

# