

Suplementos de Flúor en la Dieta

Resumen Completo

Descripción:

Los suplementos de flúor en la dieta se encuentran disponibles en gotas, pastillas o tabletas. La mayoría de los suplementos contienen fluoruro de sodio (NaF) como ingrediente activo.¹ Las recomendaciones de uso de los suplementos fluorados varían a lo largo del mundo.² En los Estados Unidos (EE.UU.), los suplementos de flúor en la dieta son prescritos basándose en la edad y nivel de flúor en el agua potable.³ La Asociación Dental Canadiense recomienda suplementos solamente para esos niños que tienen alta experiencia de caries y cuya ingesta total de flúor está por debajo de 0.05-0.07 miligramos de flúor por kilogramo de peso corporal.⁴ Expertos europeos recomiendan 0.5 mg/día para niños en riesgo entre los 3 y 5 años de edad. Más recientemente en Australia, los investigadores han concluido que los suplementos fluorados en forma de gotas o tabletas no deben ser utilizados⁶, y los expertos europeos indican la evaluación individual de cada caso.⁷ Los suplementos de flúor en la dieta pueden ser efectivos en la prevención de la caries dental, sin embargo, su costo, la falta de motivación, el pobre cumplimiento y las preocupaciones de seguridad han demostrado que los programas comunitarios no son tan exitosos como otros programas de prevención que utilizan fluoruros.

Uso:

En los EE.UU., los suplementos de flúor en la dieta están disponibles solamente por prescripción profesional y el CDC recomienda el uso de suplementos únicamente en niños que viven en comunidades no fluoradas entre los 6 meses a 16 años de edad.³ La cantidad prescrita se basa en la edad y el nivel de flúor en el agua potable.⁸ La dosis también depende del nivel de flúor en el agua potable, historia completa de ingesta de flúor con información de todas las fuentes y el nivel de beneficio de protección esperado contra la caries dental que pueden proporcionar los suplementos de flúor en la dieta. Las concentraciones disponibles para tabletas y pastillas son de 1.0, 0.5, y 0.25 mg de flúor. En una revisión sistemática de 20 reportes sobre suplementos de flúor en la dieta,



Alianza por un Futuro Libre de Caries

Detenga la Caries AHORA por un Futuro Libre de Caries

se reportó un beneficio en la reducción de caries del 43%, las tasas de deserción fueron alrededor del 30%, y se encontró una fluorosis de leve a moderada.² Mientras que los estudios han reportado una disminución en la caries dental con el uso de suplementos de flúor en niños, el beneficio de prevención de caries no es muy alto.⁹ Esto se puede deber a la disponibilidad diseminada de fluoruros (crema dental, agua), y por ende, diluyendo el efecto de los suplementos fluorados.

Efectividad:

Se ha reportado que los estudios sobre la efectividad de los suplementos de fluoruro en niños <6 años tienen fallas en el diseño metodológico tales como muestras no aleatorizadas, falta de grupos control, altas tasas de atrición, y examinadores no doble ciego.¹⁰ El uso de suplementos de flúor en niños pequeños ha sido una discusión controversial.¹¹ Esto se debe a que la evidencia de los suplementos de flúor cuando son utilizados desde el nacimiento o poco después es débil.

Seguridad:

Los suplementos de flúor son un factor de riesgo para fluorosis dental, y el flúor tiene poco efecto en la fase pre-eruptiva en la prevención de la caries dental. Además, los hallazgos de estudios hasta ahora sugieren que algunos niños exceden el nivel "óptimo" de la ingesta de flúor de una fuente única, mientras que otros niños pueden excederse de una combinación de fuentes.¹² Basado en la evidencia de seguridad y efectividad, los investigadores creen que el protocolo de dosificación requiere una consideración cuidadosa¹³



Alianza por un Futuro Libre de Caries

Detenga la Caries AHORA por un Futuro Libre de Caries

Referencias:

1. CDC. Fluoridation: Other fluoride products.
2. <http://www.cdc.gov/fluoridation/other.htm#2>. 2010.
3. Ismail A, Hasson H. Fluoride supplements, dental caries and fluorosis. A systemic review. *Journal of American Dental Association*. 2008;139(11):1457-1468.
4. ADA. Fluoridation Facts. The ADA statement commemorating the 60th anniversary of community water fluoridation. . *American Dental Association*. 2005.
5. Swan E. Dietary fluoride supplement protocol for the new millenium. *Journal of Canadian Dental Association*. 2000;66(7):362-363.
6. Clarkson J. A European view of fluoride supplementation. *British Dental Journal*. 1992;172(9):357.
7. Australian Research Center for Population Oral Health. The use of fluorides in Australia: Guidelines. *Australian Dental Journal*. 2006;51(2):195-199.
8. Guidelines on the use of fluoride in children: an EAPD policy document. *Eur Arch Paediatr Dent*. Sep 2009;10(3):129-135.
9. CDC. Dietary Fluoride Supplement Schedule.
10. http://www.cdc.gov/fluoridation/other/spplmnt_schdl.htm. 2010.
11. Riordan P. The place of fluoride supplements in caries prevention today. *Australian Dental Journal*. 1996;41(5):335-342.
12. Recommendations for using fluoride to prevent and control dental caries in the United States. Centers for Disease Control and Prevention. *MMWR Recomm Rep*. Aug 17 2001;50(RR-14):1-42.
13. Burt B. The case for eliminating the use of dietary fluoride supplements for Young children. *Journal of Public Health Dentistry*. 1999;59(4):269-274.
14. Levy S, Guha-Chowdhury N. Total fluoride intake and implications for dietary fluoride supplementation. *Journal of Public Health Dentistry*. 1999;59(4):211-223.
15. Horowitz H. The role of dietary supplements in caries prevention. *Journal of Public Health Dentistry*. 1999;59(4):205-210.