

PARA PUBLICACIÓN INMEDIATA

Servicio de Noticias de Medicina Ortomolecular, 7 de mayo de 2012

Dispensación Fluoruro

Editorial de Andrew W. Saul

(OMNS 7 de mayo de 2012) Cuando era niño, no había nada que me gustara de ir al dispensario dental, con la posible excepción del gran acuario de peces tropicales en la sala de espera. Esto fue una distracción para lo que se avecinaba: tres horas en un vasto salón que contenía una línea doble de sillones dentales negros y una línea doble a juego de estudiantes de odontología vestidos de blanco. Y ahí, cuando tenía seis años, es donde conocí el fluoruro de forma regular. Después de una limpieza y un chequeo gratuitos (la razón por la que mis padres conscientes de los costos me hicieron ir allí y la razón por la que literalmente tardó tres horas en completarla), me apliqué fluoruro a los dientes con un hisopo. Recuerdo tanto el olor (acre) como el sabor (astringente). De hecho, esperaba con ansias el tratamiento con flúor, simplemente porque fue lo último que me hicieron antes de que me permitieran irme. ¿Funcionó? Probablemente no. Además de mis tratamientos tópicos habituales con flúor, vivía en una ciudad con agua fluorada y me crié con pasta dental fluorada. Y tuve un bocado de amalgama al graduarme de la escuela secundaria.

¿Controversia? ¿Qué controversia?

A fines de la década de 1970, cuando era un padre joven, me enteré del *National Fluoridation News*, publicado en la aún desconocida ciudad de Gravette, Arkansas (2200 habitantes). Por una donación muy pequeña, recibí una caja llena de números atrasados por correo. Además de esta generosidad, lo que me sorprendió de *NFNews* fue el alto calibre de su contenido. La mayoría de los artículos no editoriales estaban bien referenciados y eran obra de científicos bien calificados. Esto fue algo complicado, ya que como estudiante universitario de biología, me habían educado a fondo en las dos Nobles Verdades de la Fluoruración: 1) que el fluoruro en el agua potable reduciría la caries dental en un 60-65% y 2) que cualquiera que no estuviera de acuerdo con este punto de vista era un tonto. Sí, había visto la película *Dr. Strangelove*.y sí, sabía cómo leer un endoso de la ADA en la etiqueta de una pasta de dientes.

No mucho después de esto, mi afición por leer las etiquetas de las pastas de dientes dio sus frutos. Allí estaba, impreso en la parte posterior del tubo:

"Los niños solo deben usar una porción 'del tamaño de un guisante' de pasta de dientes con flúor cuando se cepillan".

Tenía dos niños pequeños y esto me llamó la atención. Al examinarlo, descubrí que los niños pequeños tragan una cantidad considerable de pasta de dientes cuando se cepillan, quizás la mayor parte.

Cualquiera que haya visto la televisión no podría haber dejado de ver anuncios de pasta de dientes. Siempre mostraban el pincel cargado, con puntas

decorativas en voladizo ensanchadas en cada extremo. Cuando salió la pasta de dientes de la marca "AIM", recuerdo claramente que la pasta de dientes se exhibía en dos o incluso tres capas en el cepillo. Es probable que se desconozca la cantidad de niños que usaron el producto con tanta generosidad y se tragaron la mitad. En cuanto a mí, inmediatamente cambié a mi familia a una pasta de dientes sin flúor. En cuanto a las etiquetas de las pastas de dientes, se reescribieron con bastante rapidez. Ahora leen:

"Si accidentalmente ingiere más de lo que se usa para cepillarse, busque ayuda profesional o comuníquese con un centro de control de intoxicaciones de inmediato".

Pero **todos los** niños tragan más de lo que se usa para cepillarse los dientes. La única pregunta es, ¿cuánto? Los Centros para el Control de Enfermedades de EE. UU. Declaran:

*"La pasta de dientes con flúor contribuye al riesgo de fluorosis del esmalte porque el reflejo de deglución de los niños menores de 6 años no siempre está bien controlado, especialmente entre los menores de 3 años. También se sabe que los niños tragan la pasta de dientes deliberadamente cuando les gusta su sabor. Un cepillo de dientes de tamaño infantil cubierto con una tira completa de pasta de dientes contiene aproximadamente 0,75 a 1,0 g de pasta de dientes, y cada gramo de pasta de dientes con flúor, según se formula en los Estados Unidos, contiene aproximadamente 1,0 mg de flúor. Los **niños menores de 6 años tragan una media de 0,3 g de pasta de dientes por cepillado y puede tragar inadvertidamente hasta 0,8 g**". [1, énfasis añadido]*

Para los niños menores de 6 años, eso es un trago **promedio** de un tercio de la pasta de dientes que usan y la posibilidad de tragar inadvertidamente el 80% o más. Hay aproximadamente un miligramo de fluoruro en una sola "porción" de pasta de dientes. Lo llamo una "porción" porque el flúor en la pasta de dientes está regulado como si fuera un alimento, no una droga. ¿Cómo es esto cierto? Agregar incluso menos de un miligramo de flúor a una sola porción de vitaminas para niños los convierte instantáneamente en un medicamento recetado. Es realmente extraño que la pasta de dientes con flúor siga siendo un producto de venta libre.

