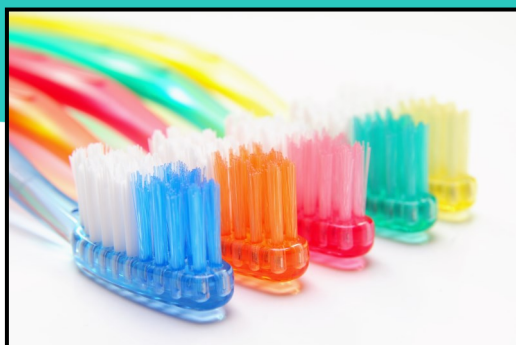


# À faire grincer des dents 2

## Nouvel aperçu de la santé et de l'hygiène buccodentaires en Abitibi-Témiscamingue



Centre intégré de  
santé et de services sociaux  
de l'Abitibi-Témiscamingue

DIRECTION DE SANTÉ PUBLIQUE

Novembre  
2018

### SOMMAIRE

Effets de la santé buccodentaire sur l'état de santé général .....	1
Perception de l'état de santé de la bouche et des dents .....	2
Fréquence du brossage des dents .....	4
Utilisation de la soie dentaire.....	6
Édentation totale.....	8
Consultation d'un professionnel en santé dentaire.....	10
En résumé.....	12
Conseils pour améliorer la santé buccodentaire .....	13

### Effets de la santé buccodentaire sur l'état de santé général

La santé buccodentaire est importante pour l'apparence, le sentiment de bien-être, l'estime de soi ainsi que l'état de santé général.

En effet, les **CARIES DENTAIRES** et les **MALADIES DES GENCIVES** peuvent :

- ◆ être une cause de douleurs et d'infections graves,
- ◆ entraîner la perte des dents et avoir un effet sur la façon de parler, la mastication et la digestion.

De plus, la recherche a montré qu'il existe un lien entre les maladies des gencives et certains problèmes de santé tels :

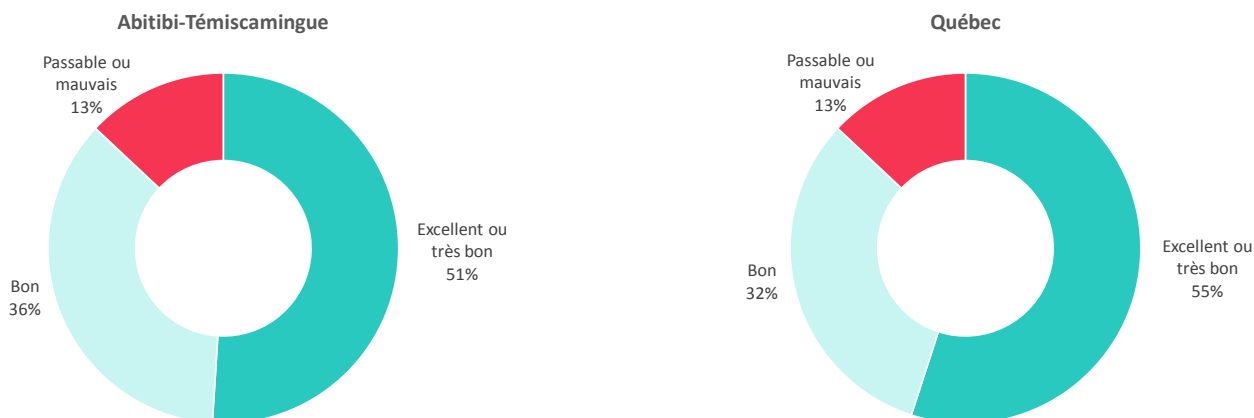
- ◆ les maladies cardiovasculaires comme les accidents vasculaires cérébraux et l'athérosclérose;
- ◆ les infections respiratoires (notamment chez les personnes âgées);
- ◆ le diabète;
- ◆ l'ostéoporose;
- ◆ les naissances prématurées;
- ◆ les naissances de petit poids.

Pour toutes ces raisons, il s'avère pertinent de s'intéresser à la santé et à l'hygiène buccodentaire de la population.

## Perception de l'état de santé de la bouche et des dents par la population de 15 ans et plus en 2014-2015

La perception de l'état de santé est considérée fiable et valide car elle reflète l'appréciation globale que fait l'individu de son état de santé, en intégrant ses connaissances et ses expériences de la santé ou de la maladie.

La moitié (51 %) de la population de l'Abitibi-Témiscamingue considère sa santé buccodentaire comme excellente ou très bonne, une proportion moins élevée que dans le reste du Québec. Par contre, la région compte relativement plus de gens percevant leur santé buccodentaire bonne (36 %). Quant à ceux estimant la santé de leur bouche et de leurs dents passable ou mauvaise, ils sont minoritaires et représentent 13 % de la population dans la région comme au Québec.



### Population ne se percevant pas en bonne santé buccodentaire

17 %



11 %

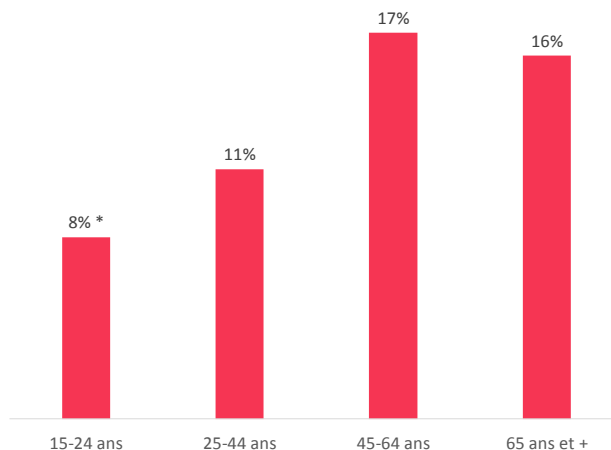


Les hommes sont plus nombreux que les femmes à considérer leur santé buccodentaire passable ou mauvaise.

