

Enquête

Blanchiment des dents, trop de produits nocifs ou inutiles

La mode des dents blanches pousse de nombreuses personnes à acheter des produits en ligne au lieu d'aller chez le dentiste. Une bien mauvaise idée !



iStock

« Un sourire de star en moins de 9 jours », « Dents blanches en 16 minutes »... Les promesses des produits de blanchiment sont incroyables d'audace ! Mais ce marketing cache nombre de dangers, voire d'arnaques. Or il est facile de se procurer en ligne un produit contenant des doses de peroxyde d'hydrogène ou de carbamide (les deux substances utilisées pour éclaircir les dents) bien au-dessus des normes légales. La Répression des fraudes affirme avoir effectué un grand ménage dans ce secteur particulièrement florissant.

La législation est claire : les produits dentaires dont la concentration en peroxyde d'hydrogène est supérieure à 6 % sont [interdits dans l'Union européenne](#). Et seuls les chirurgiens-dentistes peuvent appliquer des produits contenant de 0,1 à 6 % de peroxyde d'hydrogène ou de 0,3 à 16 % de peroxyde de carbamide (qui devient du peroxyde d'hydrogène à l'air, perdant en concentration).

Tous les produits vendus directement aux consommateurs (y compris les produits de rinçage buccal, les dentifrices, etc.) via Internet, en pharmacie ou appliqués dans un bar à sourire doivent rester sous la barre des 0,1 % (et 0,3 % pour le carbamide). Pourquoi ? Parce qu'ils ne sont pas sans danger.

À LIRE AUSSI >>> [Centres dentaires, pourquoi certains dérapent](#)

À utiliser avec parcimonie, dans un cadre médicalisé

Premier problème, heureusement réversible : l'hypersensibilité dentaire, dont souffrent certains patients durant la pose. « *Le peroxyde d'hydrogène agit plus vite mais induit plus de sensibilité* », précise le Dr Éric Bonnet, chirurgien-dentiste, qui pratique et enseigne les techniques d'éclaircissement depuis plus de trente ans.

Deuxième problème : le risque d'aggraver une pathologie existante non diagnostiquée. « *Sur une dent cariée, le peroxyde d'hydrogène, même à faible concentration, va pénétrer très profondément et provoquer une mortification, c'est-à-dire une perte de la vitalité. Si vous avez par ailleurs une inflammation de la gencive, il va l'augmenter* », précise le Dr Christophe Lequart, porte-parole grand public de l'Union française pour la santé bucco-dentaire (UFSBD).

Un risque pour l'émail

Avant d'effectuer un blanchiment à la maison ou en cabinet, il est donc indispensable de faire vérifier l'état de ses dents par un dentiste, et surtout pas dans un bar à sourire, dont les employés n'appartiennent pas à la profession médicale.

Enfin, troisième problème : ces produits de blanchiment, même à concentration autorisée, ne doivent pas être utilisés en routine. « *Une trop grande fréquence d'utilisation présente le risque d'abîmer l'émail* », alerte le Dr Lequart. Lorsque le produit est faiblement concentré (0,1 % au maximum), on peut le faire au maximum deux fois par an.

12 produits de blanchiment à la loupe

Bain de bouche, mousse, gel, poudre de charbon, lampe à lumière bleue, etc. Nous avons demandé l'avis d'Éric Bonnet, chirurgien-dentiste, spécialiste des techniques d'éclaircissement. Sur 12 systèmes et produits destinés à blanchir les dents, les deux tiers sont à éviter et aucune étude scientifique n'a validé l'efficacité des 4 autres.

Retrouvez notre étude et ses conclusions dans le hors-série [Spécial dents : prévenir et soigner](#). Un magazine mordant, qui lève le voile sur les produits efficaces ou nocifs, les gadgets de soin bucco-dentaire... Pénétrez dans l'univers douteux des centres dentaires, notez ce qui est pris en charge par le 100 % santé, et repérez les mutuelles les plus adaptées à votre cas.



Des éclaircissements rapides problématiques

À la maison, dans un bar à sourire ou en cabinet le processus est le même : injecter dans une gouttière le produit blanchissant et laisser agir. Ceux des dentistes, dosés à plus de 0,1 %, permettent un blanchiment au bout de deux à trois semaines de port quotidien à raison de 3 heures à une nuit, selon la concentration.

