

# Todo sobre el Fluoruro

## en el Condado de Miami-Dade



### ¿Por qué el Condado de Miami-Dade añade fluoruro al agua potable?

- El Condado de Miami-Dade ha añadido fluoruro al agua desde 1958, como medida de salud para prevenir las caries dentales en niños y adultos, siguiendo las recomendaciones de dentistas y expertos médicos.

### ¿Es seguro el fluoruro?

- El fluoruro es un mineral que se encuentra de forma natural en el agua e incluso en los alimentos.
- El agua del Condado de Miami-Dade contiene niveles naturales de fluoruro, de aproximadamente 0.2 mg/L. Ajustamos ese nivel a 0.7 mg/L para cumplir con las recomendaciones de expertos sanitarios para proteger la salud dental.

### Recomendada por los expertos

La práctica de la fluoración es reconocida como segura y eficaz por asociaciones de profesionales de la salud y expertos médicos, como la Asociación Dental Americana (ADA) y la Academia Americana de Pediatría (AAP).

### ¿Cómo es que el agua fluorada protege la salud?

- Contribuye a prevenir las caries porque fortalece los dientes en desarrollo o ya maduros, e incluso revierte las caries recién formadas.
- Garantiza que todas las familias tengan acceso al fluoruro para proteger su dentadura, sobre todo las que no pueden pagar un seguro dental caro o una atención regular.

### ¿Qué ocurre si dejamos de añadir fluoruro al agua?

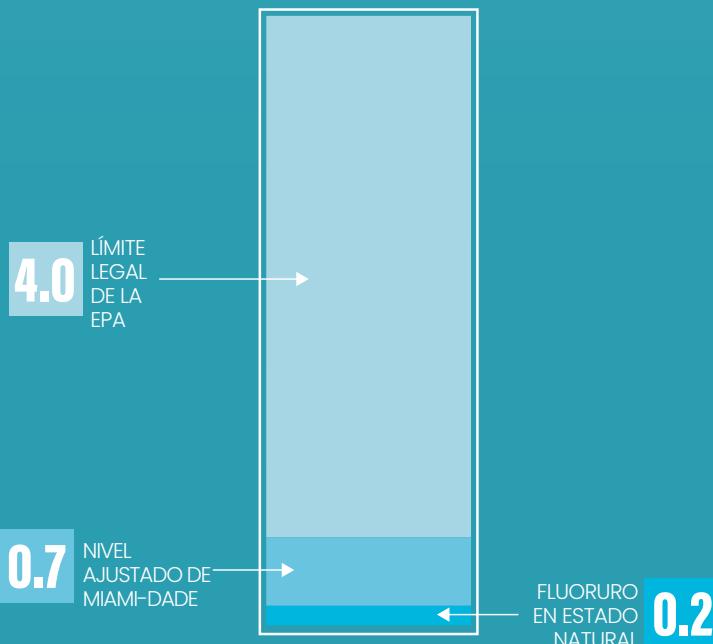
- Podría causar un daño real y duradero, sobre todo para los niños y las familias vulnerables que no pueden pagar visitas periódicas al dentista.
- Habrá más niños con mala salud bucodental e incluso con emergencias dentales, lo que les hará faltar a la escuela y les provocará problemas de concentración debido a dolores dentales.
- Habrá más padres que tendrán que faltar al trabajo, y las familias que ya tienen dificultades enfrentarán una mayor carga financiera.
- Las consecuencias van más allá de las caries: la salud bucal está estrechamente relacionada con la salud en general. Los problemas dentales hacen que aumente el riesgo de otros males, desde las enfermedades cardiovasculares hasta la diabetes.

### El fin de la fluoración en otras comunidades causó daños duraderos

El condado de Pinellas (Florida), Buffalo (Nueva York) y Calgary (Canadá) intentaron poner fin a la fluoración. ¿Qué sucedió?

- Se observó un deterioro de la salud dental y un aumento de las caries y las visitas de urgencia a los dentistas.
- Al ver las consecuencias, volvieron a introducir el fluoruro en el agua, con un alto costo para la salud pública y para los contribuyentes.
- La ciudad de Buffalo enfrenta una demanda colectiva presentada por padres de niños que han sufrido problemas dentales, lo que podría costar a sus contribuyentes más de \$160 millones.

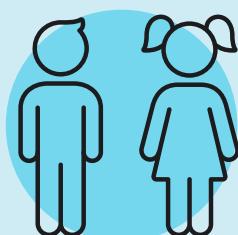
### Niveles de fluoruro en el agua potable de Miami-Dade



# Mitos y realidades sobre el fluoruro

## Mito

El agua fluorada afecta la salud de los niños, afecta su desarrollo, reduce su coeficiente intelectual y provoca déficit de atención e hiperactividad (ADHD, en inglés).



## Realidad

Los estudios de salud no muestran efectos adversos sobre el coeficiente intelectual o el desarrollo saludable con el nivel recomendado de 0.7 mg/L.

Los estudios que vinculan un coeficiente intelectual más bajo en niños con altos niveles de exposición al fluoruro se realizaron aplicando aproximadamente el doble de la cantidad de fluoruro que se encuentra en el sistema de abastecimiento de agua de Miami-Dade y en otros sistemas municipales.

## Mito

El fluoruro es una sustancia química tóxica.



## Realidad

El fluoruro es un compuesto mineral que se encuentra en estado natural en el agua e incluso en algunos alimentos.

No hay pruebas de que el fluoruro, cuando se consume a niveles bajos, afecte el comportamiento, la cognición o la salud general de las personas.

## Mito

El fluoruro es un medicamento que se administra de forma masiva sin consentimiento público.



## Realidad

El fluoruro es un nutriente, no un medicamento. Al igual que la vitamina D en la leche o el yodo en la sal, contribuye a mejorar la salud.

## Mito

Obtenemos suficiente fluoruro de las pastas dentales, no lo necesitamos también en el agua.



## Realidad

¡Necesitamos los dos!

El fluoruro tópico, que se añade a algunas pastas dentales, fortalece los dientes ya presentes en la boca y los hace más resistentes.

El fluoruro en el agua potable contribuye a fortalecer los dientes, especialmente en los niños pequeños, cuyas dentaduras todavía están en desarrollo.