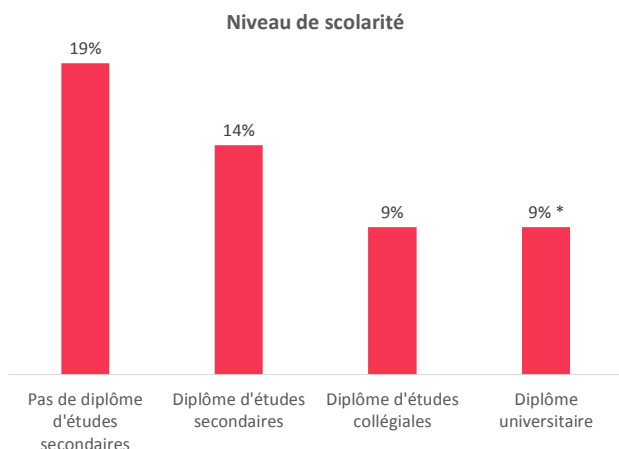
#### Selon l'âge

Avoir une mauvaise perception de son état de santé buccodentaire apparaît lié à l'âge. De fait, on retrouve relativement plus de gens ayant cette perception parmi les personnes de 45 ans ou plus, que parmi les plus jeunes (les 15 à 44 ans).

\* : Attention, estimation de qualité moyenne



### Selon certaines caractéristiques socioéconomiques



On retrouve davantage de gens ayant une perception passable ou mauvaise de leur santé dentaire parmi les personnes moins scolarisées.

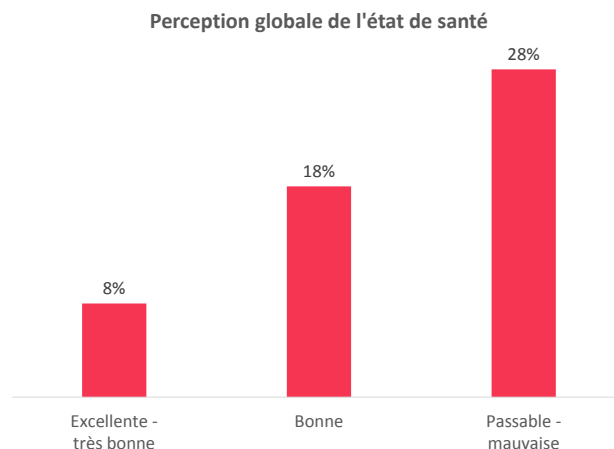
Même constat pour les personnes sans emploi (17 %), provenant de milieux moyennement favorisés ou défavorisés (15 %) ou encore issues de ménages considérés à faible revenu (19 %) qui sont toutes proportionnellement plus nombreuses à avoir une perception passable ou mauvaise de leur santé dentaire.

\* : Attention, estimation de qualité moyenne

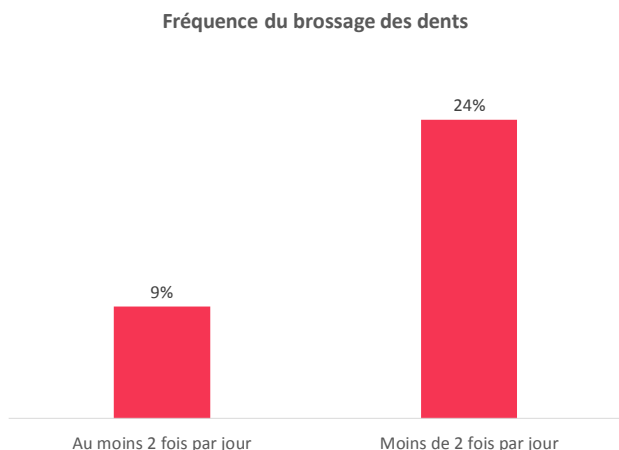
### Selon certaines caractéristiques liées à l'état de santé

La perception de la santé dentaire apparaît liée à la perception globale de l'état de santé. Ainsi, la proportion de personnes considérant leur santé dentaire passable ou mauvaise s'accroît à mesure que la perception de l'état de santé global se détériore.

On retrouve également davantage de gens ayant une perception négative de leur santé dentaire parmi les fumeurs (22 %) ainsi que les personnes présentant un niveau élevé de détresse psychologique (21 %).

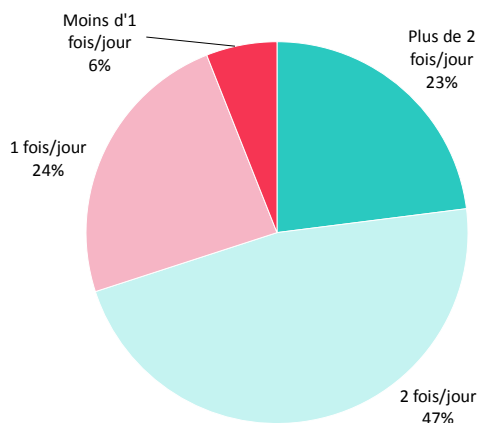


### Selon certaines habitudes d'hygiène dentaire



Les personnes considérant leur santé dentaire passable ou mauvaise sont plus nombreuses parmi celles ne suivant pas les recommandations en matière d'hygiène dentaire. Ainsi, on en dénombre davantage parmi les gens qui se brossent les dents moins de 2 fois par jour (24 % c. 9 %) ou ceux qui n'utilisent pas la soie dentaire tous les jours (16 % c. 9 %).