« Plus l'éclaircissement se fait sur la durée et plus il est doux et pérenne, précise le Dr Martine Zisserman, chirurgien-dentiste spécialiste de l'esthétique du sourire. Mais attention aux promesses d'éclaircissement en quelques minutes de certains bars à sourire. Ils appliquent en réalité de l'acide phosphorique, le produit que nous utilisons pour coller les composites en cabinet. » En le laissant 40 secondes au lieu de 20, la dent devient blanc opaque pour quelques heures ou quelques jours seulement...

Des gadgets marketing à l'efficacité infondée

L'ajustement de la gouttière dans laquelle le produit est placé est aussi crucial. « Un débordement du gel sur les gencives peut être très douloureux, un peu comme une brûlure », alerte Marianick Lambert, présidente de France Assos Santé, qui publie sur son site [des conseils au grand public](#). Le Dr Zisserman a pu constater les dégâts sur l'une de ses patientes dont la gencive s'est rétractée après un blanchiment maison... Les gouttières thermoformées sur mesure, réalisées par les dentistes, apportent une sécurité supérieure aux gouttières vendues dans le commerce.

Sur Internet, nombre de produits sont associés à une lampe led. « Il y a eu un consensus européen sur le sujet, qui a conclu à l'inutilité totale de ces lampes dans le cadre du blanchiment », explique le Dr Éric Bonnet. Il s'agit d'un artifice marketing. » Pourquoi peut-on avoir l'impression que cela fonctionne ? Tout simplement parce qu'une dent que l'on sèche (avec une lumière par exemple) prend une teinte plus claire en se déshydratant. Elle retrouvera sa couleur initiale très vite avec la salive.

À LIRE AUSSI >>> [Dentifrices sans fluor : bonne ou mauvaise idée ?](#)

Une dentition lumineuse n'est pas plus blanche

Deuxième astuce des vendeurs de sourire : un gel bleuté fourni avec les kits blancheur, qui réfléchit la lumière. « Votre dentition n'est pas plus blanche mais transitoirement lumineuse. Il ne faut espérer aucun effet durable », prévient le Dr Bonnet. Ce type de « solution » fait partie des produits vantés comme « sans peroxyde ». « Mais aucun autre produit que le peroxyde (d'hydrogène ou de carbamide) n'a la propriété d'éclaircir les dents sur la durée. » De pures allégations, donc...

Côté coût, en cabinet, « comptez entre 500 et 1 200 €, selon la notoriété et la localisation du chirurgien-dentiste », précise le Dr Lequart. Les produits (douteux) vendus sur le Net vous reviendront à quelques dizaines d'euros et vous devrez déboursier de 50 à plus de 500 € dans les bars à sourire.

Les matériaux des prothèses ne vont pas blanchir

Au-delà des risques médicaux inhérents à un blanchiment sans le conseil d'un dentiste, le résultat est de toute façon décevant. En effet, les produits blanchissants ne modifient en rien la couleur des couronnes, des composites, etc. On risque donc d'obtenir, par exemple, deux incisives bien blanches à côté d'une couronne sur canine qui restera beige.

Par ailleurs, les colorations internes aux dents (dues à la prise d'antibiotiques de la classe des tétracyclines par exemple) ne pourront pas être éliminées par le blanchiment. Le Dr Bonnet explique toujours à ses patients que les dents se situent toutes naturellement dans des nuances de jaunes, et qu'il effectue un éclaircissement et non un blanchiment.

Il n'existe pas de standard uniforme de teintes

De plus, le collet (zone située près de la gencive) est toujours un peu plus foncé que le reste de la dent. Autant dire que « les promesses de gagner 5, 10 ou 40 teintes ne veulent rien dire ! Chaque fabricant a son teintier, avec de grands écarts », prévient le Dr Lequart.

Gagner une ou deux teintes semble raisonnable mais « *tout dépend de la qualité de l'émail et de l'âge du patient, car les dents jaunissent en vieillissant [NDLR : l'émail s'affine et la dentine apparaît]* », souligne le Dr Zisserman. En cabinet, un teintier (de la marque Vita) fait cependant référence et les professionnels doivent parfois ramener leurs patients à la raison : « *Plus blanc que blanc, c'est couleur lavabo et cette couleur n'existe pas dans la nature...* »

Raison et prudence doivent donc être de mise pour sourire plus blanc, plutôt que rire jaune après un soin mal appliqué ou inadapté !