

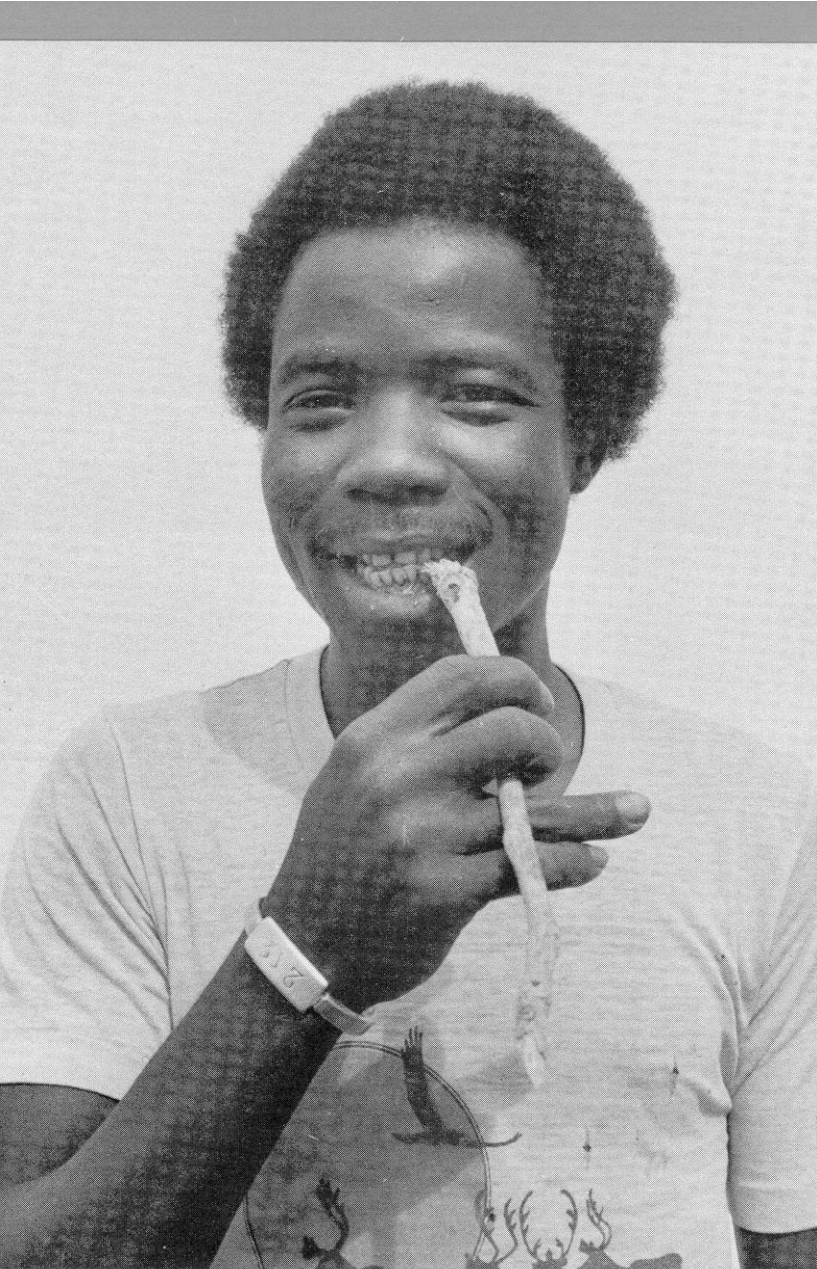


Photo: Denis Marchand

Un bâton à mâcher taillé dans un citronnier donne «une telle sensation de fraîcheur et de propreté» que ce Malien ne songe même pas à utiliser une brosse.

AH, QUELLES BELLES DENTS! . . .

DENIS MARCHAND

Au Kenya, environ 70 pour cent des élèves qui fréquentent les écoles primaires se servent d'un bâton à mâcher, communément appelé «mswaki», pour se nettoyer les dents et les gencives. Vivant pour la plupart en milieu rural, ils n'utilisent habituellement pas de brosse à dents pour préserver leur hygiène buccale.

Ces données proviennent d'une enquête sur les pratiques traditionnelles d'hygiène buccale menée au Kenya par l'Institut Mazingira avec l'aide financière du CRDI. Cette étude révèle également qu'au moins 289 différentes essences d'arbres ou d'arbustes servent couramment de mswakis.

D'après les premières observations effectuées par l'Institut de recherche médicale du Kenya (KEMRI), qui collabore à la recherche, les utilisateurs de mswakis présentent en général une bonne dentition. L'occurrence de la plaque dentaire serait même inférieure chez les utilisateurs de bâtonnets, si on compare leur situation à celle observée chez les utilisateurs de brosses à dents. Des données qui laissent à penser qu'un simple bout de bois pourrait retrouver sa place parmi l'arsenal dont on dispose pour combattre la carie dentaire.

L'efficacité du mswaki semble en effet indéniable. Bien que peu d'études comparatives aient été réalisées à ce jour, le KEMRI a pris les devants et décidé de mener des analyses phytochimiques et bio-

logiques des dix essences les plus utilisées au Kenya. «Nous connaissons alors leurs composés organiques spécifiques et leurs véritables effets thérapeutiques», de souligner Davinder Lambert, coordonnateur de la recherche à l'Institut Mazingira.

L'utilisation du mswaki n'est pas particulière au Kenya. Depuis des siècles, en effet, les peuples d'Asie, d'Afrique et du Moyen-Orient se servent de branches ou de racines d'arbres pour se curer les dents et conserver une bonne hygiène buccale. Ils s'en servent aussi comme bâtons à mâcher. Ces bâtonnets ont suscité l'intérêt de chercheurs du Nigeria qui, en 1983, ont découvert que certaines essences d'arbres contiennent des fluors et des tanins polyphénoliques qui ralentissent la production des acides lactiques et des dextrans, principaux agents de la formation de la plaque dentaire.

D'autres recherches ont prouvé que ces bâtonnets peuvent non seulement protéger les dents de la carie dentaire mais aussi renforcer les racines des dents et les gencives. Les bâtonnets permettent de dégager les particules alimentaires coincées dans les cavités tout en polissant les dents. Mais surtout, leur mastication augmente la circulation du sang dans les gencives.

Plusieurs dentifrices sont aujourd'hui fabriqués avec des fibres et des résines extraites d'arbres poussant dans diverses régions du tiers-monde. Le *Salvadora persica*, communément appelé «Peelu», en Asie, est utilisé comme bâtonnet à mâcher alors qu'aux États-Unis, on s'en sert pour la production de pâte dentifrice.

L'Institut Mazingira projette maintenant de mettre sur pied une campagne de prévention à l'intention des jeunes pour les informer de la valeur thérapeutique du mswaki. On précisera la meilleure façon de l'utiliser tout en prodiguant des conseils sur les bienfaits d'une saine alimentation et d'une bonne hygiène buccale pour empêcher les acides de s'attaquer aux dents.

Car sans vouloir minimiser l'efficacité du mswaki, Davinder Lamba estime que l'absence de caries en milieu rural n'est pas étrangère au fait que les enfants y mangent des céréales complètes, des graines et des légumes verts tout en consommant moins de sucre, de pâtisseries et de boissons gazeuses que les jeunes citadins. ■

Denis Marchand est un journaliste de Montréal (Canada). Il a visité plusieurs projets du CRDI au cours de l'année dernière.