

Écologie : Je recherche des informations sur le siwak (comme brosse à dents naturelle)

Médiathèques de Strasbourg – notre réponse du 23/10/2020.



brosse à dents en siwak © hayatikayhan via DepositPhotos

Qu'est-ce que le siwak ?

Selon [l'article Siwak de Wikipédia](#), le siwak « *appelé aussi souek, souak, meswak ou « bois d'araq (bâton d'arak) », est la racine de l'arbuste *Salvadora persica* utilisée comme brosse à dents naturelle. C'est aussi le nom (souak) donné pour le même usage à l'écorce de noyer, au Maghreb. »*

Comment l'utiliser ?

WikiHow, le recueil multilingue de guides simples, propose un

mode d'emploi concernant l'utilisation de cette brosse à dents naturelle : <https://fr.wikihow.com/utiliser-le-siwak>

Pour en savoir plus...

Ouvrage sur le siwak

[Le siwak, solution naturelle pour une hygiène bucco-dentaire](#)

Mahboudi Moussaoui, Ed. Sana, 2013.

Résumé :

Les substances d'origine végétale sont des petits bâtons savoureux, et, bien que primitives, elles furent, pour certaines, une étape de transition vers la brosse à dents moderne. Il a été établi qu'environ dix-sept plantes ont pu être recensées comme source naturelle pour plusieurs de ces méthodes d'hygiène buccale.

Article en ligne

[Cairn.info](#) est une plateforme en ligne proposant plusieurs types de ressources dont des articles de revues.

[Hygiène bucco-dentaire d'enfants scolarisés marocains et de leurs mères](#), par Assimi Sihame, Tajmouti Rhita, Oum Keltoum Ennibi, in *Santé Publique*, 2016/2 (Vol. 28).

Cet article mentionne le siwak dans le cadre d'une étude sur l'hygiène bucco-dentaire d'un échantillon d'enfants scolarisés

au Maroc.

Recherches universitaires

Ensuite, plusieurs thèses en odontologie traitent du bâton à mâcher et de la plante *Salvadora Persica*. Vous trouverez des informations ci-dessous à l'aide du [catalogue du SUDOC](#) (système universitaire de documentation).

Le SUDOC est un catalogue collectif alimenté par l'ensemble des bibliothèques universitaires.

En recherchant avec le terme *salvadora*, nous obtenons [8 résultats](#), en particulier cette thèse :

[Hygiène bucco-dentaire et « bâton à mâcher » : origines et aspects scientifiques](#) par Fatima Lababidi, sous la direction de Anne-Marie Musset, Université de Strasbourg, 2020.

Résumé :

*Le bâton à mâcher encore appelé « koyoji » en japonais, « qisam » en hébreux, et « miswak » en arabe, est encore répandu en Asie, en Afrique, en Amérique du Sud et au Moyen-Orient. Ces bâtons à mâcher sont le plus souvent obtenus à partir d'une plante appelée *Salvadora Persica*, qui provient d'un arbre appelé « arak ».*

*Selon différentes études, le bâton à mâcher aurait un effet mécanique par ses fibres, ainsi que des effets chimiques via les constituants des fibres de la *Salvadora Persica*.*

C'est en effet par le relargage de ses différents constituants que ce bâton apporterait des bénéfices sur la santé bucco-dentaire (...).

Pour finir, il est également possible de trouver des informations complémentaires à la [Bibliothèque de médecine et odontologie de Strasbourg](#).

[Eurêkoi](#)
[Médiathèques de Strasbourg](#)
