

# SOURIEZ, ÇA RAJEUNIT !

PAR LINH PHAM

🕒 8 min 👍 4 likes



**DES DENTS BLANCHES ET BIEN ALIGNÉES ? IL N'Y A PAS MEILLEUR ANTI-ÂGE. LE POINT SUR LES DERNIÈRES TECHNIQUES.**



“  
UNE  
ORTHODONTIE  
OU DES FACETTES  
ASSURENT  
UN EFFET  
RAJEUNISSANT  
AUSSI  
SPECTACULAIRE  
QU'UN LIFTING.

”  
D<sup>r</sup> PASCAL ZYMAN

UNE ORTHODONTIE OU DES FACETTES ASSURENT UN EFFET RAJEUNISSANT AUSSI SPECTACULAIRE QU'UN LIFTING. D R PASCAL ZYMAN

**Un joli sourire, c'est une arme de séduction massive.** Il renvoie une image attrayante, jeune et positive, montre que l'on prend soin de sa santé, fluidifie les rapports en société. D'ailleurs, il est l'élément de séduction le plus important pour 88 % des Français\*. D'où l'importance d'en prendre soin. D'autant qu'avec l'âge la forme des dents se modifie. Celles du fond, les molaires, ont tendance à migrer vers l'avant, ce qui accentue les malpositions existantes des incisives et canines. Sans oublier que l'émail s'use, jaunit, et que les lèvres s'affinent en rentrant à l'intérieur de la bouche car elles ne sont plus correctement soutenues. « Une orthodontie ou des facettes assurent un effet rajeunissant aussi spectaculaire qu'un lifting », rappelle le D<sup>r</sup> Pascal Zyman, président de la Société française de dentisterie esthétique. Jusqu'ici, les Français se montraient plutôt frileux envers ce genre de traitement, à l'inverse des Américains. Pourtant, 51 % de la population est concernée par un problème d'alignement\*\* et 43 % des Français affirment cacher leurs dents au moment de sourire\*\*\*. Les appareils et matériaux utilisés ayant beaucoup progressé (ils sont moins visibles et plus performants), les freins disparaissent, hormis le coût. Alors, prêtes pour le grand changement ?

Sources \*Xerfi 2015, \*\*Smilers 2017, \*\*\*UNCD 2016.

## DES FACETTES POUR CAMOUFLER LES DENTS IMPARFAITES

Ces fines pellicules de céramique qui se collent sur les dents à la manière de faux ongles remplacent l'émail qui s'est usé avec le temps. Une astuce bien connue des stars et autres VIP qui ont quasi toutes les dents « rhabillées ». Sauf que chez nous les sourires refaits sont plus vrais que nature, sans l'effet « fake » des dents des Américains. Cependant, mieux vaut bien réfléchir avant de se lancer car leur pose nécessite une préparation des dents qui empêche tout retour en arrière. « Attention, on ne pose pas de facettes sur des dents cariées, en cas de maladie parodontale, de fortes mal-positions ou de bruxisme. Ou alors il faudra y remédier en amont », alerte le D<sup>r</sup> Pascal Zyman.

**Ça corrige quoi ?** Les colorations sévères qui résistent au blanchiment, notamment celles laissées par des traitements médicamenteux comme les tétracyclines, les malpositions légères, les espaces entre les dents, les dents fissurées, cassées, érodées ou de forme inesthétique (en grains de riz ou en triangle).

**On choisit quel modèle ?** Il faut distinguer les facettes classiques, réalisées sur mesure pour les besoins de chaque denture (l'ensemble des dents) de celles fabriquées par ordinateur et qui se posent sans préparation. Une solution plus rapide, mais qui ne donne pas forcément le meilleur résultat esthétique. Côté matériaux, il existe plusieurs familles de céramiques, plus ou moins translucides, que le spécialiste choisira en fonction du travail à accomplir.

