

Une blancheur éblouissante!

Que ce soit pour décrocher un job ou pour séduire un partenaire: il est important d'avoir les dents blanches. Et il va sans dire que les personnes qui ne satisfont pas à cet idéal de beauté sont pénalisées. Elles peuvent alors recourir à des produits de blanchiment. Mais tous ne tiennent pas leurs promesses, loin s'en faut!

Les personnes qui ont de belles dents paraissent automatiquement plus sympathiques. Car les dents s'offrent immédiatement au regard de l'autre et nous savons bien l'importance de la première impression dans les relations humaines. Les dents doivent donc être bien ordonnées dans la bouche et présenter un aspect sain. Or, santé est de plus en plus souvent assimilée à blancheur. Donc plus les dents sont blanches, plus elles semblent saines. Mais qu'entend-on exactement par «blanc»? Comme la forme, la couleur des dents est très individuelle et peut varier considérablement. La palette va du jaune pâle au brunâtre en passant par différentes nuances de gris. La blancheur des dents est depuis longtemps un idéal de beauté. Au Moyen Age déjà, les gens essayaient de se blanchir les dents. En utilisant par exemple de l'urine humaine ou animale, des acides ou différents produits chimiques. Ce qui détruisait bien souvent les dents au lieu de les blanchir. Les premiers essais avec de l'hydrogène ont été effectués en 1884, mais ce n'est qu'en 1989 que deux chercheurs ont découvert le peroxyde de carbamide, un mélange d'urée et de peroxyde d'hydrogène. Le peroxyde de carbamide permet de blanchir les dents sans attaquer l'émail dentaire.

L'émail des dents est constitué de phosphate et de calcium, sous forme de cristaux d'hydroxyapatite riches en acide carbonique. Le fluor le rend très dur et il en faut vraiment beaucoup pour qu'il s'effrite. Néanmoins, l'émail est sensible aux mauvaises techniques de brossage des dents, aux brosses trop dures, au bruxisme et aux dentifrices fortement abrasifs. A l'inverse, des études ont constaté qu'il supporte généralement bien les blanchiments chimiques. «C'est surtout la gencive qui pose problème. En particulier chez les fumeurs. On déconseille le blanchiment chimique lorsque les dents sont sensibles, les gencives irritées ou les collets dénudés», explique Martha Kuster, dr. méd. dent. à Steckborn (TG). «Il faut absolument faire contrôler l'état des dents avant de faire un blanchiment.» Chacun peut ensuite choisir la méthode de blanchiment qu'il préfère: chez soi ou chez le dentiste, avec des bandelettes à poser sur les dents, une solution que le dentiste applique au pinceau sur les dents ou une gouttière dentaire à porter pendant la nuit. Mais toutes les méthodes pour retrouver un sourire éclatant ne se valent pas.

La touche finale

Craignant d'abîmer leurs dents, nombreux sont ceux qui renoncent au blanchiment. Ils préfèrent recourir à des dentifrices qui promettent de retrouver un sourire hollywoodien en quelques semaines. Des particules abrasives (hydrate d'alumine, oxyde d'aluminium, carbonate de calcium, acide silicique et métaphosphate insoluble) éliminent les restes d'aliments et la plaque dentaire tout en polissant l'émail. Autrefois, ces dentifrices ressemblaient fortement à du papier émeri. La situation a bien changé aujourd'hui. Les nouveaux produits se transforment pendant le brossage. En deux minutes, les grosses particules abrasives se métamorphosent en agents polissants très fins. Double avantage: les grosses particules commencent par nettoyer les dents tandis que les éléments plus fins effectuent le polissage final. Tous ces dentifrices blanchissent les dents. Mais les dentistes s'en méfient: «Les dentifrices qui contiennent de grosses particules abrasives ne produisent pas de résultats satisfaisants. Ils récurent la surface des dents, mais les espaces interdentaires restent teintés», explique la dentiste Martha Kuster. «Un jeune de 20 ans qui n'a pas encore de collets dénudés peut les utiliser. Mais les personnes plus âgées devraient demander à leur dentiste quel dentifrice convient mieux à leurs dents.» Ce que ne démentent pas les fabricants de dentifrice abrasif. Ils conseillent d'ailleurs aux consommateurs de ne pas renoncer pour autant à la soie dentaire pour nettoyer les espaces interdentaires. Par ailleurs, le choix de la brosse est aussi important: lorsqu'on utilise un dentifrice abrasif, il faut utiliser une brosse avec des poils de grandeurs différentes pour pouvoir nettoyer toutes les surfaces et courbes des dents.

A noter que tous les dentifrices contiennent des produits abrasifs. Ils sont nécessaires pour éliminer la plaque dentaire dont les caries se nourrissent. En Suisse, le degré d'abrasion se mesure grâce à l'indice relatif d'abrasion de la dentine (RDA). Cette valeur indique combien de dentine le dentifrice a éliminé lors de l'analyse effectuée en laboratoire. Cette indication est cependant très approximative car tous les instituts ont leurs propres procédures de mesure. Elle permet donc de comparer deux produits de la même entreprise, mais pas deux produits concurrents. Certaines entreprises renoncent donc à fournir ces indications et préfèrent mettre l'accent sur l'efficacité réelle de leurs produits.

«Le pire, ce sont les dentifrices qui promettent de blanchir les dents tout en éliminant la plaque et le tartre», précise Martha Kuster. «Ils contiennent à coup sûr des particules abrasives très grossières. Les agents polissants plus fins sont nettement meilleurs pour les dents.» C'est d'ailleurs pourquoi ces produits ne devraient pas être utilisés plus de deux fois par semaine. En dépit de toutes ces critiques, les dentifrices abrasifs présentent un grand avantage par rapport aux produits de blanchiment: ils rendent aux dents leur blancheur naturelle et ne produisent pas un blanc artificiel, parfaitement déplacé dans la bouche.

