

La mayoría de estos productos tiene una vida útil de hasta dos años

# ¿Sabía que las pastas de dientes tienen fecha de vencimiento?: dentistas y químicos dan la explicación

**Los especialistas recomiendan prestar atención a la fecha de caducidad de las pastas dentífricas. Usarlas por más tiempo del indicado implica perder los beneficios del producto, así como exponerse a la acidificación u oxidación del flúor.**

RODRIGO CASTILLO

El viejo deporte de estrujar el tubo de la pasta de dientes, apretándolo durante semanas o meses, hasta extraer la última gota de ese producto, puede llevar a pensar que el tiempo transcurrido desde la compra del tubo no es, quizás, un asunto demasiado importante. Los especialistas, sin embargo, advierten que ese aprovechamiento debe hacerse dentro del periodo de vida útil de ese artículo, y que por eso hay que revisar la fecha de caducidad que se indica en el borde del envase, en el extremo opuesto al de la tapa.

“Muchos pacientes, cuando van al dentista, preguntan por el tema de la fecha de vencimiento de la pasta. La verdad es que estos productos, por lo general, tienen una fecha de expiración de entre 18 meses y dos años a partir de la fecha de elaboración. Pasado ese tiempo, es probable que la pasta pierda eficacia, y que se note una alteración en el sabor y la textura de la pasta”, explica Mariluz Lozano, vicepresidente del Colegio de Cirujano Dentistas de Chile.

“La pasta dentífrica, usualmente, contiene cinco ingredientes básicos: el primero y más importante es el flúor, que es el que te protege contra la formación de caries. Luego vienen un abrasivo, un saborizante o endulzante, un humectante y un detergente. La gran importancia de la fecha de caducidad es que, después de dos años, el flúor se vuelve inactivo, pierde su eficacia. Eso significa que ya no brinda el efecto por el que la compraste. También ocurre que el sabor y la textura de la pasta se alteran, y eso es porque todos los ingredientes se empiezan a separar”, detalla la odontóloga.

**¿Qué le puede ocurrir a una persona, si utiliza una pasta vencida?**

“El problema más grande de usar una pasta que ya pasó su vida útil es que con eso ya no estás cuidando tus dientes como deberías hacerlo. A esas alturas, como decíamos, el flúor, que es el activo principal, ya ha perdido su efecto en un cien por ciento. Por eso mismo, todas las pastas de grandes marcas, que se venden en farmacias y supermercados, vienen con la normativa sanitaria aprobada, con el sello del



“La gran importancia de la fecha de caducidad es que, después de dos años, el flúor se vuelve inactivo, pierde su eficacia. Eso significa que ya no brinda el efecto por el que la compraste”, dice la odontóloga Mariluz Lozano.



En la foto se aprecia que en el envase de cartón (también se encuentra en el dentífrico) aparece el mes y año de vencimiento.

Instituto de Salud Pública. Un riesgo que existe hoy es que a través de redes sociales se venden muchas pastas que ofrecen “blanqueamiento dental”, o se presentan como “más naturales”, y nadie sabe qué contienen, cuáles son sus ingredientes activos, o cuánto dura su vida útil”.

## Oxidación

Jorge Cienfuegos, presidente del Colegio de Químico Farmacéuticos y Bioquímicos de Chile, advierte que la degradación del flúor que se produce en una pasta caducada puede tener, en el peor de los casos, algunos efectos altamente problemáticos para quien se atreve a consumir un producto en esas condiciones.

“Puede ocurrir que, después de pasada la fecha límite de dos años, el flúor se oxide y llegue a transformarse en algo tóxico. No es algo que pase siempre, pero podría ocurrir. Si alguien me dijera que ocupó una pasta de dientes del año 1996, y me contara que el sabor era raro, yo pensaría que corrió un riesgo. Lo que pasa es que el flúor es muy activo, y eso significa que interactúa químicamente con muchos elementos, y el proceso de oxidación es algo complejo. Estamos rodeados de oxígeno, y eso implica que hay muchas probabilidades de oxidación, si la pasta está en contacto con el ambiente”, dice el profesional.

## Mal guardado

“También puede ocurrir que uno haya guardado la pasta de mala manera. No es lo mismo haberla mantenido en un lugar seco, sin humedad, con la temperatura adecuada, que dejarla, por ejemplo, en la cocina, encima del refrigerador, en un lugar muy caluroso. En esas condiciones, la probabilidad de degradación aumenta. Y esa degradación puede hacer que un producto químico se acidifique, que se haga básico, y ese ácido puede degradar los otros productos que lo rodean. Es casi como cocinar una sopa y dejarla demasiado tiempo en el fuego”, ejemplifica.

**Cuando el flúor se acidifica, ¿aumentan las probabilidades de intoxicación, en caso de usar esa pasta?**

“Lo más probable es que la persona, más que intoxicarse, tenga problemas asociados al sabor y la textura del producto. Pero eventualmente puede ocurrir que la persona sufra algún tipo de rash, una reacción alérgica intensa, en las mucosas de la boca, por ejemplo, que pueden inflamarse. Lo que sí es muy difícil es que la persona sufra una muerte súbita, porque las concentraciones son bajas. Para sufrir efectos más graves tendrías que consumir, de una sola vez, un tubo entero de esa pasta vencida”.

**Hoy existe una gran variedad de pastas de dientes, que ofrecen distintos beneficios. ¿Hay un mayor riesgo de degradación química, cuando las pastas parecen poseer tantas propiedades?**

“Para decirlo en términos sencillos: mientras más cosas te prometa un producto, más probabilidades habrá de que contenga más componentes químicos, y por ende habrá más riesgo de que esos ingredientes, eventualmente, interactúen de una manera no deseada. Si yo prometo una pasta de dientes de origen natural, hay probabilidades de que se pudra y le salgan hongos. Si alguien promete una pasta que te da blanqueamiento instantáneo, protección por 36 horas, aumenta la probabilidad de que tenga una cantidad de componentes químicos, y mientras más productos químicos tenga, mayor probabilidad existe de que ellos degraden”.