## Fréquence du brossage des dents chez la population de 15 ans et plus en 2014-2015

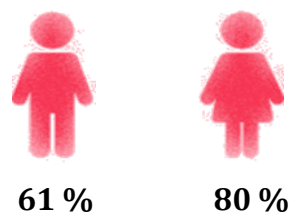


Le brossage des dents après chaque repas fait partie des recommandations visant le maintien d'une saine hygiène dentaire.

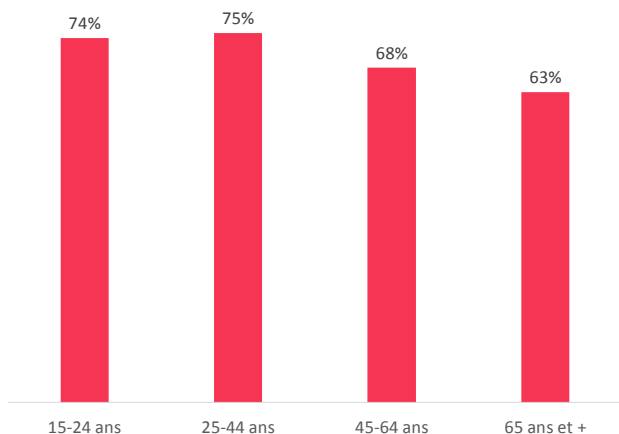
En Abitibi-Témiscamingue, plus des deux tiers (70 %) de la population a pour habitude de se brosser les dents (ou les prothèses) au moins 2 fois par jour, une proportion moins élevée que dans le reste du Québec (75 %) et qui n'a pas changé par rapport à ce qui avait été observé en 2008.

### Population se brossant les dents au moins 2 fois par jour

Dans la région comme dans le reste du Québec, les femmes sont plus nombreuses que les hommes à se brosser les dents au moins 2 fois par jour.



### Selon l'âge

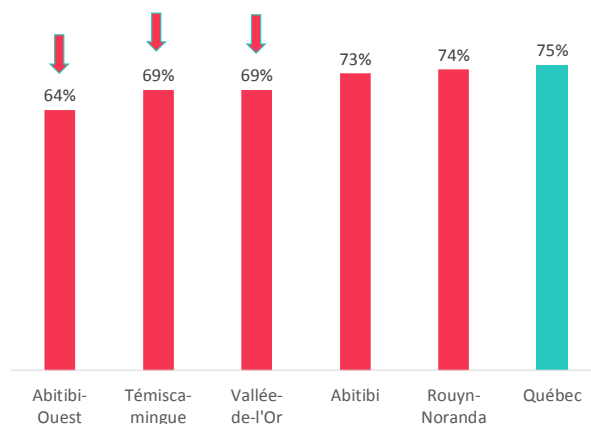


Se brosser les dents au moins 2 fois par jour est une habitude répandue chez les plus jeunes puisque cela concerne les trois quarts des moins de 45 ans. Elle diminue néanmoins à mesure que la population vieillit, passant à 68 % chez les 45 à 64 ans puis à 63 % chez les 65 ans et plus.

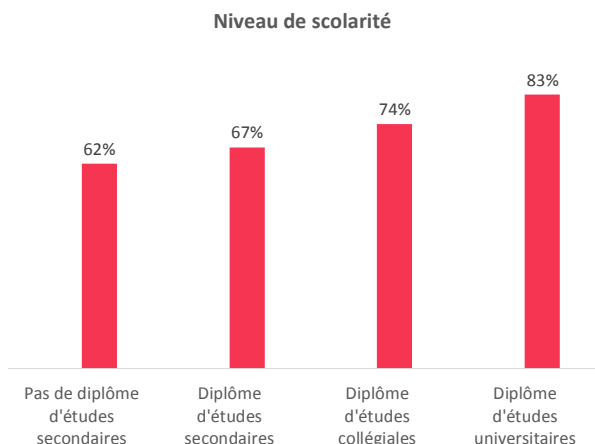
### Selon les MRC

Dans la région, le brossage des dents au moins 2 fois par jour se révèle moins répandu qu'au Québec dans 3 MRC: Vallée-de-l'Or, Témiscamingue et Abitibi-Ouest. Dans la MRC Abitibi et à Rouyn-Noranda, la situation se compare au Québec.

La flèche ↓ indique que le pourcentage est significativement inférieur sur le plan statistique à celui du reste du Québec.



### Selon certaines caractéristiques socioéconomiques



Le pourcentage de Témiscabitiens se brossant les dents au moins 2 fois par jour augmente à mesure que leur niveau de scolarité s'accroît, passant ainsi de 62 % chez les personnes ne détenant pas de diplôme d'études secondaires à 83 % pour celles ayant un diplôme d'études universitaires.

La proportion de gens se brossant les dents au moins 2 fois par jour se révèle aussi plus élevée chez les personnes :

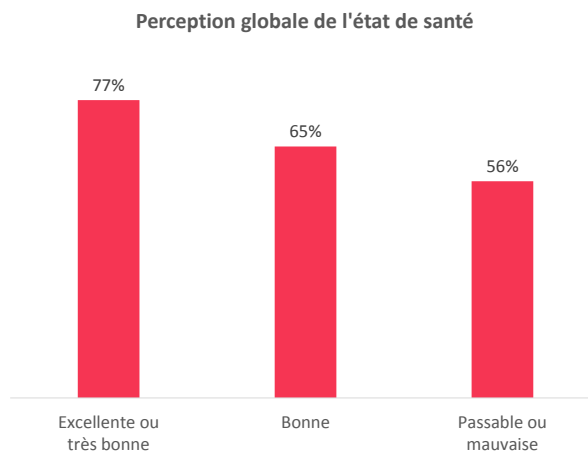
- ◆ Ayant un emploi;
- ◆ Issues d'un milieu favorisé sur les plans matériel et social;
- ◆ Vivant avec des enfants.

