



# Votre santé et vous

À propos de Santé  
Canada

Aliments et nutrition

Maladies et affections

Médicaments et produits  
de santé

Santé de  
l'environnement et du  
milieu de travail

Santé des Premières  
nations et des Inuits

Science et recherche

Sécurité des produits de  
consommation

Système de soins de  
santé

Urgences et désastres

Vie saine

Partenaires  
gouvernementaux  
en matière de santé

::: Besoin d'un  
texte plus  
grand? →

[Accueil](#) > [Votre santé et vous](#) > [Environnement](#) > [Les fluorures et la santé humaine](#)

## Les fluorures et la santé humaine

©Sa Majesté la reine du Chef du Canada,  
représentée par le Ministre de la Santé, 2005.  
Date de publication : Novembre 2002  
Mise à jour : Septembre 2005  
No. ISBN : 0-662-70294-8  
No. cat. : H50-3/30-2005F-HTML



### Enjeu

La plupart des Canadiens sont exposés quotidiennement aux fluorures. Presque tous les aliments en contiennent des quantités infimes et on en ajoute à l'eau de consommation pour prévenir la carie dentaire.

### Contexte

Les fluorures sont des composés chimiques présents dans l'air, l'eau, le sol et presque tous les aliments. Ils sont libérés dans l'environnement sous l'effet de l'altération atmosphérique et de l'activité volcanique ou proviennent des fumées rejetées par les industries d'engrais phosphatés, d'aluminium et de produits chimiques.

### Les bienfaits des fluorures

De nombreux gouvernements et organismes de santé, dont Santé Canada, l'Association canadienne de santé publique, l'Association dentaire canadienne, l'Association médicale canadienne et l'Organisation mondiale de la santé appuient la fluoration de l'eau potable afin de prévenir la carie dentaire.

Les fluorures protègent l'émail des dents contre les acides qui causent la carie dentaire. De nombreuses études ont montré que la fluoration de l'eau potable réduit considérablement le nombre de caries dentaires chez les enfants. Environ 40 p. 100 de la population canadienne est approvisionnée en eau fluorée.

### Risques pour les enfants

Les enfants de moins de six ans qui ingèrent de grandes quantités de fluorures pendant la période de formation des dents peuvent développer une fluorose. Les taches blanches ou brunâtres qui apparaissent alors sur les dents altèrent leur apparence mais non leur fonction. Toutefois, des apports excessifs de fluorure peuvent abîmer l'émail et être la source de douleurs et de problèmes de mastication. Dès que l'enfant atteint six ou sept

ans, ses dents sont formées et il ne court alors plus aucun risque. Santé Canada a établi des exigences en matière d'étiquetage des produits dentaires (tels que le dentifrice) qui contiennent du fluorure, puisque les enfants ont généralement l'habitude d'avaler ces produits.

### **Risques pour les adultes**

Une exposition prolongée à des niveaux élevés de fluorure peut entraîner une fluorose squelettique. Cependant, ces niveaux dépassent de beaucoup ceux auxquels le Canadien moyen est exposé quotidiennement, même en tenant compte de la fluoration de l'eau potable. La fluorose squelettique est une maladie évolutive, mais non mortelle, dans laquelle les os augmentent de densité et deviennent de plus en plus fragiles. Dans les cas bénins, les symptômes peuvent inclure de la douleur et des raideurs dans les articulations; dans les cas plus graves, l'amplitude des mouvements est réduite et le risque de fractures est accru.

### **Réduire les risques**

L'eau de consommation qui satisfait aux normes de qualité n'a pas besoin de traitement additionnel. Voici toutefois certaines mesures à prendre pour limiter les apports en fluorures :

- Ne donnez jamais de bain de bouche ou de rince-bouche fluoré à des enfants de moins de six ans : ils risqueraient d'en avaler.
- Parlez avec votre dentiste avant d'utiliser du rince-bouche au fluorure.
- Santé Canada ne recommande pas l'usage de suppléments de fluorure (sous forme de gouttes ou de comprimés). Cette recommandation est conforme à celles faites par la Direction générale de la santé des Premières nations et des Inuits (DGSPNI) de Santé Canada et l'Association Canadienne de Santé Dentaire Publique (ACSDP).
- Assurez-vous que la quantité de dentifrice utilisée par vos enfants n'excède pas la taille d'un petit pois et apprenez-leur à ne pas avaler le dentifrice. Les enfants de moins de six ans devraient brosser leurs dents sous surveillance et ceux de moins de trois ans, de faire brosser les dents par un adulte, sans utiliser de dentifrice.

### **Rôle du gouvernement du Canada**

Santé Canada travaille en collaboration avec les provinces et les territoires au maintien et à l'amélioration de la qualité de l'eau potable. Ensemble, les gouvernements fédéral et provinciaux ont élaboré les Recommandations pour la qualité de l'eau potable au Canada. Ces recommandations sont réexaminées périodiquement afin de tenir compte des nouvelles données scientifiques.

Santé Canada appuie la fluoration de l'eau potable dans le but de prévenir la carie dentaire, mais la décision de fluorer l'eau ne lui appartient pas. De façon générale, les gouvernements provinciaux et territoriaux sont responsables de la salubrité de l'eau. De concert avec leurs municipalités, ils décident si l'eau doit être fluorée ou non et quelle quantité de fluorure doit être ajoutée.

Le fluorure est l'une des nombreuses substances chimiques pour lesquelles on a établi des recommandations. On a fixé à 1, 5 milligrammes par litre (mg/l), la concentration maximale acceptable de fluorure dans l'eau potable. Santé Canada croit que cette concentration permet de profiter au maximum de l'effet bénéfique du fluorure sur la santé dentaire, tout en évitant des risques inutiles. On a aussi recommandé une concentration maximale de fluorure de 0,8 à 1,0 mg/l aux collectivités qui souhaitent ajouter du fluorure dans leur eau.

Le gouvernement du Canada a créé le Bureau du dentiste en chef en octobre 2004 afin d'améliorer la santé bucco-dentaire des Canadiens et des Canadiennes et de mieux sensibiliser la population à l'importance de la prévention des maladies de la bouche.

### **Pour en savoir plus...**

Pour obtenir une copie des recommandations canadiennes sur la qualité de l'eau potable concernant le fluorure ou pour en savoir davantage sur le [programme de salubrité de l'eau potable](#) de Santé Canada, visitez le portail de Santé Canada aux adresses suivantes :

Pour des renseignements supplémentaires sur la salubrité de l'eau, [visitez le site \*Parlons d'eau\*](#).

Pour de plus amples renseignements [sur le Bureau du dentiste en chef](#).

Pour de plus amples renseignements sur [la santé bucco-dentaire](#), ou le site de  [l'Association Canadienne de Santé Dentaire Publique](#).

Vous trouverez des articles complémentaires dans le portail [Votre santé et vous](#) Vous pouvez aussi composer le 1-866-225-0709 ou le 1-800-267-1245 (sans frais) pour les malentendants.

Mise à jour : 2005-09-29



[Avis importants](#)