

PARA DIVULGAÇÃO IMEDIATA

Serviço de Notícias de Medicina Ortomolecular, 7 de maio de 2012

Dispensando com flúor

Editorial de Andrew W. Saul

(OMNS 7 de maio de 2012) Quando criança, não gostava de ir ao dispensário odontológico, com a possível exceção do grande aquário de peixes tropicais na sala de espera. Isso foi uma distração para o que estava por vir: três horas em um vasto corredor contendo uma fila dupla de cadeiras de dentista pretas e uma fila dupla correspondente de estudantes de odontologia vestidos de branco. E foi aí que, aos seis anos, encontrei o flúor pela primeira vez regularmente. Depois de uma limpeza e check-up gratuitos (o motivo pelo qual meus pais preocupados com os custos me mandaram ir lá e o motivo pelo qual levou literalmente três horas para ser concluído), foi aplicado flúor em meus dentes com um cotonete. Lembro-me tanto do cheiro (acre) quanto do sabor (adstringente). Na verdade, eu esperava ansiosamente pelo tratamento com flúor, simplesmente porque foi a última coisa que eles fizeram comigo antes de eu poder ir embora. Funcionou? Provavelmente não. Além de meus tratamentos tópicos regulares com flúor, eu morava em uma cidade com água fluoretada e cresci com pasta de dente fluoretada. E eu estava com a boca cheia de amálgama na formatura do colégio.

Controvérsia? Que controvérsia?

No final dos anos 1970, como um jovem pai, tomei conhecimento do *National Fluoridation News*, publicado na ainda desconhecida cidade de Gravette, Arkansas (pop 2.200). Por uma pequena doação, recebi uma caixa cheia de edições anteriores pelo correio. Além dessa generosidade, o que me surpreendeu no *NFNews* foi o alto calibre de seu conteúdo. A maioria dos artigos não editoriais foi bem referenciada e o trabalho de cientistas bem qualificados. Isso foi uma espécie de posar, pois como um graduado em biologia da faculdade, eu tinha sido completamente educado nas duas Nobres Verdades da Fluoretação: 1) que o flúor na água potável reduziria a cárie dentária em 60-65% e 2) que qualquer pessoa que discordasse com essa visão era um tolo. Sim, eu tinha visto o filme *Dr. Strangelove*, e sim, eu sabia ler um endosso da ADA em um rótulo de pasta de dente.

Não muito depois disso, minha predileção por ler rótulos de pasta de dente valeu a pena. Lá estava ele, impresso na parte de trás do tubo:

"As crianças devem usar apenas uma porção do tamanho de uma ervilha de pasta de dente com flúor ao escovar."

Tive dois filhos pequenos e isso chamou minha atenção. Olhando para ele, descobri que as crianças pequenas engolem uma quantidade considerável de pasta de dente quando escovam, talvez a maior parte dela.

Qualquer pessoa que já assistiu à televisão não poderia deixar de ver os anúncios de pasta de dente. Eles sempre mostravam o pincel carregado, com pontas salientes decorativas alargadas em cada extremidade. Quando o creme dental da marca "AIM" foi lançado, lembro-me claramente de que o creme dental era exibido em duas ou até três camadas na escova. O número de crianças que usaram o produto tão generosamente e engoliram metade dele provavelmente permanecerá desconhecido. Quanto a mim, mudei imediatamente minha família para uma pasta de dente sem flúor. Quanto aos rótulos de pasta de dente, eles foram reescritos rapidamente. Eles agora lêem:

"Se você acidentalmente engolir mais do que o usado para escovar, procure ajuda profissional ou contate um centro de controle de veneno imediatamente."

Mas **todas as** crianças engolem mais do que é usado para escovar. A única pergunta é: quanto? Os Centros de Controle de Doenças dos EUA declaram:

*"O creme dental com flúor contribui para o risco de fluorose do esmalte porque o reflexo de deglutição em crianças com menos de 6 anos nem sempre é bem controlado, principalmente entre crianças com menos de 3 anos. As crianças também engolem o creme dental deliberadamente quando gostam de seu sabor. Uma escova de dentes de tamanho infantil coberta com uma tira completa de pasta de dente contém aproximadamente 0,75-1,0 g de pasta de dente, e cada grama de pasta de dente com flúor, conforme formulada nos Estados Unidos, contém aproximadamente 1,0 mg de flúor. **Crianças com menos de 6 anos engolem um média de 0,3 g de pasta de dente por escovação e pode engolir inadvertidamente até 0,8 g .**" [1, ênfase adicionada]*

Para crianças de 6 anos ou menos, isso é uma ingestão **média** de um terço da pasta de dente que usam e a possibilidade de engolir inadvertidamente 80% ou mais. Existe cerca de um miligrama de flúor em uma única "porção" de pasta de dente. Estou chamando de "porção" porque o flúor na pasta de dente é regulamentado como se fosse um alimento, não uma droga. Como isso é verdade? Adicionar ainda menos de um miligrama de flúor a uma única porção de vitaminas infantis torna-as instantaneamente um medicamento prescrito. É realmente estranho que a pasta de dente com flúor continue sendo um produto de venda livre.