### Selon certaines caractéristiques liées à l'état de santé

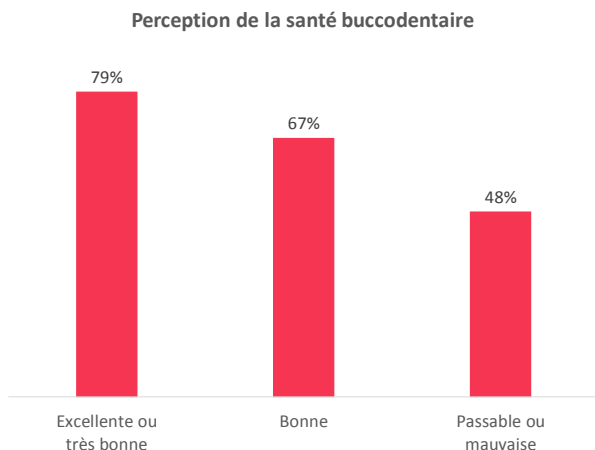
Plus les gens se perçoivent en bonne santé et plus ils sont nombreux à se brosser les dents au moins 2 fois par jour.

La proportion de personnes se brossant les dents au moins 2 fois par jour est également supérieure chez :

- ◆ Les non-fumeurs;
- ◆ Les personnes n'ayant pas un niveau élevé de détresse psychologique.



### Selon certaines caractéristiques liées à la santé dentaire

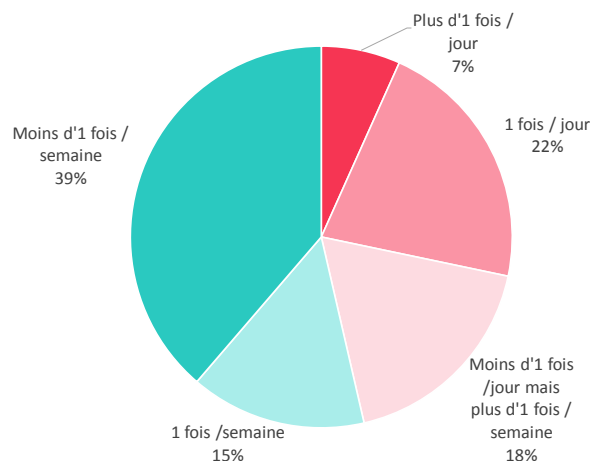


Plus les gens ont une perception positive de leur santé buccodentaire et plus ils sont nombreux à se brosser les dents au moins 2 fois par jour.

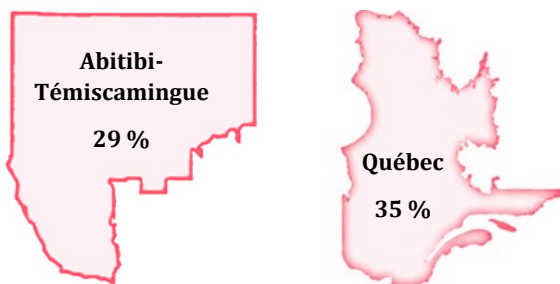
Les personnes utilisant la soie dentaire quotidiennement sont également plus nombreuses à se brosser les dents au moins 2 fois par jour.

## Usage de la soie dentaire par la population de 15 ans et plus en 2014-2015

Bien qu'il soit recommandé d'utiliser la soie dentaire une fois par jour afin de déloger la plaque dentaire et les débris entre les dents et réduire les risques de maladies buccodentaires, l'habitude n'est pas encore très répandue en Abitibi-Témiscamingue. De fait, plus de la moitié (54 %) de la population de la région utilise de la soie dentaire seulement une fois par semaine ou moins, donc peu souvent et irrégulièrement.



### Population utilisant tous les jours de la soie dentaire



22 %



37 %

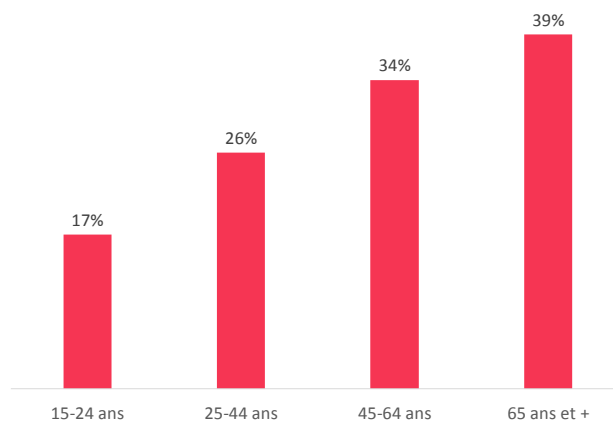
Dans la région, seule une petite fraction de la population (29 %) fait usage quotidiennement de soie dentaire, une proportion qui demeure inchangée par rapport à 2008.

L'usage quotidien de la soie dentaire est moins répandu en Abitibi-Témiscamingue qu'au Québec où plus du tiers de la population l'utilise tous les jours.

