



- [Página principal](#)
[Lo que dice la ciencia para adelgazar](#)
[Mis libros](#)
[Mi música](#)
[Libros recomendados](#)
[Productos milagro](#)

DESTACADOS

- [Martí-Bosch y sus tratamientos contra el cáncer](#)
- [La vacuna del papiloma humano. ¿útil o peligrosa?](#)
- [Desmontando argumentos de terapias alternativas](#)
- [La limpieza hepática no funciona](#)
- [Como autopublicar y vender tus libros](#)
- [El estilo Carl Sagan y el respeto](#)
- [Por qué prefiero los medicamentos](#)
- [Rebatiendo los productos milagro](#)
- [Por qué realmente la dieta Dukan no funciona](#)
- [Pranan Technologies. pseudociencia extrema](#)

Posts por categorías

- [Terapias alternativas](#) (80)
- [Astronomía/Astrofísica](#) (68)
- [Productos Milagro](#) (68)
- [Escepticismo](#) (66)
- [Pseudociencias](#) (51)
- [Libros](#) (48)
- [Religión/Ateísmo](#) (48)
- [Dietas/Alimentación](#) (44)
- [Medicina](#) (44)
- [Ocio/humor](#) (43)
- [Tecnología](#) (42)
- [Fotografía/imagen](#) (33)
- [Ciencia general](#) (32)
- [Servicios/utilidades](#) (29)
- [Sociedad](#) (29)
- [Internet](#) (28)
- [Clima](#) (24)
- [Homeopatía](#) (24)
- [Biología](#) (22)
- [Música](#) (19)
- [Lo que dice la ciencia para adelgazar](#) (17)
- [Martí](#) (17)
- [Política](#) (17)
- [Piratería](#) (16)

5.7.13

Empastes de amalgama de mercurio ¿Son tóxicos y peligrosos? ¿Tienes que preocuparte por tu salud?



Si pruebas a buscar en Google sobre los empastes de amalgama de mercurio (esos que son grises y bastante poco estéticos), ya sea en español o en inglés, la mayor parte de enlaces que te encontrarás tienen muchas exclamaciones y símbolos de calaveras. Porque este tema se ha convertido en uno de los preferidos entre los conspiranoicos de la salud, curanderos, terapeutas alternativos y amantes del marketing del miedo, como puedes comprobar en artículos como [este](#) o [este](#). Si te animas a leer alguno de ellos, te darán ganas de correr a por unos alicates para arrancarte los empastes cuanto antes y agradecerás el poder estar vivo todavía, porque, según afirman todos estos visionarios, su toxicidad habrá contaminado tu sangre y órganos, haciéndote susceptible de contraer las mas horrosas enfermedades mortales y neurodegenerativas.

¿Qué hay de cierto en todas estas advertencias? ¿Hay razones de peso para asustarse? Demos un breve repaso al tema y a la evidencia científica existente.

Estando en la universidad, en una de las asignaturas me tocó hacer una pequeña revisión sobre la situación de los composites o resinas en la odontología y su comparación con las amalgamas. Y a pesar del tiempo que ha pasado, recuerdo con bastante nitidez que en las conclusiones finales la balanza se inclinó a favor las amalgamas, ya que presentaban unas características físicas y mecánicas bastante superiores y una mayor facilidad y flexibilidad de aplicación. Aviso a los más conspiranoicos que las farmacéuticas no me pagaron nada por decir esto (me hubiese venido muy bien una propinilla entonces) y que también puntualicé que la cosa cambiaría en cuanto se mejorasen estos aspectos, ya que las resinas acabarían superándolas, impulsadas por su acabado blanco mucho más estético.

La odontología ha avanzado y, en efecto, las amalgamas casi pertenecen al pasado, las nuevas oclusiones se suelen hacer con materiales poliméricos. Pero las que tuvieron que hacernos durante aquellos años se mantienen en la boca de la mayoría de los que tenemos cierta edad.

Como su propio nombre indica, la composición de la amalgama es variada, con cantidades diversas de plata, estaño cobre y mercurio. Y es la presencia de este último metal lo que genera una importante controversia y lo que me ha empujado a escribir este post.