**Ça se passe comment ?** En quatre étapes.

- Lors de la première consultation, le dentiste vous interroge sur vos souhaits, prend des photos des dents et de votre sourire (le nombre des facettes, de 6 à 8, devant s'accorder à sa largeur et à la forme du visage) et réalise des empreintes. Selon le problème identifié, il discute avec vous des possibilités de traitement. Les éléments accompagnés de ses indications sont ensuite envoyés à un laboratoire de prothèses. Celui-ci va réaliser une sculpture en cire de vos dents qui servira de base au projet esthétique et permettra de visualiser ainsi la forme et la position des dents.

- Au deuxième rendez-vous, le dentiste va transférer les informations du modèle en cire dans votre bouche. Pour cela, il coule une résine à l'intérieur du négatif de la sculpture afin de réaliser une maquette ensuite essayée en bouche pour valider le projet esthétique. Joli progrès : autrefois, on devait suivre aveuglément le praticien dans son plan de traitement, avec un résultat pas toujours à la hauteur de nos attentes. Là, on peut procéder si nécessaire à des ajustements. Ensuite, la maquette repart chez le prothésiste.

- Au troisième rendez-vous, étape de préparation des dents, le dentiste replace la maquette en bouche et la colle de façon provisoire : elle va servir de guide pour tailler les dents. Il manie sa fraise diamantée par-dessus, l'idée étant de préserver l'intégrité des dents, de ne toucher qu'à l'émail en évitant au maximum la dentine, le « cœur de la dent ». L'intervention se déroule sous anesthésie locale, c'est plus confortable. Il faut compter environ quinze minutes par dent, c'est long mais on peut regarder la télé ! En fin de séance, des facettes provisoires sont collées.

- Au quatrième rendez-vous, phase d'assemblage hyper méticuleuse, les facettes définitives sont collées. Pour isoler parfaitement chaque dent des contaminants, sa surface et la facette sont d'abord préparées avec des produits spécifiques, puis assemblées. Là encore, comptez environ quinze minutes par dent.

**Combien ça coûte ?** Entre 800 € et 1 200 € la facette.

**Et après ?** Tout comme vos dents, les facettes doivent être entretenues avec rigueur. Ni plus ni moins. Vous pouvez manger de tout, elles ne se décollent pas et leur teinte ne s'altère pas. Leur durée de vie est estimée entre quinze et vingt ans.

**Qui consulter ?** Beaucoup de dentistes posent des facettes. Mais pour un travail de qualité, il est préférable de se tourner vers un spécialiste qui a suivi une formation en dentisterie esthétique. A fortiori pour les cas compliqués.

**Plus d'informations :** Société française de dentisterie esthétique, [sfde.fr](http://sfde.fr) ; Mimesis, groupe de recherche en dentisterie esthétique et adhésive, [mimesis-esthetique.com](http://mimesis-esthetique.com)

## **LA NÉO-ORTHODONTIE POUR RÉALIGNER LES DENTS**

**Les appareils dentaires ont pour objectif de corriger les anomalies de la denture.** Et il n'y a pas que les enfants qui peuvent en profiter, les adultes aussi, et à tout âge ! Comment ça marche ? Une pression légère et continue est appliquée durant plusieurs mois sur les dents afin de les déplacer sans danger et remédier ainsi à de nombreux problèmes de position et d'alignement. L'esthétique du sourire est améliorée mais aussi le fonctionnement de la dentition, réglant du même coup tous les problèmes de mastication, d'élocution, de bruxisme... En prime, un bon alignement favorise une meilleure hygiène bucco-dentaire : le risque de caries est diminué et cela peut ralentir les déchaussements. Ainsi, de plus en plus d'adultes s'y mettent, séduits par les nouveaux appareils, plus discrets et confortables. Petite touche finale ? Un blanchiment, et vous serez bientôt la nouvelle star des réseaux sociaux !