En las escuelas

Cuando mis hijos estaban en la escuela primaria, la facultad de odontología local (las personas que nos trajeron el dispensario al que fui cuando era niño) interesó a nuestro distrito escolar en un proyecto de investigación. El agua pública de nuestra ciudad estaba bajo control local y sin flúor, a diferencia de la ciudad cercana. Entonces la idea era administrar enjuagues con flúor a los escolares, durante la jornada escolar, y luego contar las caries. Se nos pidió que firmáramos una carta de permiso, que enfatizaba los posibles beneficios y pasaba por alto cualquier peligro. Al recordar lo que hacían los jóvenes con la pasta de dientes dulce, supuse que también se tragarían un enjuague con sacarina. Elegimos no firmar. Pero sí marqué la casilla para recibir los resultados del estudio. Finalmente llegó en forma de carta, diciendo que los resultados fueron decepcionantemente inconclusos: no hay evidencia de que

los enjuagues con flúor ayudaron a nuestra comunidad de bebedores de agua sin fluoruro. No sé que se publicó el estudio.

Eso no es especialmente sorprendente. Cerrar el acceso a una discusión científica equilibrada sobre la fluoración está vivo y coleando. . . y el contribuyente apoyado. Los estudios y revisiones negativos del fluoruro son poco abundantes en PubMed / Medline. No es necesario ser un teórico de la conspiración para observar que la Biblioteca Nacional de Medicina de EE. UU. Se niega a indexar la revista *Fluoride*. [2] La censura es un comportamiento notoriamente aberrante para cualquier biblioteca pública.

Sin discusión

Hace unos 15 años, el suministro público de agua de nuestra ciudad fue anexado por la metrópoli cercana. Aparte de un aumento en la tarifa, el único otro cambio apenas detectable en nuestra factura fue una leyenda mecanografiada única en la parte inferior de la misma que dice que ahora se ha agregado fluoruro al agua. No hubo votación y ni siquiera hubo discusión. Las comunidades de costa a costa saben que esto no es nada raro. Cuatro vasos de agua del grifo fluorada contienen casi tanto fluoruro como una dosis recetada. El agua fluorada no solo es de venta libre, sino que es incluso más seguro que se ingiera que la pasta de dientes. Tener más de 6 años significa un mejor control sobre los reflejos de deglución, lo que limita la ingestión de flúor de la pasta de dientes. No existe tal alojamiento para el agua potable.

La medicina basada en evidencia requiere evidencia antes de medicar. La fluoración del agua no se basa en pruebas. No se ha probado en estudios bien controlados. La fluoración del agua pública es un medicamento predeterminado, ya que debe evitarlo deliberadamente si no desea tomarlo. La ingesta diaria de flúor de una persona simplemente por beber una cantidad promedio de agua del grifo fluorada, agua embotellada fluorada y bebidas producidas o preparadas con agua fluorada puede exceder fácilmente el umbral de lo que su farmacéutico exigiría con razón una receta. El flúor en la pasta de dientes y los enjuagues bucales también es un medicamento. Puede que pretenda ser de actualidad, pero la realidad es diferente. No importa cómo se aplique en la boca, los niños pequeños se lo tragarán. De hecho, la mayoría del público y la profesión dental ya lo han hecho.

Referencias:

1. Grupo de trabajo de recomendaciones de fluoruro. Recomendaciones para el uso de flúor para prevenir y controlar la caries dental en los Estados Unidos. Recomendaciones e informes de los CDC 2001; 50 (RR14): 1-42. <http://www.cdc.gov/mmwr/preview/mmwrhtml/rr5014a1.htm>
2. <http://www.orthomolecular.org/resources/omns/v06n05.shtml> Si desea acceder a lo que la Biblioteca Nacional de Medicina financiada por los contribuyentes de EE. UU. Se niega a indexar, puede leer más de 40 años de artículos de la revista. Fluoruro, sin cargo,

en <http://www.fluorideresearch.org/> Desplácese hacia abajo hasta "Archivos e índices, 1968-2011".

Comentario de Albert W. Burgstahler, PhD: El apoyo a estos puntos de vista y conclusiones se encuentra en una revisión reciente en Critical Public Health (2011: 1-19) titulada "Matanza de vacas sagradas: ¿es hora de desconectar la fluoración del agua?" por Stephen Peckham del Departamento de Investigación y Políticas de Servicios de Salud, Escuela de Higiene y Medicina Tropical de Londres. En su artículo, Peckham concluye que la evidencia de la efectividad y seguridad de la fluoración del agua es seriamente defectuosa y no está de acuerdo con los hallazgos de un creciente cuerpo de investigación actual y previamente pasada por alto. Para ver un resumen de este informe, desplácese hacia abajo en: http://www.fluorideresearch.org/444/files/FJ2011_v44_n4_p260-261_sfs.pdf

Este artículo revisado apareció originalmente en Fluoride 2011, 44 (4) 188-190. Se reimprime con el amable permiso de la Sociedad Internacional para la Investigación del Fluoruro Inc. www.fluorideresearch.org o www.fluorideresearch.com . Oficina editorial: 727 Brighton Road, Ocean View, Dunedin 9035, Nueva Zelanda.

La Medicina Nutricional es Medicina Ortomolecular

La medicina ortomolecular utiliza una terapia nutricional segura y eficaz para combatir las enfermedades. Para más información: <http://www.orthomolecular.org>