Acides et enzymes à l'action

Il existe des substances qui permettent de remplacer ou de limiter l'usage de particules abrasives. Il s'agit de complexes qui lient les particules colorées et les décolorent. Leur action est cependant limitée: les dents ne paraissent plus claires que durant la période d'utilisation. Parmi ces complexes, on peut citer la citroxaïne que l'on trouve dans le dentifrice Rembrandt. «Ce terme artificiel ne désigne pas un principe actif mais une combinaison de trois substances: l'acide citrique (pour blanchir), l'oxyde d'aluminium (pour nettoyer) et la papaïne, enzyme de la papaye (pour éliminer les taches). C'est finalement la combinaison de ces trois principes actifs qui éclaircit les dents», peut-on lire sur [zm](#), site allemand de médecine dentaire en ligne.¹

Comblent les stries

Ce ne sont pas toujours les pigments colorants contenus dans les aliments ou la cigarette qui obscurcissent les dents. Des inégalités ou des stries à la surface des dents peuvent aussi nuire à l'éclat du sourire. Les mets sucrés ou acides favorisent leur apparition car ils détachent une partie du calcium de l'émail dentaire. Bien que ce dernier soit très dur, il se strie et semble de plus en plus mat. La salive, qui contient aussi du calcium, peut largement compenser ce phénomène naturel. A condition de consommer des quantités de sucre et d'acide que la salive peut encore «gérer». Faute de quoi, elle ne pourra plus combler toutes les stries. Pearl Drops a développé un nouveau produit à base de calcium liquide. Après deux semaines d'utilisation seulement, l'émail serait plus lisse et réfléchirait mieux la lumière. Ce qui fait croire que la surface de la dent est plus blanche qu'avant. Précisons cependant que ce produit n'enlève pas la saleté. Il faut donc se brosser les dents avec un dentifrice adapté ou consulter une hygiéniste dentaire avant d'y recourir.

Colorations quasi inévitables

Les colorations les plus fortes sont dues au thé noir. Mais avaler toutes les dix minutes une gorgée de tisane aux herbes nuit aussi à la blancheur des dents.

L'intensité de la coloration des dents et donc également la durée d'efficacité du traitement de blanchiment dépend fortement des habitudes alimentaires de chacun. Les végétariens peuvent se réjouir: croquer tous les jours dans une pomme (acide) ne permet pas seulement d'éviter le médecin mais aussi d'économiser les traitements de blanchiment.

Méthodes de blanchiment chimique

Le peroxyde d'hydrogène pénètre dans la dent. Par oxydation, il décompose les pigments de couleurs en liaisons incolores. Plus la solution est concentrée, plus elle agit vite – mais les risques sont alors aussi plus élevés.

«Power bleaching» chez le dentiste

C'est la méthode la plus efficace pour blanchir les dents. Elle convient en particulier aux personnes qui ont des dents saines et qui veulent obtenir des résultats visibles rapidement.

Principe actif: gel contenant env. 30 % de peroxyde de carbamide.

Durée d'application: 15 à 30 minutes

Nombre de séances: 3

Avant le traitement: le dentiste recouvre la gencive pour la protéger.

«Home bleaching»

Le dentiste prépare une gouttière adaptée à la dentition du client. Le soir, ce dernier peut remplir la gouttière de gel blanchissant et la placer sur ses dents. Il suffit d'utiliser un coton-tige pour enlever le peroxyde de carbamide qui peut s'écouler.

Principe actif: gel à 15 % de peroxyde de carbamide.

Durée d'application: jusqu'à 8 heures, en fonction de la concentration du produit

Nombre de séances: cinq à six nuits

Avant le traitement: procéder à un nettoyage professionnel et à un contrôle dentaire.

Bandelettes de blanchiment (bleaching OTC)

Au lieu d'utiliser une gouttière dentaire, on pose sur les dents de petites bandelettes de polyéthylène recouvertes d'un gel de peroxyde d'hydrogène. A noter que seules les parties des dents en contact avec les bandelettes s'éclaircissent.

Principe actif: 5,3 % de peroxyde d'hydrogène.

Durée d'application: deux fois 30 minutes par jour

Nombre de séances: 2 séances quotidiennes pendant 3 semaines

Effets secondaires et risques liés à l'utilisation du peroxyde d'hydrogène:

1. La combinaison de peroxyde d'hydrogène et de nicotine agresse les gencives. Les personnes qui fument beaucoup ou qui souffrent de problèmes gingivaux devraient consulter leur dentiste avant d'entreprendre un tel traitement. Cette remarque vaut aussi pour les bandelettes de blanchiment.
2. Après un traitement de blanchiment, les dents sont souvent sensibles au froid et à la chaleur.
3. Le blanchiment ne modifie pas la couleur des couronnes et des plombages. Après le traitement, leur couleur ne correspond donc plus à celle des dents.

4. Ne pas consommer d'aliments colorants, comme des betteraves rouges, du thé noir, du cola ou du vin rouge, dans les 24 heures qui suivent le traitement.
5. Après un blanchiment, utiliser des fluorures pour rendre aux dents les minéraux qui leur font défaut et pour durcir l'émail.

Informations complémentaires sur:

www.sos.ch

www.sso.ch

www.gaba.ch

Sabine Humi /trad: cs

¹ Source: http://www.zm-online.de/m5a.htm?zm/10_06/pages2/titel1.htm