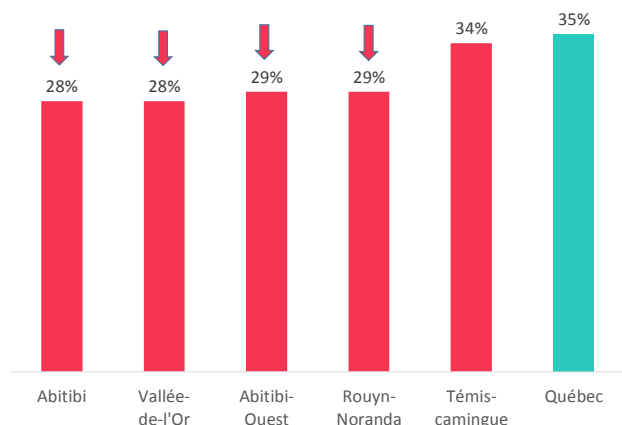
Un écart important existe entre les hommes et les femmes, ces dernières étant nettement plus nombreuses à utiliser de la soie dentaire au quotidien.

### Selon l'âge

Plus la population vieillit et plus elle utilise la soie dentaire sur une base quotidienne. Alors que c'est le cas d'environ 1 personne sur 6 chez les 15 à 24 ans, le pourcentage grimpe progressivement pour atteindre près de 40 % chez les 65 ans et plus.



### Selon les MRC



L'usage quotidien de la soie dentaire est moins répandu qu'au Québec dans 4 des 5 MRC de la région. Celle de Témiscamingue fait toutefois exception avec une utilisation tout à fait comparable au reste du Québec.

La flèche ↓ indique que le pourcentage est significativement inférieur sur le plan statistique à celui du reste du Québec.

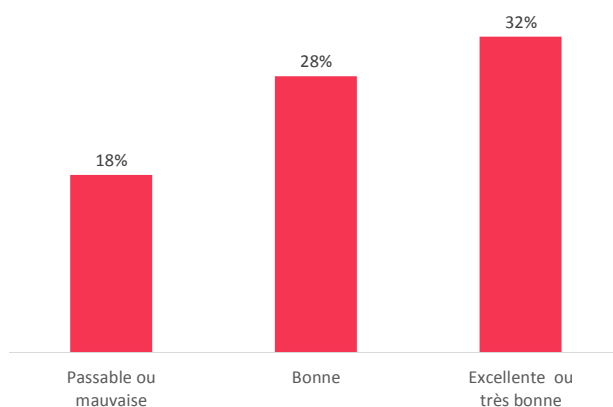
### Selon certaines caractéristiques liées à l'état de santé général et à la santé buccodentaire

La proportion de personnes utilisant tous les jours de la soie dentaire se révèle supérieure chez les gens ayant une perception excellente ou très bonne de leur santé en général (32 % contre 24 % ou 28 % pour les autres catégories). Elle ne varie toutefois pas en fonction du niveau de scolarité des personnes, de leur revenu ou encore de la composition du ménage auxquels ils appartiennent.

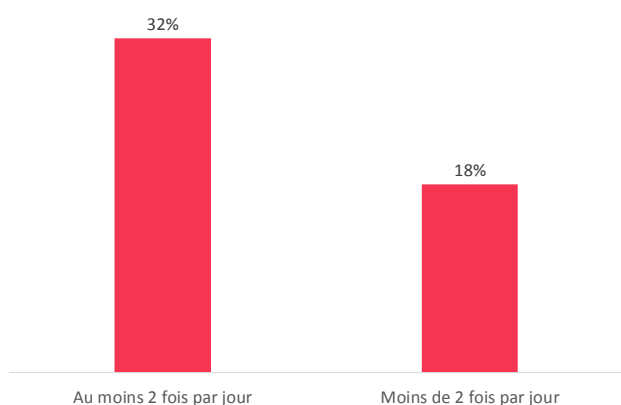
L'usage quotidien de la soie dentaire apparaît lié à la perception que les gens ont de leur santé buccodentaire en général. De fait, le pourcentage augmente à mesure que la perception s'améliore, passant de 18 % à 32 %.

La proportion de personnes utilisant tous les jours de la soie dentaire s'avère aussi plus élevée chez les gens se brossant les dents au moins 2 fois par jour (32 % c. 18 %) de même que chez les non-fumeurs (30 % c. 24 %).

Perception de la santé buccodentaire



Fréquence du brossage des dents



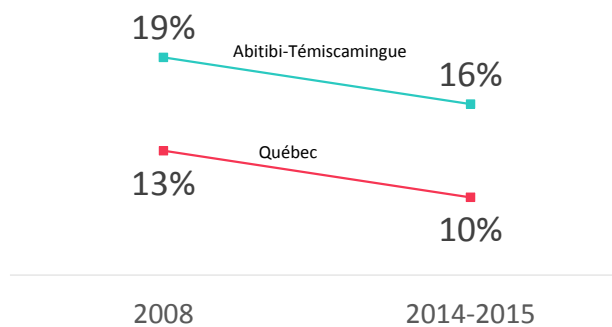
## Édentation totale chez la population de 15 ans et plus

Le fait de ne plus avoir aucune dent naturelle peut entraîner des problèmes de mastication, d'élocution, de nutrition, d'esthétique et d'estime de soi. Cela représente également un fardeau financier pour les personnes édentées puisque la plupart porte des prothèses dentaires pour compenser les dents absentes.

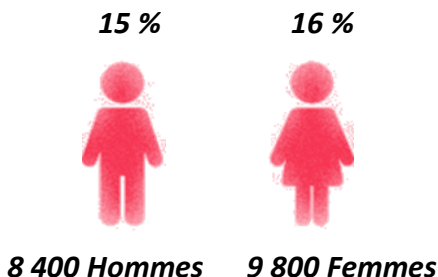
### Évolution dans le temps

Si l'absence de dents était relativement répandue au Québec il y a quelques décennies, et ce, pour plusieurs raisons (difficultés d'avoir accès à un dentiste, traitements moins performants, extractions plus fréquentes, etc.) cela s'avère beaucoup moins courant aujourd'hui.

