



Qu'y a-t-il sous le gui? Quelques données amusantes de PEER pour les vacances

Question clinique : Y a-t-il des avantages thérapeutiques à échanger des baisers?

Conclusion : Échanger des baisers avec quelqu'un librement pendant 30 minutes tout en écoutant de la musique douce peut améliorer les marqueurs de substitution de l'atopie (comme les papules œdémateuses suivant un test allergique). Un autre ECR de petite envergure a révélé que les conseils visant l'augmentation des baisers améliorent la satisfaction à l'égard de la relation et réduisent même légèrement (0,15 mmol/l) le cholestérol total. Nous n'avons pas trouvé d'études sur le gui. Des recherches supplémentaires sont nécessaires.

Données probantes

- Effet sur l'atopie : deux essais cliniques randomisés (ECR)^{1,2} en chassé-croisé regroupant des adultes souffrant de rhinite allergique ou de dermatite atopique et « n'échangeant habituellement pas de baisers ». Ces essais randomisés font une comparaison entre faire un câlin et échanger librement des baisers avec son partenaire ou son conjoint pendant 30 minutes en écoutant de la musique douce (p. ex. : *Quand on prie la bonne étoile, Une chance qu'on s'a, L'amour existe encore*).
 - ECR, 60 sujets¹ :
 - La papule œdémateuse apparue après le test par piqûre épidermique mesurait environ 8 mm avant les baisers, et environ 5,4 mm immédiatement après les baisers (statistiquement différent).
 - Les baisers ont entraîné une réduction relative de 30 % des neurotrophines.
 - ECR, 48 sujets² :
 - Les baisers ont réduit l'immunoglobuline E et trois des cinq cytokines.
 - Faire un câlin : aucun effet sur les résultats.
- ECR explorant les baisers et leur effet sur le bonheur conjugal et le cholestérol : 52 membres du personnel universitaire et des étudiants (50 % d'hommes, âgés de 19 à 67 ans) ont été randomisés de manière à comparer les conseils visant l'augmentation des baisers et l'absence de conseils; suivis pendant six semaines³.
 - Les conseils pour les baisers étaient les suivants : « Réservez-vous quelques minutes chaque jour pour échanger des baisers », « Échangez des baisers plus souvent »; « Informez votre conjoint ou partenaire romantique des

instructions qui vous ont été données »; « Nous espérons que cela vous plaira ».

- Les conseils pour les baisers ont mené à des résultats statistiquement significatifs :
 - Moins de conflits relationnels par rapport au groupe témoin.
 - Satisfaction accrue à l'égard de la relation (sur 7) : accroissement de 5,6 à 6,2; aucun changement pour le groupe témoin.
 - Réduction du stress (sur 7) : réduction de 3,6 à 2,9; aucun changement pour le groupe témoin.
 - Réduction du cholestérol total : de 4,73 à 4,58 mmol/l; aucun changement pour le groupe témoin.

Contexte

- Selon les données d'observation, les personnes attirantes (autoévaluées) déclarent plus de baisers et une plus grande satisfaction à l'égard des baisers, tandis que les personnes âgées sont moins satisfaites de la quantité de baisers⁴. Le lien de cause à effet n'a pas été établi.
- Les baisers devraient probablement se limiter à des contacts étroits au sein du ménage pendant la pandémie de COVID-19.
- L'ECR⁵ portant sur l'effet du baiser maternel sur les « bobos » était fictif et a été omis. La nature fictive n'a été signalée qu'après que l'article ait attiré l'attention⁶.
- L'effet du gui sur les baisers n'a pas été étudié, mais toute association peut être confondue avec le lait de poule et l'esprit des fêtes.

Auteurs

Adrienne J. Lindblad, B. Sc. (pharm.), ACPR, Pharm. D., Tina Korownyk, M.D., CCMF, Jamie Falk, Pharm. D., James McCormack, Pharm. D., Samantha Moe, Pharm. D., Jessica Kirkwood, M.D., CCMF, et G. Michael Allan, M.D., CCMF

Divulgations

Les auteurs n'ont aucun conflit d'intérêts à divulguer.

Références

1. Kimata H. *Physiology Behav.* 2003;80:395-8.
2. Kimata H. *J Psychosomatic Res.* 2006;60:545-47.
3. Floyd K, Boren JP, Hannawa AF, et al. *Western J Commun.* 2009;73(2):113-33.
4. Watkins CD, Leongomez JD, Bovet J, et al. *Scientific Rep.* 2019;9:6698.
5. The Study of Maternal and Child Kissing (SMACK) Working Group. *J Eval Clin Pract.* 2015;21:1244-6.
6. Oransky I, Marcus A. Fake study on moms' kisses risked sowing confusion just for a laugh [En ligne]. January 13, 2016 [consulté le 17 novembre 2020]. Disponible : <https://www.statnews.com/2016/01/13/journals-publish-fake-studies/>