



Datos sobre la fluoración del agua Water Fluoridation Facts

¿Qué es el fluoruro?

El fluoruro se encuentra en la tierra, el agua fresca, el agua de mar, las plantas y muchos alimentos. El fluoruro es una forma del flúor, y uno de los elementos más comunes en la corteza terrestre. El fluoruro tiene efectos positivos sobre la salud dental.

¿Qué es la fluoración del agua?

Toda el agua contiene algo de fluoruro. La fluoración es el proceso de ajustar el nivel natural de fluoruro en el suministro de agua a la cantidad necesaria para la protección contra las caries. Para la Colombia Británica, la cantidad más efectiva es de 0.7mg/L a 1.0mg/L de fluoruro en los suministros de agua. Se utiliza equipo confiable y un cuidadoso control para ayudar a mantener estos niveles de fluoruro.

¿Cómo ayuda el fluoruro a prevenir las caries?

El fluoruro previene las caries de varias maneras. El fluoruro protege los dientes cuando acaban de salir y conforme se desarrollan con el tiempo. El fluoruro se une al esmalte o la superficie de los dientes, haciéndolos más resistentes a las bacterias y las caries.

También ayuda a reparar las primeras etapas de las caries, visibles únicamente bajo un microscopio.

¿Cuáles son los beneficios de la fluoración del agua?

Se han llevado a cabo estudios exhaustivos durante los últimos 50 años y éstos muestran que la fluoración del agua es una manera segura, efectiva y de bajo costo para mejorar la salud dental de personas de todas las edades.

Los estudios muestran que los niños que beben agua fluorada pueden esperar hasta un 35 por ciento menos caries que aquellos que beben agua sin fluorar. Al usar agua fluorada, los niños desarrollan dientes más fuertes que duran toda la vida. Como adultos tendrán menos caries o pérdida de dientes. Los adultos que beben agua fluorada también pueden esperar tener menos caries.

¿Es segura la fluoración?

Sí. La seguridad de la fluoración de suministros de agua públicos o comunitarios ha sido estudiada ampliamente como medida de salud pública.

Desde la década de los cuarenta, cientos de estudios científicos han mostrado que el uso

de fluoruro para una salud dental óptima no tiene efectos dañinos.

Las revisiones exhaustivas realizadas por los principales expertos no han hallado ninguna conexión entre la fluoración y el cáncer. No han habido pruebas de que un nivel bajo de exposición al fluoruro cause problemas en otras partes del cuerpo. No se ha asociado con síndromes o defectos del nacimiento.

El fluoruro está recomendado para prevenir las caries y mejorar la salud dental. La fluoración del agua está respaldada como una medida de salud pública valiosa y beneficiosa por parte de:

- La asociación dental canadiense (Canadian Dental Association);
- La asociación médica canadiense (Canadian Medical Association);
- La asociación de salud pública canadiense (Canadian Public Health Association);
- La sociedad pediátrica canadiense (Canadian Pediatric Society); y
- La Organización Mundial de la Salud.

¿Es costosa la fluoración?

No. La fluoración de un suministro de agua cuesta entre 50 y 60 centavos por persona al año.

¿Deben fluorarse los suministros de agua?

La fluoración del agua desempeña un papel clave en la salud dental.

Algunas comunidades han dejado de fluorar el agua debido al temor infundado de que existan efectos dañinos. Se ha encontrado una mayor incidencia de caries en comunidades que han dejado de utilizar la fluoración.

Las comunidades deben considerar detenidamente este asunto porque dejar de usar la fluoración puede causar un daño innecesario.

Para obtener más información sobre la fluoración del agua, por favor póngase en contacto con su dentista o higienista dental, o con el programa dental de su unidad de salud pública local.

Para leer acerca de otros temas en los Folletos de Salud de BC (HealthLink BC File) diríjase a: www.HealthLinkBC.ca/healthfiles/index.stm o contacte su unidad local de salud pública.

Para obtener información y familiarizarse con los servicios de salud en B.C. (en casos que no constituyen emergencia) visite: www.HealthLinkBC.ca o llame al **8-1-1**.

La línea telefónica de B.C. para personas sordas o con problemas de audición es 7-1-1.

Ofrecemos servicios de traducción (interpretación) en más de 130 idiomas para quienes los requieran.