Sur ce plan, la situation s'est améliorée dans la région puisqu'environ 16 % de la population témiscabiti-bienne n'a plus aucune dent naturelle en 2014-2015, un pourcentage moindre qu'en 2008 où c'était presque le cas d'une personne sur 5.



### La situation en 2014-2015

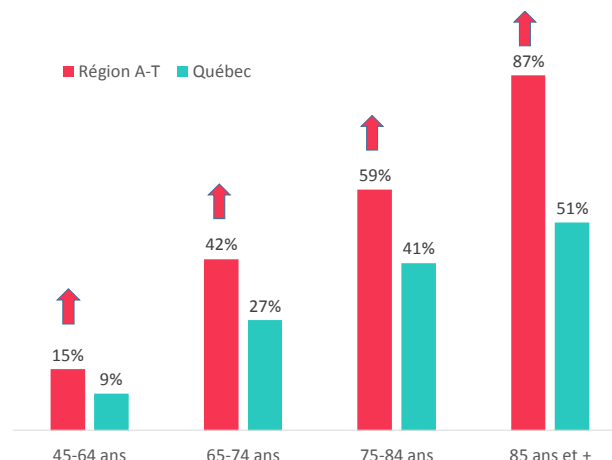


Le pourcentage d'hommes et de femmes n'ayant plus aucune dent naturelle est sensiblement le même (pas de différence statistique significative) en Abitibi-Témiscamingue. Cependant, en termes de nombre, on compte davantage de femmes.

### Selon l'âge

Avant 45 ans, le pourcentage de personnes complètement édentées est infime (moins de 1 %). Puis, il augmente progressivement à mesure que la population vieillit. De fait, il s'établit à 15 % chez les 45 à 64 ans puis s'accroît graduellement et atteint 87 % chez les gens âgés de 85 ans ou plus, soit la plupart de ceux-ci.

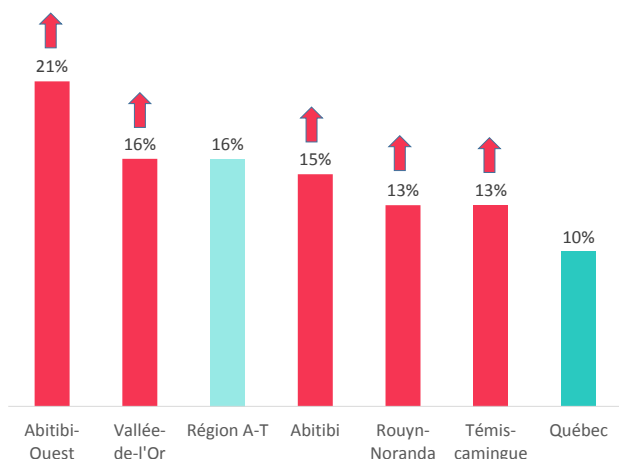
Comparée au Québec, la région présente des taux d'édentation nettement plus élevés pour tous les groupes d'âge.



La flèche ↑ indique que le pourcentage est significativement supérieur sur le plan statistique à celui du reste du Québec.



### Selon les MRC



La flèche ↑ indique que le pourcentage d'une MRC est significativement supérieur sur le plan statistique à celui du reste du Québec.

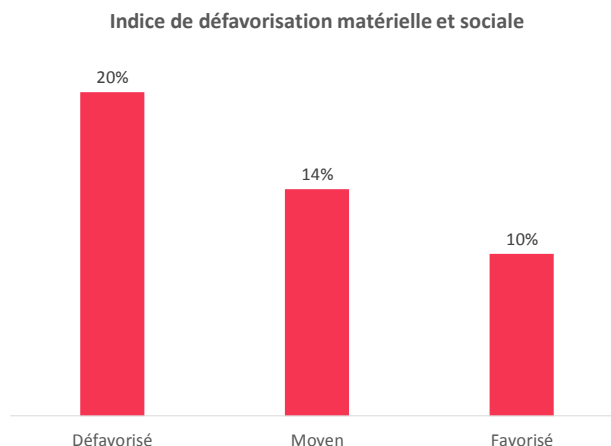
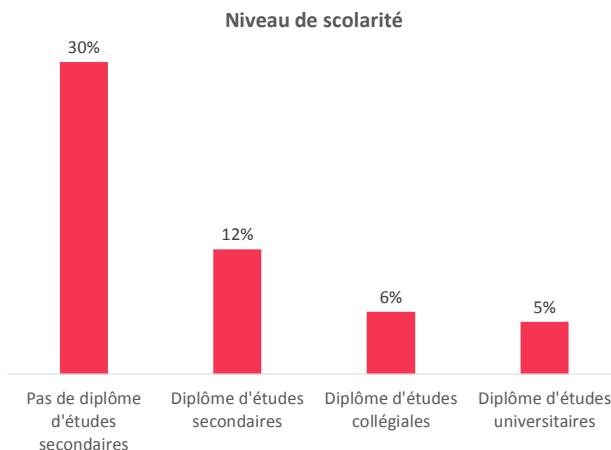
Les 5 MRC de la région affichent un taux d'édentation complète plus élevé que le reste du Québec puisque celui-ci varie entre 13 % et 21 %.

La MRC d'Abitibi-Ouest se démarque, par ailleurs, avec une proportion de personnes édentées supérieure au taux régional (16 %). À l'inverse, la MRC de Témiscamingue et le territoire de Rouyn-Noranda comptent relativement moins de personnes édentées que le reste de la région.

