable, ou d'un manque de sensibilisation à l'hygiène bucco-dentaire.

Les nageurs sont particulièrement exposés au risque d'érosion dentaire en raison du faible pH de l'eau chlorée des piscines.

Les boissons et aliments énergétiques peuvent également provoquer des lésions dentaires en raison de leur teneur élevée en sucres libres et en ingrédients acides.

En outre, les athlètes amateurs et les sportifs de haut niveau sont exposés à un risque plus élevé de lésions buccales, faute d'avoir reçu conseils et recommandations en matière de

protection bucco-dentaire adaptée. Enfin, il est nécessaire de sensibiliser davantage aux risques de dopage indirect liés à certaines prescriptions dentaires, telles que les médicaments contenant des opioïdes. En effet, certains médicaments largement prescrits en dentisterie peuvent être transformés dans l'organisme en substances interdites par les autorités antidopage.

La santé bucco-dentaire et la santé générale sont étroitement liées.

La bouche est souvent considérée comme un miroir du corps : une bouche saine contribue au fonctionnement harmonieux et sans entrave du corps. À l'inverse, un mauvais état de santé bucco-dentaire peut affecter les performances sportives.

La collaboration entre les dentistes et les médecins du sport est essentielle pour la prise en charge de la santé d'un athlète afin de favoriser une performance optimale. Ce guide pratique constitue un guide de référence pour les dentistes et les médecins du sport.

LE SYSTÈME STOMATOGNATIQUE



Les facteurs bactériens ont une incidence sur les points 1,2 et 3, et les facteurs fonctionnels sur les points 3,4,5,6,7. Les conséquences sont un risque accru de blessure et une diminution des performances.

Quels sont les impacts du sport sur la santé bucco-dentaire?

Caries, maladies parodontales, érosion et abrasion

- Le régime alimentaire d'un athlète est une source d'énergie permanente et nécessaire. Chaque apport en nourriture/boisson énergétique entraîne une baisse du niveau de pH dans la cavité buccale, ce qui est l'une des principales causes de caries et constitue également un facteur de risque de maladie parodontale et d'érosion.
- Le niveau de stress lié à la pratique du sport (objectifs de performance, compétition) est un facteur de risque supplémentaire pour les caries, les maladies parodontales, l'érosion, l'abrasion et le bruxisme.
- La faible valeur du pH de l'eau chlorée des piscines peut être la cause d'érosions dentaires. Les athlètes doivent se rincer la bouche avec de l'eau après l'entraînement.

La FDI recommande que les dentistes et les médecins renforcent les messages sur l'importance des pratiques d'hygiène bucco-dentaire quotidiennes, en mettant l'accent sur la prévention, dès que leurs patients démarrent une activité sportive .

Xérostomie

- La xérostomie est principalement causée par la déshydratation, le stress, la transpiration et la respiration buccale.

La FDI recommande aux sportifs de boire ou de se rincer la bouche avec de l'eau, à petites gorgées, avant, pendant et/ou après la pratique d'un sport, et ainsi assurer une bonne hydratation.

Traumatologie

- Les contacts physiques et les chocs sont très fréquents dans la pratique sportive et peuvent entraîner des lésions dentaires, osseuses, des tissus mous et de l'ATM.

La FDI recommande le port d'un protège-dents sur mesure lors de la pratique de sports de contact ou de combat. Pour certains sports, le port du protège-dents est obligatoire (par exemple, la boxe, le taekwondo, le hockey sur glace et le football américain). Pour d'autres sports, leur utilisation est fortement recommandée (par exemple les arts martiaux, le handball, le water-polo et la lutte). Pour les enfants et les adolescents en période de croissance, on pourra utiliser un protège-dents du commerce, semi-adaptable. Il devra, avant utilisation, être adapté par le dentiste pour assurer une meilleure protection.



Quels sont les impacts de la santé bucco-dentaire sur les performances sportives?

Facteurs microbiens

- La sphère bucco-dentaire peut provoquer et entretenir des inflammations et des infections à distance (affections cardiovasculaires, musculo-squelettiques, etc.) par la diffusion de toxines bactériennes dans la circulation sanguine.

La FDI recommande d'élaborer pour chaque patient sportif, un programme de prévention bucco-dentaire adapté à son risque individuel, carieux et parodontal, et si nécessaire, de mettre en œuvre un plan de traitement dentaire global personnalisé.

Facteurs fonctionnels

- Les désordres occlusaux et les troubles temporo mandibulaires ont un impact sur la posture et la démarche. Ils peuvent affecter la performance, augmenter le risque de blessure et retarder la guérison.

La FDI recommande de veiller au bon fonctionnement du système stomatognathique en remplaçant les dents absentes, en rétablissant une occlusion fonctionnelle et en envisageant éventuellement un traitement orthodontique.



Facteurs psychologiques: la motivation à faire du sport

Une bonne santé bucco-dentaire améliore la confiance en soi, la qualité de vie et le bien-être, qui sont tous nécessaires à de bonnes performances sportives.

Prescriptions médicales

- Certains médicaments largement prescrits en dentisterie peuvent être transformés dans l'organisme en substances interdites. Par exemple, les médicaments contenant de la codéine ne sont pas interdits par l'Agence mondiale antidopage (AMA). Toutefois, lorsqu'ils pénètrent dans l'organisme, ces médicaments sont transformés en morphine, qui est interdite.