Nas escolas

Quando meus filhos estavam no ensino fundamental, a faculdade de odontologia local (as pessoas que nos trouxeram o dispensário que frequentei quando menino) interessou nosso distrito escolar em um projeto de pesquisa. A água pública de nossa cidade estava sob controle local e sem flúor, ao contrário da cidade vizinha. A ideia, então, era administrar enxágue com flúor em crianças em idade escolar, durante o horário escolar, e depois contar a cárie. Fomos solicitados a assinar uma carta de permissão, que enfatizava os

prováveis benefícios e encobria quaisquer perigos. Lembrando-me do que os jovens faziam com a pasta de dente doce, imaginei que eles também engoliriam um enxágue com sacarina. Optamos por não assinar. Mas marquei a caixa para receber os resultados do estudo. Em última análise, veio na forma de uma carta, dizendo que os resultados foram decepcionantemente inconclusivos: nenhuma evidência de que os enxágues com flúor ajudaram nossa comunidade de bebedores de água não fluoretada. Não tenho conhecimento de que o estudo foi publicado.

Isso não é especialmente surpreendente. Fechar o acesso a uma discussão científica equilibrada sobre a fluoretação está bem vivo. . . e suportado pelo contribuinte. Estudos e análises negativos sobre flúor dificilmente são abundantes no PubMed / Medline. Não é preciso ser um teórico da conspiração para observar que a US National Library of Medicine se recusa a indexar a revista *Fluoride* . [2] A censura é um comportamento aberrante para qualquer biblioteca pública.

Sem discussão

Há cerca de 15 anos, o abastecimento público de água da nossa cidade foi anexado à metrópole vizinha. Além de um aumento na taxa, a única outra alteração, quase imperceptível, em nossa conta foi uma legenda digitada uma vez na parte inferior dela de que o flúor foi adicionado à água. Não houve votação e nem mesmo discussão. As comunidades de costa a costa sabem que isso não é incomum. Quatro copos de água da torneira fluoretada contêm quase tanto flúor quanto uma dose prescrita. Não só a água fluoretada não é prescrita, como também é mais certo de ser engolida do que a pasta de dente. Ter mais de 6 anos significa melhor controle dos reflexos da deglutição, limitando a ingestão de flúor do creme dental. Não existe tal acomodação para água potável.

A medicina baseada em evidências requer evidências antes de se medicar. A fluoretação da água não é baseada em evidências. Não foi testado em estudos bem controlados. A fluoretação da água pública é um medicamento padrão, pois você deve evitá-la deliberadamente se não quiser tomá-la. A ingestão diária de flúor de uma pessoa simplesmente por beber uma quantidade média de água de torneira fluoretada, água mineral fluoretada e bebidas produzidas ou preparadas com água fluoretada pode facilmente exceder o limite para o qual seu farmacêutico corretamente exigiria uma receita. O flúor em dentifrícios e enxaguatórios bucais também é um medicamento. Pode ser pretendido como tópico, mas a realidade é diferente. Não importa como pode ser aplicado em suas bocas, as crianças vão engoli-lo. Na verdade, a maior parte do público e da profissão odontológica já o fez.

Referências:

1. Grupo de Trabalho de Recomendações de Fluoreto. Recomendações para o uso de flúor na prevenção e controle da cárie dentária nos Estados Unidos. CDC Recommendations and Reports 2001; 50 (RR14): 1-
42. <http://www.cdc.gov/mmwr/preview/mmwrhtml/rr5014a1.htm>

2. <http://www.orthomolecular.org/resources/omns/v06n05.shtml> Se quiser acessar o que a National Library of Medicine, financiada pelos contribuintes dos EUA, se recusa a indexar, você pode ler mais de 40 anos de artigos da revista Fluoride, free of charge, em <http://www.fluorideresearch.org/> Role para baixo até "Archives and Indexes, 1968-2011."

Comentário de Albert W. Burgstahler, PhD: O suporte para esses pontos de vista e conclusões é encontrado em uma revisão recente na Critical Public Health (2011: 1-19) intitulada "Matando vacas sagradas: é hora de interromper a fluoretação da água?" por Stephen Peckham do Departamento de Pesquisa e Política de Serviços de Saúde da London School of Hygiene and Tropical Medicine. Em seu artigo, Peckham conclui que as evidências da eficácia e segurança da fluoretação da água são seriamente defeituosas e não estão de acordo com os achados de um corpo crescente de pesquisas atuais e anteriormente negligenciadas. Para obter um resumo deste relatório, role para baixo em: http://www.fluorideresearch.org/444/files/FJ2011_v44_n4_p260-261_sfs.pdf

Este artigo revisado apareceu originalmente em Fluoride 2011, 44 (4) 188-190. Foi reimpresso com a gentil permissão da International Society for Fluoride Research Inc. www.fluorideresearch.org ou www.fluorideresearch.com . Escritório Editorial: 727 Brighton Road, Ocean View, Dunedin 9035, Nova Zelândia.

Medicina nutricional é medicina ortomolecular

A medicina ortomolecular usa terapia nutricional segura e eficaz para combater doenças. Para mais informações: <http://www.orthomolecular.org>