### Selon certaines caractéristiques socioéconomiques ou liées à l'état de santé

On retrouve davantage de gens complètement édentés parmi les personnes :

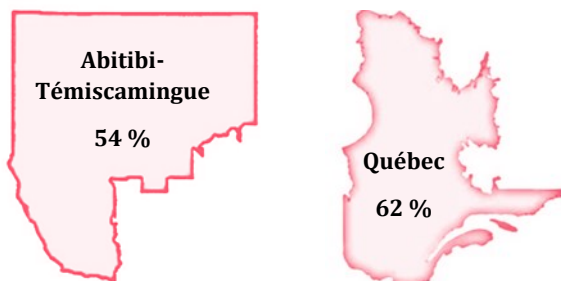
- ◆ N'ayant pas de diplôme d'études secondaires (30 %);
- ◆ Appartenant à un milieu défavorisé aussi bien sur le plan matériel que social (20 %);
- ◆ Provenant d'un ménage à faible revenu (31 %);
- ◆ Sans emploi (32 %);
- ◆ Ayant une perception passable ou mauvaise de leur état de santé en général (33 %);
- ◆ Qui fument régulièrement ou occasionnellement (21 %).



## Consultation d'un dentiste, d'un orthodontiste ou d'un hygiéniste dentaire par la population de 12 ans et plus

Prendre soin de ses dents implique d'avoir de bonnes habitudes d'hygiène dentaire mais, également, de consulter régulièrement un dentiste pour se faire examiner et se faire nettoyer les dents par un hygiéniste dentaire.

### La situation en 2013-2014

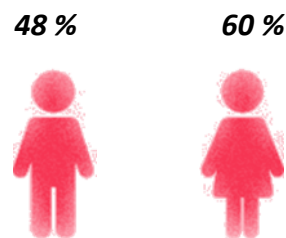


Un peu plus de la moitié de la population de la région rapporte avoir consulté un professionnel en santé dentaire au cours de la dernière année, une proportion cependant moins élevée que dans le reste du Québec.

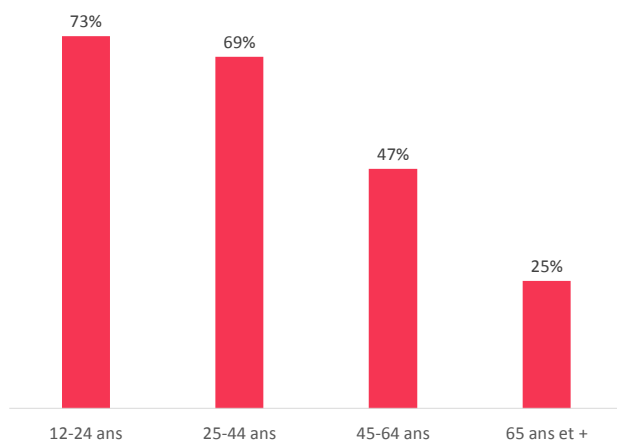
La comparaison avec des données recueillies en 2009-2010 ne révèle pas de changements significatifs quant au pourcentage de personnes ayant consulté un professionnel en santé dentaire au cours des 12 derniers mois.

### Selon le sexe

Les femmes consultent davantage que les hommes, dans la région comme dans le reste du Québec.



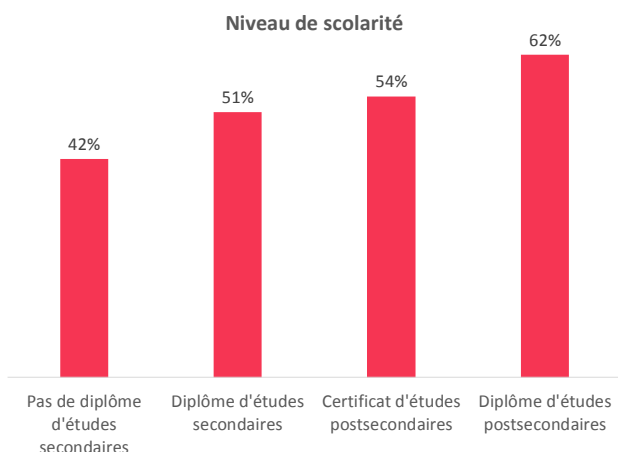
### Selon l'âge



Les jeunes consultent davantage les professionnels en santé dentaire que les personnes âgées. En effet, le pourcentage de la population qui consulte diminue de manière significative à mesure que celle-ci vieillit, particulièrement à partir de 45 ans. On passe ainsi progressivement de 73 % chez les 12 à 24 ans à seulement 25 % chez les 65 ans et plus.

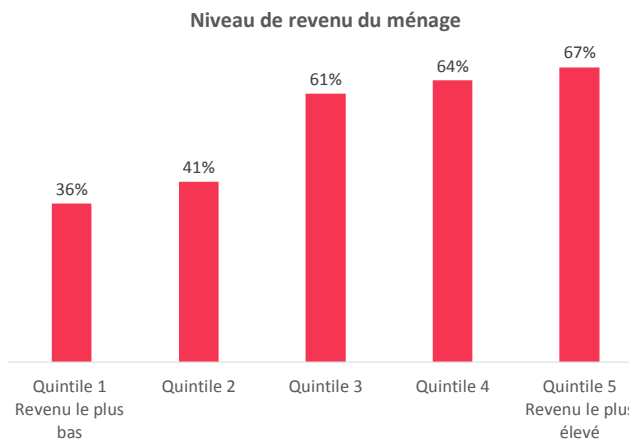
Ces résultats reflètent clairement les habitudes des diverses générations en matière de santé dentaire.

