

Datos sobre la fluoración del agua

Water fluoridation facts

¿Qué es el fluoruro?

El fluoruro (flúor) es un mineral que se encuentra de manera natural en nuestra agua, aire, alimentos y en el suelo. En concentraciones bajas, el fluoruro en el agua potable ayuda a prevenir las caries dentales y mejora la salud bucodental.

El fluoruro se añade al agua mediante un proceso denominado fluoración del agua. A los niveles naturales de fluoruro en el suministro de agua se añade una cantidad adicional con el fin de proteger contra la caries.

En Canadá, la cantidad recomendada de fluoruro en el agua potable es de 0,7 mg/l en aquellas comunidades que deseen añadir fluoruro a su suministro de agua. Un equipo fiable y un seguimiento meticuloso ayudan a mantener estos niveles de fluoruro. Las Directrices para la calidad del agua potable en Canadá (Canadian Guidelines for Drinking Water Quality) establecen que la concentración máxima permisible (MAC, por sus siglas en inglés) es 1,5 mg/l. Tanto si se trata de fluoruro natural como si se trata de fluoruro añadido durante el proceso de tratamiento de agua, los niveles no deben superar esta cantidad.

Menos del 4 por ciento de la población de B.C. tiene acceso a un suministro de agua fluorada a través de su comunidad.

¿Cómo ayuda el fluoruro a prevenir las caries?

El fluoruro protege los dientes cuando acaban de salir y conforme se desarrollan

con el tiempo. El fluoruro se adhiere al esmalte o superficie de los dientes, haciéndolos más resistentes a las bacterias y a la caries. También ayuda a reparar los dientes en las etapas más tempranas de la caries.

¿Dónde puede llevarse a cabo la fluoración?

La fluoración puede llevarse a cabo en suministros o en pozos de agua públicos, privados y comunitarios.

Se recomienda a los proveedores de agua que utilizan fluoruro de forma habitual que controlen sus niveles. Esto es para mantener concentraciones seguras. Todos los proveedores de agua tienen la obligación de poner los resultados de las pruebas a disposición de los usuarios y del público. Si tiene un pozo privado o doméstico, debe hacer un análisis químico completo del agua que incluya la detección de fluoruro.

¿Cuáles son los beneficios de la fluoración del agua?

Los proveedores de agua llevan más de 70 años ajustando los niveles de fluoruro en el agua potable en Canadá. Décadas de investigaciones exhaustivas muestran que la fluoración del agua es una manera segura, eficaz y de bajo coste para mejorar la salud bucodental de todas las personas.

Los estudios demuestran que los niños que toman agua con flúor pueden tener hasta un 25-30 por ciento menos de caries dental que aquellos que beben agua que no ha sido

fluorada. Al beber agua fluorada, los niños desarrollan dientes fuertes. De adultos, tendrán menos caries y menos piezas dentales perdidas. Los adultos que beben agua fluorada también tendrán menos deterioro dental u otros problemas bucodentales relacionados con las caries.

¿Es segura la fluoración?

Sí. Se ha estudiado cuidadosamente el uso del fluoruro como una medida de salud pública. Es seguro en dosis bajas.

Desde la década de 1940, los científicos han estudiado el uso del fluoruro para la salud bucodental.

Destacados expertos han realizado amplios estudios sobre la fluoración del agua y no se ha encontrado relación entre la fluoración y el cáncer. No hay pruebas sólidas que indiquen que la exposición al fluoruro en el agua potable en concentraciones inferiores a la MAC cause efectos adversos sobre la salud, problemas reproductivos o problemas en el desarrollo. Sin embargo, como con cualquier otro elemento natural, la exposición a concentraciones elevadas puede ser nociva para la salud.

El fluoruro se recomienda para prevenir caries y para mejorar la salud bucodental. La fluoración del agua está aprobada como una valiosa y beneficiosa medida de salud pública por:

- Health Canada (Ministerio de Salud de Canadá)
- The Canadian Dental Association (La Asociación Dental Canadiense)
- The Canadian Medical Association (La Asociación Médica Canadiense)

- The Canadian Pediatric Society (La Sociedad Canadiense de Pediatría)
- The Canadian Public Health Association (La Asociación de Salud Pública Canadiense)
- La Organización Mundial de la Salud

¿Deben fluorarse los suministros de agua?

La fluoración del agua desempeña un papel fundamental en la salud bucodental. Ayuda a todos los miembros de la comunidad a protegerse de las caries, independientemente de su edad, nivel educativo y estatus socioeconómico. Se requiere un voto comunitario de más del 50 por ciento para que la fluoración del agua se instale o retire. Algunas comunidades han interrumpido la fluoración del agua. Sin embargo, es importante tener en cuenta que décadas de investigación han determinado que el agua fluorada es segura. Las comunidades que han detenido la fluoración han visto un incremento en las caries dentales en comparación con comunidades que siguen fluorando el agua.

Para más información

Para obtener más información sobre la fluoración del agua, póngase en contacto con su dentista o higienista dental, el programa dental de su unidad local de salud pública o con la British Columbia Dental Association (Asociación Dental de la Colombia Británica) en <https://bcdental.org>.

Para leer acerca de otros temas en los folletos de HealthLinkBC, vea www.HealthLinkBC.ca/health-library/healthlinkbc-files o visite su unidad local de salud pública. Para obtener información y consejos en temas de salud en BC (para casos que no constituyan una emergencia), vea www.HealthLinkBC.ca o llame al número gratuito **8-1-1**. El número telefónico de asistencia para personas sordas o con problemas de audición es el **7-1-1**. Ofrecemos servicios de traducción (interpretación) en más de 130 idiomas para quienes los soliciten.