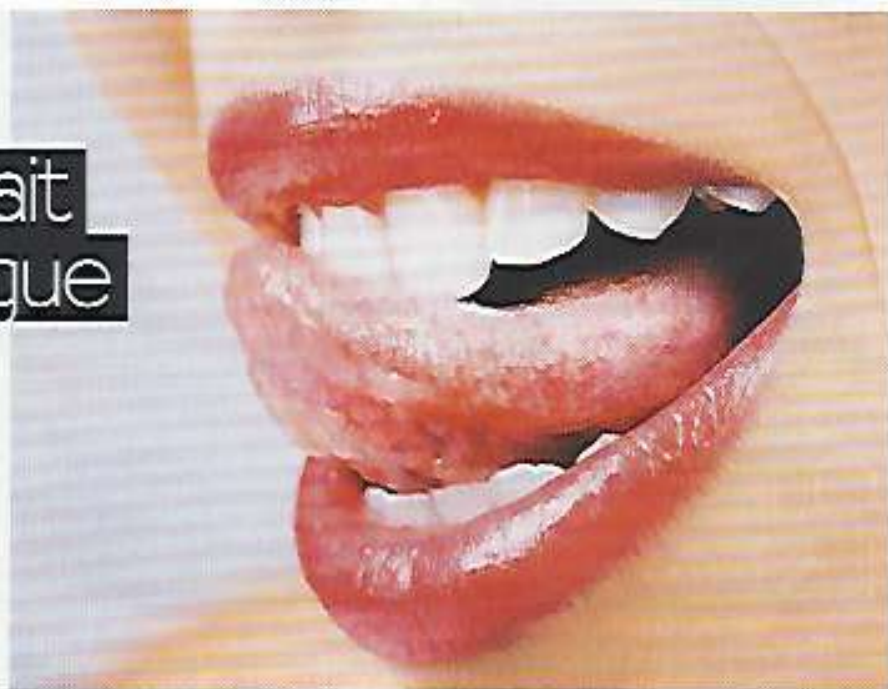


## BOUCHE BÉE!

10 trucs  
qu'on ne savait  
pas sur la langue

Avec Catherine Thibault, orthophoniste, psychologue et autrice de « La langue, la vie privée d'un organe très discret » (éd. L'Archipel).

**1. Elle existe déjà chez l'embryon.** À la fin du deuxième mois de grossesse, la langue descend et le palais se forme. Bientôt, la main touche les lèvres, la bouche s'ouvre et la langue sort pour toucher la main. Cette activité réflexe est la fonction la plus précoce chez l'être humain.

**2. Elle est petite mais costaud.** Avec ses 17 muscles intrinsèques – à l'intérieur de la langue – et extrinsèques – rattachés à l'extérieur –, la langue est l'un des organes les plus puissants du corps humain, même si la première place du podium est détenue par le muscle grand fessier.

**3. Biberon et tétine empêchent son développement.** Conservés au-delà des 3 ans, le biberon et la tétine prolongent la succion réflexe et entravent la maturité de la langue pour manger et parler.

**4. Son frein peut être coupé.** La petite membrane sous la langue de bébé est parfois trop courte et gêne l'allaitement chez environ 5 % des nourrissons. Le professionnel de santé peut alors préconiser de la couper, l'intervention est appelée « frénonomie ». De nombreux médecins du monde entier s'inquiètent toutefois du recours abusif à cette pratique ces dernières années, ce geste n'étant souvent pas justifié.

**5. Elle peut entraîner une apnée du sommeil.** L'affaissement postérieur de la langue dans l'oropharynx se traduit par une baisse d'activité de ses muscles, bloque le passage de l'air, réduit l'amplitude respiratoire et favorise les ronflements. L'orthophonie et la kinésithérapie permettent de lutter contre l'apnée du sommeil.

**6. Elle diminue la douleur aux oreilles.** Si on a mal aux oreilles, dans l'avion par exemple, passer plusieurs fois la pointe de sa langue d'avant en arrière entraîne une déglutition qui atténue les douleurs.

**7. Sa pression n'est pas neutre.** La pression de la langue serait de l'ordre de 100 g/par centimètre carré ! À titre d'exemple, c'est la pression exercée sur la pointe d'un stylo-bille quand on écrit. Si la langue est mal placée, elle peut donc repousser les dents. On y remédie par une prise en charge orthodontique et orthophonique.

**8. Elle brûle des calories.** Un simple baiser fait travailler deux muscles et brûle 2 ou 3 calories, mais un baiser passionné peut activer jusqu'à 146 muscles. S'embrasser pendant 1 minute brûle entre 5 et 26 calories...

**9. Un révélateur de niveau de stress.** L'anxiété peut susciter le bruxisme, responsable de motifs ondulés en bords de langue.

**10. Des goûts différents pour chacun.** On pensait que les goûts étaient perçus par différentes régions de la langue. C'est faux, chacun possède sa propre cartographie avec près de 5 000 bourgeons récepteurs.

Patches anti-règles  
douloureuses

Ces patches récupèrent l'énergie infrarouge émise par le corps et la lui renvoient. À placer sur le ventre et sur le dos. Yoonee, à partir de 29 €, les 12 patches pour 3 mois, yoonee.fr