La FDI recommande de vérifier que les médicaments prescrits pour les traitements dentaires soient compatibles avec l'exercice physique et les règlements antidopage.



Conseils aux dentistes et aux médecins: Prévenir, dépister et traiter

PRÉVENIR

Des conseils en matière de prévention bucco-dentaire devraient être systématiquement donnés à tous les patients sportifs. Les médecins du sport devraient également inclure la santé bucco-dentaire dans le cadre du bilan de santé général de l'athlète et veiller à ce que leur patient soit régulièrement suivi par son chirurgien-dentiste et bénéficie ainsi d'une prise en charge appropriée. Les conseils spécifiques aux athlètes devraient inclure:



➤ **Hygiène bucco-dentaire**

Se brosser les dents et les gencives au moins deux fois par jour pendant deux minutes (30 minutes après avoir mangé), en utilisant une brosse à dents souple, un dentifrice fluoré et du fil dentaire/des brossettes inter-dentaires. Rincer la bouche avec de l'eau ou mâcher des chewing-gums sans sucre après les repas et les collations lorsqu'il n'est pas possible de se brosser les dents. Le dentiste appliquera un vernis fluoré si nécessaire.

➤ **Contrôles réguliers chez le dentiste**

Au moins une fois par an pour les sportifs amateurs et deux fois par an pour les sportifs de haut niveau.

➤ **Nutrition**

Suivre un régime alimentaire sain, en limitant le grignotage d'aliments et la consommation de boissons riches en sucre et acides. Quelques précautions sont nécessaires pour diminuer les effets de l'acidité sur les dents (paille, rincer la bouche avec de l'eau,..).

➤ **Tabagisme**

Éviter de fumer ainsi que la consommation de tabac sous toutes ses formes.

➤ **Protection**

Porter un protège-dents lors de la pratique de sports de contact ou de combat. Privilégier le protège-dents sur mesure.



➤ DÉPISTER ET TRAITER

Le dépistage bucco-dentaire des athlètes doit évaluer l'état des dents (indice CAOD et érosion), du parodonte (PPD, IP, indice GI), de l'occlusion dentaire, de l'ATM, la qualité et le flux salivaire, les muscles de la face et du cou, les dents de sagesse, les habitudes alimentaires, l'état inflammatoire et les antécédents médicaux. Chaque fois que cela est indiqué, des examens complémentaires, y compris des examens radiologiques (radiographie intrabuccale, radiographie panoramique, cone beam) sont recommandés. Des mesures objectives peuvent être utilisées pour évaluer plus précisément l'état de santé bucco-dentaire d'un athlète et pour orienter les actions de suivi selon les catégories ci-dessous:

	SAIN	NÉCESSITE UN TRAITEMENT DENTAIRE	NÉCESSITE UN TRAITEMENT DENTAIRE D'URGENCE
Dépistage	Pas de pathologies ni de troubles fonctionnels	Présence d'au moins une pathologie ou un trouble fonctionnel	Présences de pathologies ou de troubles fonctionnels multiples ou sévères
Traiter	Recommander un rendez-vous de contrôle dans 6 mois (sportifs de haut niveau) ou 12 mois (amateurs)	Mise en place d'un plan de traitement et de mesures de prévention adaptés. Si nécessaire prévoir des examens complémentaires le plus rapidement possible	Traitements immédiats et mise en place de mesures de prévention

Bibliographie

- Barnett F. Prevention of sports-related dental trauma: the role of mouthguards. *Pract Proced Aesthet Dent.* 2003;15(5): 391-394.
- Bryant S, Mclaughlin K, Morgaine K, Drummond B. Elite athletes and oral health. *Int J Sports Med.* 2011;32(9): 720-724.
- Cairns AM, Watson M, Creanor SL, Foye RH. The pH and titratable acidity of a range of diluting drinks and their potential effect on dental erosion. *J Dent.* 2002;30(7-8): 313-317.
- Coombes JS. Sports drinks and dental erosion. *Am J Dent.* 2005;18(2): 101-104.
- Geurtsen W. Rapid general dental erosion by gas-chlorinated swimming pool water. Review of the literature and case report. *Am J Dent.* 2000;13(6): 291-293.

Autres références

Accédez aux références et les informations complémentaires à ce document en visitant la page du projet www.fdi.ngo/sd



En savoir plus

Accédez rapidement à la page du projet en scannant le code QR suivant en utilisant votre téléphone portable





Soutien

Cette publication a été rendue possible grâce à une subvention éducative sans restriction de

SUNSTAR

Reconnaissance

Contenu développé par le groupe de travail de la Dentisterie du Sport (S. Dartevelle, S. Cantamessa, J. Dartevelle, T. Stamos).

Traduction

Traduit de l'Anglais par



En savoir plus

Accédez rapidement à la page du projet en scannant le code QR suivant en utilisant votre téléphone portable



Avenue Louis-Casaï 51 • 1216 Geneva • Switzerland
T +41 22 560 81 50 • info@fdiworlddental.org • www.fdiworlddental.org

DESIGN Gilberto D Lontro
©2019 FDI World Dental Federation