La toxicología ha estudiado en profundidad los efectos y peligros del mercurio en el organismo. Y es cierto que es un metal tóxico poco deseable y que está presente por todos lados en pequeñas cantidades, pero, como pasa con cualquier sustancia, hay que recordar que *la dosis hace al veneno*. Las amalgamas son una fuente de mercurio en forma de [mercurio elemental](#), tanto por deposición en la saliva como por evaporación. Sin embargo, la cantidad es pequeña, a menudo entre 5 y 10 veces inferior a lo establecido como máximo de seguridad. Además, hay que considerar que, a diferencia de otras sustancias, el mercurio elemental generalmente no se acumula en el organismo y acaba siendo excretado.

Reconociendo que la controversia existe incluso entre los expertos, la cantidad de estudios epidemiológicos realizados es muy importante, sin que se hayan encontrado resultados que sean como para echarse a temblar. Por razones preventivas medioambientales y de reducción de mercurio en el organismo de pacientes y odontólogos, es razonable seguir con una actitud prudente y tendente al cambio, pero insisto, sin melodramas. Una cosa es mejorar y minimizar posibles riesgos y otra aterrorizar a la gente con peligros sobredimensionados.



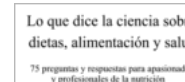
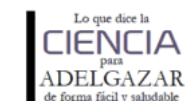
Sígueme



Visitantes



Mis libros



- [Psicología / Neurología](#) (16)
- [Economía](#) (13)
- [Informática](#) (13)
- [Ecología](#) (12)
- [Evolución](#) (12)
- [Centinel](#) (11)
- [Informes Polémicos](#) (11)
- [Preguntas y respuestas](#) (11)
- [Cámaras](#) (10)
- [Deporte/Ejercicio](#) (10)
- [Videoclip](#) (10)
- [Fumar](#) (9)
- [Física](#) (9)
- [Gente](#) (8)
- [Insólito](#) (8)
- [Blogger](#) (7)
- [Diseño](#) (7)
- [TV](#) (7)
- [Arte](#) (6)
- [Cáncer](#) (6)
- [aborto](#) (6)
- [Misterios](#) (5)
- [Matemáticas/estadística](#) (4)
- [Música Centinel](#) (4)
- [P2P](#) (4)
- [Sonido](#) (4)
- [Empresa](#) (3)
- [Magia](#) (3)
- [Ofimática](#) (3)
- [Predicciones arriesgadas](#) (3)
- [Vacunas](#) (3)
- [Crisis](#) (2)
- [Telefonía](#) (2)
- [El Cerebro Obeso](#) (1)
- [La guerra contra el sobrepeso](#) (1)

Busca en este blog

Artículos anteriores

- ▶ [2016](#) (5)
- ▶ [2015](#) (11)
- ▶ [2014](#) (17)
- ▼ [2013](#) (35)
 - ▶ [noviembre](#) (2)
 - ▶ [octubre](#) (2)
 - ▶ [septiembre](#) (3)
 - ▶ [agosto](#) (1)
 - ▼ [julio](#) (2)
 - ▶ [Desmontando argumentos de las pseudomedicinas: Las...](#)
 - ▶ [Empastes de amalgama de mercurio ¿Son tóxicos y pe...](#)

Una buena fuente de información es [este enlace](#) de la agencia americana FDA (*Food and Drug Administration*), ya que este organismo tiene desde hace tiempo un panel de expertos que revisa periódicamente la evidencia sobre el tema (incluso escucha a los científicos más críticos, como puede verse [en este vídeo](#)). Y aunque durante los últimos años han elevado el nivel de clasificación del riesgo de este material a "moderado" (como puede leerse en [este documento](#)), por el momento concluyen y dejan claro que su uso se considera seguro entre adultos y niños mayores de 6 años. El informe completo, con todos los estudios y datos analizados y las últimas conclusiones del panel, está accesible en [este extenso informe](#) y en este [amplio "libro blanco"](#). También hay una gran cantidad de información en [este completo informe de 2010 de la asociación de médicos y dentistas IAOMT](#), en el que se detalla todo el debate y las reflexiones que se desarrollaron durante el trabajo del panel de expertos de la FDA. Cientos y cientos de páginas llenas de contenido para los más interesados en profundizar, con referencias a gran cantidad de investigaciones.

