

Nuevos estudios aportan mayor evidencia sobre las causas detrás de esta condición:

# Las estrategias que ayudan a prevenir la pubertad precoz, que va en aumento

Se trata de un problema mucho más frecuente en las niñas, en quienes el desarrollo puberal temprano se asocia a múltiples factores, como obesidad, sedentarismo y otros factores ambientales. Evitar estas condicionantes y terapias farmacológicas pueden ayudar a retrasar su inicio.

C. GONZÁLEZ

**E**l inicio de la pubertad en niñas está ocurriendo a edades cada vez más tempranas. Una realidad que preocupa a los especialistas tanto por sus efectos en el desarrollo infantil como por el hecho de que sus causas siguen siendo inciertas.

“Desde hace varios años se ha visto un adelantamiento de la edad de la menarquia, y la causa de este fenómeno es multifactorial”, dice Lillian Carrasco, ginecóloga infanto-juvenil de Clínica Indisa. Entre los factores asociados están “la obesidad infantil, la calidad de los alimentos, la actividad física y la exposición pre y posnatal a disruptores endocrinos. También se investiga la influencia del aumento de tiempo frente a pantallas”.

“Tras la pandemia se vio una mayor incidencia de casos”, agrega la pediatra Mirta Jara, especialista en endocrinología y académica de la Facultad de Medicina de la U. Católica del Maule. “Es un tema de consulta cada vez más frecuente”.

Iniciar la pubertad de manera precoz —antes de los 8 años en las niñas y 9 en los niños— puede tener efectos sobre la salud que se prolongan hasta la edad adulta. Una de las claves podría residir en el sobrepeso infantil: la leptina, una hormona relacionada con las células grasas, haría creer al cerebro de que ya existe una masa corporal suficiente para iniciar la pubertad.

“La principal preocupación es el compromiso de la estatura y los problemas psicológicos. Algunos estudios muestran mayor riesgo de alteración del ánimo, distanciamiento social, baja autoestima, riesgo de abuso sexual e inicio temprano de actividad sexual”, precisa Carrasco.

“La pubertad trae cambios físicos, psicológicos y sociales que, cuando es



**Iniciar la pubertad** de manera precoz puede tener efectos sobre la salud que se prolongan hasta la edad adulta. En Chile, la edad promedio de telarquia en las niñas (inicio de desarrollo mamario) es de 10,5 años.

precoz, tienen un impacto disruptivo importante para el paciente”, complementa Jara.

Asimismo, hay estudios que advierten, a largo plazo, de un mayor riesgo de cáncer de mama, diabetes y cardiopatías.

### Contaminación silenciosa

En términos de sus causas, un nuevo estudio aporta más antecedentes sobre el rol que tendrían los llamados disruptores endocrinos, es decir, sustancias químicas elaboradas por el ser humano que, una vez dentro de un organismo vivo, afectan el equilibrio hormonal.

Se trata de un compuesto presente

en productos de aseo (como cosméticos, lociones, champú, detergentes y jabones). Tras analizar 10.000 compuestos, entre fármacos, sustancias químicas ambientales y suplementos dietéticos, los investigadores hallaron varios que podrían influir en el inicio de la pubertad. Sin embargo, según el informe publicado en la revista *Endocrinology*, los niños tenían más probabilidades de estar expuestos a uno de ellos: la ambreta almizclada.

Este compuesto, que proviene de un arbusto aromático originario de la India, “podría adherirse a un receptor relacionado con la pubertad en el hipotálamo, lo que provocaría la liberación de GnRH, una hormona implicada en la maduración de los órganos

sexuales y la producción de estrógeno, testosterona y progesterona”, explica Natalie Shaw, endocrinóloga pediátrica del Instituto Nacional de Ciencias de la Salud Ambiental de la U. de Durham (EE.UU.), autora del estudio.

Para observar el efecto de la ambreta almizclada, Shaw utilizó células hipotalámicas humanas y larvas de pez cebra. Lo que descubrieron es que en ambos casos el compuesto desencadenaba la producción de GnRH.

Carrasco precisa que aunque es un análisis en células, “viene a apoyar otros estudios que muestran que algunas sustancias del medio ambiente pueden actuar como molécula similar a una hormona y favorecer el desarro-

llo puberal temprano”.

Por desgracia, agrega, “los disruptores endocrinos están ampliamente presentes en el medio ambiente, en productos de uso y consumo diario, y el efecto es diferente en cada persona y también depende del momento en el cual se exponga y por cuánto tiempo”.

De hecho, la ambreta almizclada ha aparecido en estudios de aguas residuales y en el cuerpo de peces de agua dulce, comenta Shaw.

Esto es un claro ejemplo de la “contaminación silenciosa” que diferentes productos químicos y farmacéuticos están generando en el ambiente y en las personas a nivel mundial, advierte Pilar Sánchez, académica de la Facultad de Química y Biología de la U. de Santiago.

Además del contacto directo, “muchos de estos compuestos van a dar a aguas residuales y de ahí a ríos, o a plantas de tratamiento que no tienen los filtros adecuados para purificar”.

Por ello, Sánchez plantea la necesidad de optimizar estos procesos de eliminación de productos químicos y medicamentos, para reducir su impacto en el ecosistema y en los humanos.

Shaw, en tanto, sugiere que, hasta que se sepa más, los padres que deseen prevenir la pubertad precoz comprueben la presencia de esta sustancia en los productos que utilicen sus hijos.

De igual manera, agrega Jara, hacer modificaciones en los factores asociados a este fenómeno, como evitar el sobrepeso y la obesidad, y el sedentarismo, es clave para prevenir o minimizar el impacto en la salud infantil. A ello se puede unir un tratamiento farmacológico, sobre todo cuando ya ha comenzado el cambio hormonal.

“Se aplican por tiempo acotado, unos dos años en promedio, mediante inyecciones intramusculares en forma mensual o cada tres meses. Suelen ser tratamientos exitosos, seguros y sin mayores efectos adversos”, puntualiza Jara.