

PASTA FLURETADA

Apontado com raras ressalvas como o principal combatente das cáries durante duas décadas, o uso de cremes dentais com flúor foi posto em xeque por uma corrente da odontopediatra. Para esses especialistas, a escovação feita com produtos fluorados seria contra-indicada para crianças com idade inferior a seis anos, devido ao risco de fluorose - espécie de intoxicação que causa manchas brancas ou escuras e corrosão nos dentes definitivos e, em casos extremos, também na dentição de leite.

A discussão ganhou força em países como Estados Unidos e Canadá, onde se defende o combate ao consumo indiscriminado da substância definida no Aurélio como "tóxica e reativa". O grupo argumenta que as crianças estão expostas a uma ingestão excessiva de flúor. Além do creme dental, a água consumida nos grandes centros (tanto a de abastecimento quanto a maioria das minerais engarrafadas) e alguns alimentos (como o chá preto e o espinafre) também contêm a substância. Além disso, nos primeiros anos, é praticamente inevitável que a criança engula pasta de dente durante a escovação, o que potencializa o risco.

Um termômetro de que a polêmica chegou ao Brasil é que já se podem encontrar no mercado opções de pasta ou de gel dental infantil sem flúor -as das marcas Weleda, Malvatrikids Baby e InPhlOral são exemplos.

Em contrapartida, nos supermercados, a maioria das alternativas que os pais encontram expostas nas prateleiras é fluorada. A Colgate lançou recentemente a pasta do Barney, cuja concentração de flúor é a metade da observada nas marcas infantis tradicionais.

Para quem não quer optar por um produto livre da substância, vale levar para as crianças marcas que tenham menor concentração. "Todos acham que pasta fluorada é melhor, mas o flúor dela deve ser de uso tópico, sem ingestão. Quando ingerido, age sobre os dentes em formação, danificando-os", explica a odontopediatra Tânia Lima Barbosa. Em sua tese de mestrado, ela ouviu 501 mães das classes média e média alta sobre cuidados com a dentição infantil. Dessas, 59% não sabiam qual seria o melhor creme dental para os filhos.

"Até os quatro anos, enquanto a criança não tem controle do bochecho, o ideal é usar pasta sem flúor. Dos quatro aos seis, as pastas com pouco flúor são as mais indicadas", esclarece. "Não sou contra o flúor. O que defendo é que o uso dele na infância deve ocorrer no consultório, com supervisão", afirma a odontopediatra Márcia Amar, que desenvolveu a linha de higiene bucal infantil sem flúor InPhlOral baseada em similares norte-americanas. "Para um bebê, por exemplo, a dose [de flúor] ingerida por todos esses meios se torna excessiva. É importante saber que 50% dela são excretados, mas 50% permanecem no corpo, sendo absorvidos por dentes e ossos", comenta a dentista. "A grande questão aqui é refletir se trocaremos o risco de desenvolver cáries pelo risco de fluorose".

INDISPENSÁVEL

"O flúor é a melhor coisa que a odontologia já produziu para o combate às cáries". A defesa de Rui Oppermann, diretor da Faculdade de Odontologia da Universidade Federal do Rio Grande do Sul, em Porto Alegre, e consultor da ABO (Associação Brasileira de Odontologia), é enfática.

O especialista concorda que o uso abusivo da substância pode de fato significar um problema, mas acredita que a pasta dental fluorada deve continuar sendo usada pelas crianças, mas em quantidade mínimas.

"A aplicação tópica, ou seja, a que é feita sobre os dentes, é a mais eficaz. Abrir mão dela é abrir mão de uma proteção", alerta. "Os pais devem estar atentos à quantidade de creme dental usado. O correto é usar uma porção pequena, do tamanho da unha do dedo mindinho da criança", recomenda.

Para Marcelo Bonecker, professor de odontopediatria da Universidade de São Paulo, a decisão de seguir com a pasta fluorada ou trocá-la por uma sem flúor não deve ser dos pais, e sim do dentista que acompanha a criança.

"O flúor é um artifício eficiente para controlar as lesões de cárie, pequenas manchas que podem se alastrar se convertendo em cavidades, caso não sejam tratadas", explica. "É uma espécie de remédio, e há crianças que realmente não precisariam dele", completa.

Para Bonecker, assim como usar pasta fluorada não seria necessário para todas as crianças, optar pelo creme sem a substância também não é uma decisão válida para todos os que têm idade inferior a seis anos.

"É preciso considerar fatores como a dieta alimentar e os hábitos de higiene bucal para avaliar o risco de cárie na criança. Só a partir dessa análise é possível optar por uma ou por outra alternativa", ensina o especialista.

