



# To floss or not to floss ? that is the question!

Une rubrique animée par la direction médicale de PURE CLINIC | INSTITUTIONS DE SANTÉ

## Le contexte

Le "New York Times" du 02.08.2016, sous la plume de Catherine St Louis, mettait en cause le passage du fil dentaire comme moyen de faire diminuer les caries. L'article reprenait, d'une part, les conclusions d'une revue systématique de la Cochrane Collaboration et relevait, d'autre part, que les recommandations nutritionnelles du gouvernement fédéral, qui comprenaient le passage du fil interdentaire dès 1979, avaient discrètement changé en 2016.

## Le fait

Pendant que l'Europe dansait au congrès de Vienne, en 1815, un professeur de médecine-dentaire de la Nouvelle-Orléans, Levi Spear Parmly, le père de la prévention dentaire, lança l'idée de passer du fil de soie cirée entre les dents pour éliminer la plaque bactérienne. Il enfonça le clou dans le tout premier manuel d'hygiène buccale. L'idée séduisit Johnson & Johnson alors producteurs de produits de premiers secours, qui en lança la production en 1898... Dès 1908, l'American Dental Association, la fédération dentaire américaine, prônait l'utilisation du fil dentaire et n'a pas discontinué depuis.

## La conclusion

Les preuves pour une utilisation systématique du fil dentaire comme un moyen de prévention efficace de la carie et des maladies parodontales n'existent pas. L'utilisation du fil dentaire repose donc sur des recommandations professionnelles fortes qui ont été rappelées tant par l'Association Dentaire Américaine que par la Société Suisse d'Odonto-Stomatologie.

L'efficacité du fil dentaire serait étroitement liée à la technique d'application mise en œuvre.

En 2015, l'agence Associated Press avait interrogé le gouvernement US sur l'efficacité du fil dentaire. L'absence de preuve établie par la Cochrane et reconnue rapidement par le gouvernement américain conduisit les autorités à supprimer le passage du fil dentaire dans leurs recommandations de 2016 sans toutefois informer le public ni recommander de ne pas passer le fil.

La Cochrane Collaboration a consacré un important article à la pratique du fil dentaire (07.12.2011, DOI: 10.1002/14651858.CD008829.pub2). Cette revue systématique a finalement retenu, en fonction des critères d'inclusion et de la méthodologie de recherche, 12 essais randomisés contrôlés. Ils comparaient le brossage isolé avec le brossage associé au passage du fil dentaire. Les experts démontrent qu'il existe un niveau de preuve faible quant à un effet additionnel d'ailleurs modéré du passage du fil dentaire dans la prévention de la gingivite. Ainsi, après 6 mois, l'index de gingivite dans le groupe passant le fil était-il de 0,09 points inférieur à celui du groupe qui ne le passait pas, sur une échelle de gingivite de 0 à 3 ! Les données, après 1 mois et après 3 mois, étaient en baisse respectivement de 0,13 et 0,20 points sur la même échelle. En ce qui concerne les résultats sur la plaque dentaire, les conclusions sont encore plus pessimistes : aucune preuve fiable de l'efficacité additionnelle du fil dentaire n'existe dans ces études, pourtant méthodologiquement bien menées, quant à une diminution de l'indice de plaque. Suite à une visite chez son dentiste, la journaliste Catherine St Louis s'est emparée tout récemment de ce résultat pour questionner cette recommandation traditionnelle des dentistes ainsi dénuée de fondement.

Bien que son article (Feeling guilty about not flossing ? May be there is no need, - New York Times, 02.08.2016) ait fait le buzz, les associations professionnelles sont rapidement revenues à la charge pour rappeler l'utilité, « opinion-based », de cette pratique. Plusieurs représentants de l'ADA insistent sur le fait que la faiblesse ou l'inexistence des preuves tient plus à la méthodologie de la recherche (faiblesse des échantillons, durée des tests, etc.) qu'à l'absence véritable d'efficacité du flossing. D'autres incriminent la méthode de flossing suivie dans les expériences incluses par la Cochrane : effectué par des patients, le flossing est inefficace alors qu'effectué par des professionnels le flossing a pu faire diminuer l'indice carieux de 40% en 6 mois chez des enfants selon les travaux de Hujuel et al, publiés en janvier 2015 dans le très prestigieux Journal of Dental Research (J Dent Res, J 2015; 94 (1) : 7- 9).

Toutefois, on peut s'interroger : que vaut une méthode de prévention de masse si, pour être efficace, elle doit être pratiquée par les seuls professionnels de la maladie concernée ?



Levi Spear Parmly

## À retenir

L'utilisation du fil dentaire est une recommandation des associations dentaires professionnelles et des autorités académiques qui ne repose que sur des preuves très faibles méthodologiquement.

On ne dispose que de preuves faibles de l'efficacité du fil sur la gingivite. Les auteurs ne manquent pas pour critiquer cette méthode compte tenu des dangers pour le tissu gingival des mauvaises techniques de passage du fil.

Passé par des professionnels chez des enfants, le fil dentaire s'est montré très efficace dans la prévention de la carie.

Le fil dentaire reste recommandé par la Société Suisse d'Odonto-Stomatologie.