**Ça corrige quoi ?** « Les demandes les plus fréquentes concernent les dents mal alignées ou qui se chevauchent, les espaces trop visibles ou encore des dents trop en avant ou en arrière », indique le D<sup>r</sup> Émeric Augeraud, orthodontiste.

**On choisit quelles bagues ?** D'un côté, il y a les classiques, qui peuvent être placées à l'extérieur de la bouche (technique vestibulaire) ou à l'intérieur (technique linguale). De l'autre, on trouve les gouttières transparentes, les plus tendance car totalement invisibles (Invisalign). Le système idéal est celui avec lequel l'orthodontiste pense pouvoir obtenir le meilleur résultat tout en tenant compte de votre confort.

**Comment ça se passe ?** Tout dépend de l'option choisie :

- La technique vestibulaire. C'est la plus économique et elle reste indispensable dans les cas complexes. Les bagues avec fil et attaches sont posées sur la face externe des dents. Miniaturisées, elles blessent moins les lèvres que celles d'autrefois. Le matériau le plus discret pour les adultes est la céramique qui se fond à la couleur des dents. Le système exige cependant une hygiène irréprochable, avec un brossage trois fois par jour pour éliminer les résidus alimentaires. Un nettoyage contraignant à peaufiner à l'aide d'une brossette interdentaire.
- La technique linguale. Les bagues fixées sur la face interne des dents sont invisibles. Mais le système, en contact avec la langue, est plus inconfortable que le précédent. Il peut y avoir des problèmes d'élocution, le nettoyage est encore plus contraignant, le matériel plus fragile et la méthode, très pointue, requiert le savoir-faire d'un praticien compétent. Première technique orthodontique invisible, elle est un peu en perte de vitesse aujourd'hui avec la concurrence des gouttières transparentes. Toutefois, elle reste la technique privilégiée lorsqu'il faut retirer des dents pour pouvoir réaliser le traitement.
- Les gouttières transparentes amovibles. C'est la solution qui nous donne envie à toutes aujourd'hui de nous mettre à l'orthodontie. En plastique transparent ultrafin, les « aligneurs » (Invisalign) sont invisibles aux yeux des autres et très confortables. « Et ils peuvent aujourd'hui quasiment tout corriger », ajoute le D<sup>r</sup> Émeric Augeraud. Pour qu'ils soient efficaces, vous devez les porter jour et nuit et les ôter pour les repas. Même boire un café est déconseillé car la chaleur risque de déformer les gouttières qui ne seront plus actives. Quelques mini-incartades sont néanmoins autorisées, le temps d'une soirée ou d'un rendez-vous galant. Les aligneurs se changent à une ou deux semaines d'intervalle selon les cas et, comme pour tout appareil dentaire, exigent une hygiène bucco-dentaire impeccable.

## Comment ça se passe ?

- Lors du premier rendez-vous, l'orthodontiste procède à un examen dentaire minutieux et vous expose les solutions les plus adaptées. Un devis est réalisé.
- Au deuxième rendez-vous, il prend radios, photos et empreintes (les cabinets modernes sont dotés d'un scanner à empreinte optique évitant la pâte d'empreinte « chewing-gum » dans la bouche) et le devis est signé.
- Au troisième rendez-vous, le traitement démarre. Sa durée est comprise entre six et dix-huit mois en moyenne, et jusqu'à vingt-quatre mois. « C'est long, mais il existe aujourd'hui des systèmes [des gouttières générant des microvibrations stimulant la production osseuse, ndlr] qui permettent d'en réduire le temps presque de moitié. Leur utilisation ne s'est pas encore démocratisée et doit s'étudier au cas par cas. Si leur efficacité se confirme, c'est quand même une petite révolution pour le monde de l'orthodontie », indique le D<sup>r</sup> Augeraud. À noter : quand la mâchoire est très étroite, trop saillante ou trop reculée, l'orthodontie peut être associée à une chirurgie orthognatique pour modifier la position de la mandibule ou des maxillaires afin que les dents se remboîtent parfaitement.