Recomiendo además leer la opinión de la Asociación Dental Americana, formalizada en el informe que publicó en 2010 "[Comments of the American Dental Association Before The Dental Products Panel of the Medical Devices Advisory Committee](#)" y que coincide en sus conclusiones con la FDA, sin identificar riesgos importantes para la salud. Y añadiendo también que los empastes de amalgama son especialmente útiles y recomendables en algunas circunstancias específicas, con una relación riesgo-beneficio positiva.

Incluyo también los enlaces a otras revisiones científicas publicadas, que en sus conclusiones no encuentran evidencias significativas de alarma y que adjuntan referencias a gran cantidad de estudios que analizan el posible efecto para la salud desde numerosos puntos de vista: acumulación en el organismo, relación con enfermedades en adultos y niños, el caso de las embarazadas, etc.

- [The Dental Amalgam Toxicity Fear: A Myth or Actuality](#) (2012)
- [The Release of Mercury from Amalgam Restorations and Its Health Effects: A Review](#) (2009)
- [Review and Analysis of the Literature on the Health Effects of Dental Amalgams](#) (2005)

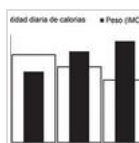
En definitiva y como conclusión, la evidencia parece indicar que aunque tengas amalgamas de mercurio en tus dientes o muelas, puedes dormir bastante tranquilo y sin obsesionarte por hacerlas desaparecer de tu boca. Si eres de los más hipocondríacos y lanzados, te aviso que el remedio podría ser peor que la enfermedad; los expertos recomiendan no liarse a cambiar estos antiguos empastes por nuevos más blancos y *saludables*, ya que se ha comprobado que la cantidad de mercurio que se desprende en forma de vapor durante su eliminación se dispara. Además, como ocurre con toda intervención, el proceso tiene también sus riesgos (por ejemplo, por el uso de anestésico local). Así que solo hay que llegar a este punto si por razones médicas es totalmente necesaria su reparación o sustitución.

Por cierto, de nuevo la Wikipedia en español deja bastante que desear. Como suele ocurrir en estos temas tan del gusto del *maguferio*, vuelve a dar una gran credibilidad y preponderancia a las afirmaciones y teorías más alarmistas, como se puede comprobar en [su entrada sobre la Amalgama](#). En línea con lo que ya denuncié en [este post anterior](#). Otra vez *Spain is different...* pero para mal.

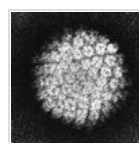
Quizás también le interese:



Alberto Martí Bosch y su tratamiento contra el cáncer



10 cosas sobre alimentación y salud que todo el mundo ...



Vacuna del virus del papiloma humano (VPH), lo que dice ...



6 Razones por las que la limpieza hepática es una estafa ...

Linkwithin

Categorías: [Terapias alternativas](#)

15 comentarios:



Demóstenes dijo...

(tu entrada me recuerda que ya debería ir pidiendo hora para el dentista...)

Siempre se van creando alarmas sociales y teorías conspiranoicas, ya sean los empastes de mercurio o los edulcorantes artificiales o la energía nuclear (de la que yo estoy en contra, pero por razones distintas a las que se van oyendo por ahí).

Al menos me alegro de que hayas aclarado un poco la cuestión de los empastes, porque así si me tienen que poner algún empaste -que no tengo ninguno- y es de mercurio no me preocuparé porque me dé un chungo.

[8:40 a. m.](#)



Centinel dijo...

Demóstenes, es difícil que hoy en día te pongan uno de esos. Y te doy la enhorabuena por no tener ninguno, eso es que tienes una magnífica salud bucodental.



Sobre el Blog



Centinel

Químico apasionado por la ciencia.

Curioso y escéptico. Me interesan la salud, el cosmos y la tecnología. Email de contacto: elblogdecintinel@aroba.l.com

[Ver todo mi perfil](#)

Suscripciones

Escribe tu email y recíbelo cada post

Desarrollado por [FeedBurner](#)

[Suscribirse con lector feed](#)

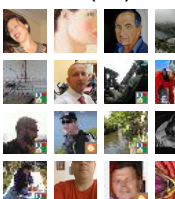


Seguidores

Participar en este sitio

Google Friend Connect

Miembros (107) [Más...](#)



¿Ya eres miembro? [Iniciar sesión](#)

El Blog de Centinel nació