

## PODCAST 164

Date d'envoi : jeudi 33 à 5 :00

Titre : Conseiller des dentifrices BIO

Pour écouter

**LE PODCAST**

« Conseiller des dentifrices BIO »

C'est ici

Les personnes qui réussissent ne sont pas celles qui n'ont jamais eu de problèmes, ce sont celles qui ont su se relever de situations difficiles.

Docteur, relève-toi et souviens-toi pourquoi tu as choisi ce beau métier !

Bienvenue dans le cent soixante quatrième audio du défi des 365 jours, que je t'offre avec le soutien de NatureBio Dental, le mouvement qui unit les chirurgiens-dentistes, les médecins et praticiens de santé ainsi que des patients motivés pour remettre la santé bucco-dentaire au cœur de la santé.

Le but : Réussir ta vie de chirurgien-dentiste.

Aujourd'hui je voudrais te parler des dentifrices bio. C'est un marché en pleine expansion qui grignote année après année des parts de marché pour une raison toute simple : satisfaire la demande des clients.

Pour remplir de cahier des charges des différents organismes contrôlant, les dentifrices bio doivent contenir au moins 95 % d'ingrédients d'origine naturelle et au moins 10 % d'ingrédients d'origine biologique. Il est donc important de bien lire les étiquettes.

Toutes les grandes marques s'y mettent Carrefour, Signal, Vademecum, GUM, mais vous vous rendrez compte qu'ils sont juste à la limite des % demandés pour être labélisés ! De plus, ils contiennent du Lauryl Sulfate, l'agent moussant, ou du dioxyde de titane, qui sont très controversés.

Par contre, certaines marques, issus d'entreprises à taille humaine, qui mettent la priorité sur l'éthique, comme Weleda, Dentavie, Natessance et d'autres petites marques que l'on retrouve dans les magasins biologiques ont jusqu'à 99 % d'ingrédients d'origine naturelles et montent jusqu'à 22 % en bio. Le Tube Tropical Mélodie arrive même à 42% en bio. La majorité de ces dentifrices sont sans fluor, certains offrent les 2 versions, avec ou sans fluor.

Le dioxyde de titane est utilisé comme agent blanchisseur et contient des nanoparticules qui pénètrent dans l'organisme et sont largement soupçonnés d'effet cancérigène. Il

affaiblirait également le système immunitaire. C'est un perturbateur endocrinien dont il faut bien protéger les enfants et les femmes enceintes. On trouve aussi dans les dentifrices du triclosan, lui aussi perturbateur endocrinien, c'est un puissant antibactérien qui favoriserait le développement d'antibiorésistance. Les parabènes sont des conservateurs qui sont aussi des perturbateurs endocriniens et le lauryl sulfate, dont j'ai parlé précédemment, a été mis en cause dans les aphtes à répétition et serait potentiellement cancérigène.

Dans les dentifrices bio, on trouvera souvent du carbonate de calcium d'origine minérale, c'est un abrasif doux. Les tensio-actifs sont souvent issus de l'huile d'olive et de l'huile de noix de coco afin de respecter les muqueuses. L'Aloe Véra est souvent choisi pour son apport en minéraux, en vitamines et en nutriments. En bio, les fabricants recherchent des propriétés antioxydantes, naturelles qui permettent l'élimination des radicaux libres et des toxines présents dans les poches parodontales. Ils recherchent des plantes avec des vertus régénérantes, apaisantes et hydratantes.

On retrouve également dans ces dentifrices du xylitol pour remplacer le fluor, c'est un sucre non fermentescible, qui affaiblit le métabolisme des bactéries. Il facilite également la salivation en augmentant le PH salivaire. On y retrouve des arômes naturels, parfois un peu de stévia, plante sucrée, pour adoucir l'amertume de tous les autres composants. Et bien sûr on n'y retrouve aucun colorant ! La texture et la consistance en bouche est parfois surprenante car non habituelle, mais on s'habitue très vite à ce qui nous fait du bien.

Et penses-tu qu'un patient qui se brosse avec un dentifrice bio aimerait aussi se faire soigner par un dentiste bio ? Je te suggère d'aller te balader sur [le site de NatureBio Dental](#), et découvrir tout ce que la dentisterie globale et naturelle pourrait apporter à tes patients et également à toi-même.

Je te souhaite une belle journée et je te dis à demain naturellement !