### Selon certaines caractéristiques socioéconomiques



Le fait de consulter un professionnel en santé dentaire augmente de manière significative avec le niveau de scolarité. Ainsi, les personnes ne détenant pas de diplôme d'études secondaires sont les moins nombreuses à consulter alors qu'à l'autre extrême, celles qui détiennent un diplôme d'études postsecondaires affichent le taux de consultation le plus élevé.

Plus le revenu du ménage est élevé, plus la proportion de personnes qui consultent augmente. Ce résultat se révèle tout à fait logique puisque les soins dentaires sont payants et qu'une fraction seulement de la population bénéficie d'une assurance pour le remboursement partiel ou total des soins dentaires.



## En résumé...

**SANTÉ BUCCODENTAIRE MOINS BONNE**  
en Abitibi-Témiscamingue que dans le reste du Québec :  
toutes proportions gardées, on compte

Plus de personnes  
avec une perception  
négative de leur  
santé dentaire

Moins de personnes  
ayant de bonnes  
habitudes  
d'hygiène dentaire

Plus de personnes  
âgées de 45 ans et  
plus complètement  
édentées

Moins de personnes  
consultant  
les professionnels  
en santé dentaire

PLUSIEURS GROUPES DE LA POPULATION se distinguent  
avec une santé buccodentaire moins bonne

**Hommes**

**Personnes âgées de 45 ans ou plus**

**Personnes défavorisées sur le plan socioéconomique :**

- Peu scolarisées
- Sans emploi
- Vivant dans un ménage à faible revenu
- Issues d'un milieu défavorisé sur les plans matériel et social

**Personnes avec une perception négative de leur état de santé global**

**Fumeurs**

**Personnes avec de moins bonnes habitudes d'hygiène dentaire :**

- Se brossant les dents moins de 2 fois par jour
- N'utilisant pas la soie dentaire sur une base quotidienne

## Conseils pour améliorer la santé buccodentaire

### FAVORISER DE BONNES HABITUDES D'HYGIÈNE DENTAIRE

- Se brosser les dents, avec de la pâte à dents contenant du fluor, idéalement après chaque repas ou au moins 2 fois par jour
- Ne pas se rincer la bouche après le brossage
- Chez l'enfant, commencer le brossage des dents dès l'apparition de la première dent
- Utiliser de la soie dentaire 1 fois par jour pour diminuer le risque de carie entre les dents



Les bonnes habitudes acquises tôt demeurent

### RÉDUIRE LA CONSOMMATION DE SUCRE DANS LES ALIMENTS ET LES BOISSONS

- Boire de l'eau régulièrement; l'eau est la meilleure boisson pour étancher la soif
- Boire du lait et ses substituts (lait de soya ou d'amandes)
- Éviter de boire tous les jours des boissons sucrées
- Manger des fruits frais et limiter le jus de fruits à 125 ml (1/2 tasse) par jour
- Éviter de grignoter des aliments sucrés tout au long de la journée
- Prendre des collations saines pour les dents (fruits, légumes, produits laitiers)
- Réserver les aliments collants et sucrés pour le dessert afin de pouvoir brosser les dents après la fin du repas
- Terminer le repas ou la collation par un morceau de fromage, un verre de lait, une poignée de noix ou mâcher de la gomme sans sucre au xylitol (neutralise l'acidité causée par les sucres), lorsque le brossage des dents n'est pas possible après avoir mangé

### VISITER LE DENTISTE RÉGULIÈREMENT

- La première visite chez le dentiste est recommandée dès l'âge de 1 an
- La fréquence des visites est adaptée selon les besoins, votre dentiste saura vous conseiller

Les données analysées dans ce document sont issues des sources suivantes :

- ◆ Perception de la santé buccodentaire, fréquence du brossage des dents, utilisation de la soie dentaire et édentation complète : Institut de la statistique du Québec, Enquête québécoise sur la santé de la population (EQSP), 2014-2015.
- ◆ Consultation d'un professionnel en santé dentaire : Statistique Canada, Enquête sur la santé dans les collectivités canadiennes (ESCC), 2013-2014.

Concernant les liens entre la santé dentaire et l'état de santé général, divers articles provenant des sources suivantes ont été consultés :

- ◆ Ordre des Dentistes du Québec,
- ◆ Association dentaire canadienne.

**Centre intégré de santé et de services sociaux de l'Abitibi-Témiscamingue**  
**DIRECTION DE SANTÉ PUBLIQUE**

1, 9<sup>e</sup> Rue  
Rouyn-Noranda (Québec) J9X 2A9  
Téléphone : 819 764-3264  
Télécopieur : 819 797-1947  
[www.cisss-at.gouv.qc.ca](http://www.cisss-at.gouv.qc.ca)

**Rédaction**

Sylvie Bellot, agente de planification, de programmation et de recherche

**Collaboration**

Aline Roy, dentiste-conseil

**Relecture**

Guillaume Beaulé, agent de planification, de programmation et de recherche  
Chantal Cusson, adjointe à la directrice de santé publique  
Lyse Landry, directrice de santé publique

**Traitement informatique des données**

Infocentre de santé publique du Québec

ISBN : 978-2-550-82628-6 (PDF)

**DÉPÔT LÉGAL**

Bibliothèque et Archives nationales du Québec, 2018  
Bibliothèque nationale du Canada, 2018

Afin de ne pas alourdir les textes, le masculin inclut le féminin.

Toute reproduction totale ou partielle de ce document est autorisée, à condition que la source soit mentionnée.

Ce document est également disponible en médias substitués, sur demande.

© Gouvernement du Québec

Centre intégré  
de santé et de services  
sociaux de l'Abitibi-  
Témiscamingue

Québec 