O flúor contido nos cremes dentais é encontrado em concentrações de 800 a 1.500 ppm (partes por milhão). Na maioria das pastas infantis comuns, a quantidade fica em torno de 1.100 ppm. Por isso, para quem não quer optar por um produto livre da substância, vale comparar o número na hora de comprar e escolher a marca que tenha menor quantidade.

A concentração de flúor na água de abastecimento é muito inferior (cerca de 0,7 a 1 ppm). Já as aplicações realizadas em consultório são as mais concentradas: 12 mil a 15 mil ppm, porém são feitas esporadicamente.

O fato é que, uma vez estabelecida a fluorose, é preciso partir para um tratamento estético a fim de se ver livre das seqüelas deixadas nos dentes pela intoxicação.

"As manchas no esmalte são definitivas e não há como disfarçá-las. Para removê-las, é preciso usar técnicas como a microabrasão, o desgaste com a broca e o revestimento com resina", esclarece o dentista Halley Maroja, que trabalha com odontologia estética.

Para Márcia Amar, há ainda um forte impacto psicológico para a criança que se vê com a dentição definitiva manchada. "Já tive um cliente de oito anos que tinha vergonha de sorrir por causa das manchas. Depois que corrigimos, ele fala que se tornou mais feliz e que quer ser dentista para ajudar as pessoas".

O flúor faz mal à saúde?

Não. O flúor é benéfico, pois reduz a cárie dentária, um grande problema de saúde que afeta mais de 95 % da população. Porém, deve ser ingerido na dosagem correta, para haver a prevenção sem efeitos colaterais.

De que maneira o flúor fortalece o dente?

Ele deve estar presente na saliva e, conseqüentemente, banhando os dentes, interferindo nos microrganismos produtores da cárie e alterando os cristais do esmalte, tornando-os mais resistentes ao ataque da cárie.

Quais as formas de usar o flúor?

O flúor pode ser ingerido através da água de abastecimento público e do sal de cozinha e pode ser adicionado ao leite (geralmente em programas alimentares em escola) sob a forma de comprimidos ou gotas. Essas formas são chamadas de "sistêmicas", porque têm um metabolismo próprio no corpo humano. O flúor pode ser usado localmente nos dentes por meio de cremes dentais (pastas de dente), bochechos, aplicações tópicas realizadas por dentistas ou auxiliares ou, ainda, por vernizes fluoretados.

Deve-se tomar flúor na gravidez para benefício da criança.

Não se deve tomar flúor na gravidez, pois se a mãe recebe normalmente o flúor sistêmico, através da água, por exemplo, uma pequena parte do flúor chega até o feto. Por outro lado, se a gestante não receber flúor sistêmico e começar a tomá-lo na gravidez, serão necessários cerca de 6 meses para haver embebição e saturação do flúor no corpo da mãe, para depois chegar ao filho. Se somarmos esses 6 meses com 2 meses, aproximadamente, para o diagnóstico da gravidez, o tempo útil fica reduzido.

A aplicação tópica periódica de flúor em crianças funciona? E nos adultos?

A aplicação periódica de flúor em crianças funciona, reduzindo o risco de cárie. A frequência maior, em geral, é mais benéfica. Já a aplicação tópica em adultos reduz a incidência de cárie, embora com resultados mais modestos do que em crianças. Deve-se

lembrar que a interrupção do uso do flúor pode aumentar ligeiramente o aparecimento de novas cáries.

Quando se deve fazer a primeira aplicação de flúor na criança?

A primeira aplicação de flúor deve ser feita o mais precocemente possível, isto é, após o nascimento dos dentes de leite.

O flúor interfere na doença gengival?

Não. Somente de forma indireta, pela redução da cárie.

Nas cidades onde existe fluoretação de água, há problema em usar pasta ou bochecho com flúor?

Não há problema em usar pasta ou bochechos com flúor em cidades com fluoretação das águas, desde que não ocorra ingestão da pasta ou da solução do bochecho.

Faz mal à criança engolir pasta com flúor?

Não é recomendável. Se ocorrer a ingestão sistemática (sempre que escovar os dentes) por muitos anos, esta poderá causar a fluorose dentária. O volume de pasta a ser colocado na escova deve ser limitado a 0,5 cm, ou menos, em função da idade da criança. A ingestão ocasional não traz maiores problemas.

Orientações sugeridas por Luiz Octávio C. Guimarães - Professor Titular da Faculdade de Saúde Pública da USP.

REVISTA DA APCD V. 50, Nº 1, JAN./FEV. 1996