**Combien ça coûte ?** Entre 3 500 et 6 000 € la technique vestibulaire, entre 6 000 € et 8 000 € la technique linguale. De 1 200 à 7 000 € les gouttières Invisalign. Ce n'est pas remboursé par la Sécurité sociale chez l'adulte, sauf en cas de chirurgie maxillaire associée, mais certaines mutuelles prennent en charge une partie.

**Et après ?** Le traitement se termine par la pose d'une contention derrière les incisives du bas et du haut, pour fixer le résultat, sachant que les dents continuent à bouger tout au long de la vie.

**Qui consulter ?** Un spécialiste qualifié en orthodontie, pro, le mieux formé et le plus expérimenté. Cependant, il faut savoir que les dentistes sont habilités à poser des gouttières transparentes. Des marques telles Smilers leur sont même entièrement dédiées. L'option peut séduire pour son coût très accessible mais, attention, tous les dentistes ne sont pas compétents... Pour la chirurgie, on s'adresse à un spécialiste qualifié en chirurgie maxillo-faciale. ■

**Plus d'informations : Fédération française d'orthodontie, orthodontie-ffo.org**

LES GOUTTIÈRES TRANSPARENTES AMOVIBLES ? C'EST LA SOLUTION QUI NOUS DONNE ENVIE À TOUTES AUJOURD'HUI DE NOUS METTRE À L'ORTHODONTIE.



**LE BLANCHIMENT POUR UN SOURIRE  
"CLING"**

L'esthétique du sourire commence par un petit coup de blanc ! Avec des dents étincelantes, le visage paraît aussitôt plus radieux si on suit scrupuleusement cet agenda...

### **Un brossage biquotidien avec une brosse à dents électrique**

Grâce à la vitesse d'oscillation de ses brins, ce type de brosse (Philips Sonicare ProtectiveClean, Oral B Genius 10 Orchid Purple) réalise un nettoyage trois fois plus efficace qu'une brosse manuelle, et les dents sont très vite plus blanches. Alternez un dentifrice blanchissant et une formule douce pour ne pas fragiliser l'émail.

### **Un détartrage tous les six à douze mois**

C'est le minimum requis pour éliminer la plaque bactérienne et les colorations causées par l'excès de thé, de café, de vin rouge, de tabac... Les ultrasons décolent le tartre, puis le polissage lisse la surface des dents.

### **Un blanchiment dentaire chez le dentiste tous les deux ans**

« Seuls les gels utilisés par les praticiens et très concentrés en peroxyde d'hydrogène ou de carbamide parviennent à éclaircir suffisamment les dents jaunies », indique la D<sup>re</sup> Valérie Nguyen Van, chirurgien-dentiste. Les produits sont appliqués « au fauteuil » (entre 700 et 900 €). On peut les utiliser chez soi, grâce à des gouttières qu'on porte la nuit (de 500 à 700 €).



# ELLE

NOMME  
COCHÉ DEL  
MATABIA  
POLY

UN BEAU SOURIRE,  
C'EST LE MEILLEUR  
ANTI-ÂGE  
TOUT POUR DES  
DENTS BLANCHES  
ET BIEN ALIGNÉES

QUI SUIS-JE ?  
D'OU VIENS-JE ?  
QUAND LE BEST  
ADN DEVIENT  
UN JEU

BOUCLES  
D'OREILLES  
LE GRAND  
RETOUR  
DES CLIPS

LE BIENHEUR  
À TOUT PRIX  
L'OBSESSION  
DU SIÈCLE  
NOUS REND-ELLE  
TOUS ?

**DENTELLE, DENIM,  
LÉOPARD, BASKETS**  
COMMENT MIXER  
LES TENDANCES EN S'INSPIRANT  
DES CRÉATEURS