

La desinformación sobre la pubertad precoz hace que pase desapercibida para muchas familias

- **A menudo los padres no advierten los primeros signos de pubertad en sus hijas.**
- **Las niñas con sobrepeso y/o adoptadas tiene mayor riesgo de sufrir pubertad precoz.**
- **Un desarrollo sexual temprano puede reducir la altura hasta 7 cts.**

Barcelona 5 de octubre de 2009.-

El adelantamiento de la pubertad de las niñas es un hecho que empieza a constatarse en las consultas médicas. Pero el desconocimiento que todavía existe en torno a este tema hace que en más de la mitad de los casos, los padres lo detecten cuando ya es demasiado tarde y no se está a tiempo de intervenir, según datos de la Unidad de Ginecología de la Infancia de Institut Marquès.

El botón mamario, la primera señal de alerta

El comienzo de la pubertad lo marca la aparición del botón mamario, acompañado del inicio del crecimiento del vello púbico liso y débil, y la pigmentación de los labios mayores vulvares. Dos años después suele llegar la primera menstruación o “menarquia”, aunque todo el proceso suele durar unos 3-4 años durante el que aparecen los caracteres sexuales secundarios.

La medicina clásica considera pubertad precoz cuando ésta se inicia antes de los 8 años de edad. Entre los 8 y los 10 años se considera pubertad adelantada y aunque puede ser médicamente normal, suele acarrear importantes consecuencias para la niña.

“La familia debe de estar atenta cuando aparece la primera señal, el botón mamario, sobre todo si hay condicionantes como la adopción o antecedentes de hermanas. Si se produce antes de los 10 años es necesario consultar a especialistas” afirma el Dr. Leonardo Marquès, Director de la Unidad de Ginecología de la Infancia de Institut Marquès.

¿Por qué se está adelantando la pubertad?

La edad de inicio de la pubertad depende en una pequeña parte de factores genéticos (Influye la edad en que la madre tuvo su primera regla, pero también la raza, etnia, etc) y en una gran parte de factores ambientales. Concretamente el adelanto de la pubertad se atribuye a la influencia del sobrepeso, de los contaminantes químicos y a los cambios de hábitos entre las niñas adoptadas o hijas de inmigrantes llegadas a España por reagrupación familiar.

- Sobrepeso y sedentarismo: La falta de ejercicio físico, especialmente entre las niñas, y los cambios en el tipo de alimentación (fastfood) suponen en muchos casos que más del 40% del aporte diario de energía proceda de las grasas: La grasa es fuente de estrógenos (hormonas femeninas); si alcanza un depósito corporal determinado suele equivaler a un peso crítico de 46-47 Kg. que desencadena la pubertad.
- El efecto de los contaminantes químicos. Los disruptores endocrinos son sustancias químicas que en el organismo actúan como estrógenos y propician la feminización de la niña.
- Adopciones internacionales: Según un estudio dirigido por el Dr. Esteban Mayayo, del Hospital Miguel Servet, las niñas adoptadas presentan un riesgo hasta 20 veces mayor de presentar pubertad precoz, especialmente si han sido adoptadas con más de 2 años de edad. Al llegar a su nueva familia estas niñas recuperan peso en poco tiempo y este cambio brusco en la nutrición provoca cambios hormonales desencadenantes del desarrollo sexual. Este proceso se observa también entre las hijas de mujeres inmigrantes que llegan a España para reunirse con su madre después de haber estado un tiempo separadas de ésta. Así como los niños prematuros se desarrollan mejor si reciben cariño, se cree que el rápido desarrollo de las niñas adoptadas o en reagrupación familiar podría estar también motivado por el afecto que reciben al llegar a España; es como si de alguna forma, "*crecieran para los demás*".

Entre las consultas llegadas a la Unidad de Ginecología de la Infancia del centro se cuentan casos de niñas sudamericanas adoptadas a los 6-7 años, que un año después de llegar a España han tenido la primera menstruación. "*Se ven diferentes, con problemas de sobrepeso, y como llegan con un nivel escolar inferior, se encuentran en clase con niñas más pequeñas cuando ellas son casi mujercitas.... no es el mejor momento para iniciarse en la pubertad*", afirma el Dr. Marquès.

La regla no pertenece al mundo de las niñas

Las consecuencias que un desarrollo sexual temprano puede tener para una niña que todavía juega a muñecas son múltiples:

- Trastornos emocionales: Son cambios difíciles de asumir para una niña tan pequeña que se siente diferente al resto de sus compañeras, lo cual repercute en su entorno y puede llevarle a un cierto aislamiento del grupo con síntomas de ansiedad o depresión.
- Reducción de su talla final. No llegan a alcanzar la altura genéticamente prevista. El aumento del nivel de hormonas femeninas, (estrógenos) provoca el cierre precoz de las zonas del hueso por donde se produce su crecimiento (epífisis). Según un estudio del Dr. M. Hernández, en niñas que han tenido la primera regla o menarquia a una edad normal, existen variaciones de hasta 7 centímetros en su talla final en función de si la regla les vino antes de los 11 años o después de los 13.
- Conducta sexual precoz con riesgo de embarazos no deseados y según algunos estudios predisposición al abuso de drogas.

¿Cómo se puede retrasar la pubertad?

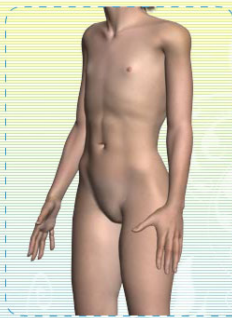
Existen tratamientos (inyecciones o espray nasal con medicación antihormonal) para frenar el desarrollo de los caracteres sexuales, conseguir que la menstruación llegue a su tiempo y aumentar la altura que va a tener esa niña cuando sea adulta.

Según comenta el Dr. Marquès, *“todavía existe poca concienciación sobre este tema e incluso hay familias que lo viven como un tabú, pero el diagnóstico precoz es fundamental y para eso se requiere que los padres estén alerta ante los primeros signos de pubertad en sus hijas”*.

DESARROLLO NORMAL DE LA PUBERTAD EN LAS NIÑAS

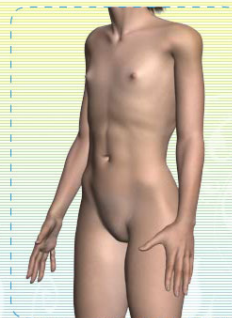
8 - 9 años

- No hay desarrollo mamario
- Ausencia de vello
- Genitales externos e internos subdesarrollados



10 - 11 años

- Aparición de botón mamario
- Ausencia de vello
- Inicio de desarrollo de genitales internos y externos
- Inicio de estirón puberal



11 años

- Incremento de volumen mamario sin contorno entre pezón, areola y mama
- Inicio de crecimiento de vello púbico y axilar



12 años

- Aumento de volumen mamario y proyección de areola para formar un segundo contorno sin proyección del pezón
- Vello más oscuro, rizado y en mayor cantidad con distribución en la línea central del pubis



