

## Problemas de Salud Asociada con la Ingestión de Flúor

Laura H. Hatton, M.S., C.C.N.

Sobre la base de las investigaciones actuales, muchas ciudades dentro de los Estados Unidos están optando por no fluorizar el agua potable. Fluorizar el agua potable es la forma más popular de agregar fluoruro a la dieta en los EEUU, con la supuesta intención de reducir la caries dental. En los países de Sur América, la manera de añadirlo a la dieta es agregando el fluoruro a la sal de mesa.

Según investigaciones, la ingesta crónica de fluoruro está asociada con varios problemas de salud; incluyendo la enfermedad tiroidea, bajo coeficiente intelectual (CI) en niños, malformaciones óseas, irregularidades en la glándula pineal (\*La glándula pineal contribuye a controlar los ciclos del sueño y la vigilia), y tiene un efecto adverso en los riñones. Lo que sigue es un breve resumen de algunas investigaciones sobre el tema de ingesta crónica de fluoruro. Basada en las investigaciones, los animo a eliminar el fluoruro de la dieta, así como de la sal de mesa en el Ecuador.

#1. En la investigación de Tang QQ, Du J, Maheng-Hui y otros, "[Fluoruro y la Inteligencia de los Niños: un meta-análisis](#)", *Biol Trace Elem Res* (2008); en 126:115-120 seleccionaron 16 estudios de casos-controlados que cumplían los criterios para el análisis. En sus investigaciones encontraron una fuerte y constante relación entre la exposición al fluoruro y el bajo coeficiente intelectual. Los autores informaron que una fuerte asociación fue reportada entre un alto nivel de fluoruro en el agua potable y bajos niveles de coeficiente intelectual (CI) en niños.

#2. De acuerdo al artículo "[¿Hay Necesidad de Extra Fluoruro en los Niños?](#)" del Departamento de Psicología Krishna Ram Ayurvigyan Shodh Sansthan, Colegio Medico SMS e Instituto Tecnológico Nacional Malaviya en Jaipur, India, "el fluoruro se almacena principalmente en los huesos, donde incrementa la densidad y cambia la estructura interna, haciéndolos osteoporóticos y más propensos a las fracturas. El consumo humano de fluoruro incrementa la proporción general de muertes por cáncer, interrumpe la síntesis del colágeno y lleva al desajuste del colágeno en los huesos, tendones, músculos, piel, cartílagos, pulmones, riñones y tráquea, causando efectos destructivos en varios tejidos del cuerpo. Esto impide la formación de anticuerpos, altera al sistema inmunológico, y hace que los niños estén propensos a padecer enfermedades malignas. El fluoruro ha sido categorizado como veneno protoplásmico y cualquier ingesta infantil de fluoruro adicional es indeseable"

#3. En "[El Efecto de Fluoruro en la Psicología de la Glándula Pineal](#)" de Luke J. (1997) Ph.D. Thesis de la Universidad de Surrey, Guildford, la disertación resume los resultados en humanos y animales de la siguiente manera: "En conclusión, la glándula pineal humana contiene la más alta concentración de fluoruro en el cuerpo. El fluoruro está asociado con la sintetización reducida de la melatonina pineal en ratas en pre-pubertad, y una aceleración de la maduración sexual en ratas hembras. Los resultados refuerzan la hipótesis de que la glándula pineal tiene un rol en controlar la pubertad".

#4. "La exposición al fluoruro en seres humanos está relacionado con concentraciones elevadas de [TSH] la hormona que estimula la tiroides, incremento en la prevalencia de bocio, y la alteración en las concentraciones de tiroxina (T4) y triyodotironina (T3); efectos similares en T4 y T3 fueron reportados usando animales experimentales".

FUENTE: National Research Council. (2006). [Fluoride in Drinking Water: A Scientific Review of EPA's Standards](#). National Academies Press, Washington D.C. p 218.

"En seres humanos, los efectos en la función de la tiroides fueron relacionados con la exposición al fluoruro de 0.05 a 0.13 mg/kg/día cuando el consumo de yodo era adecuado, y de 0.01 a 0.03 mg/kg/día cuando el consumo de yodo era inadecuado".

FUENTE: National Research Council. (2006). [Fluoride in Drinking Water: A Scientific Review of EPA's Standards](#). National Academies Press, Washington D.C. p 218.

(\* agregado: como la glándula pineal ayuda a controlar los ciclos de sueño y vigilia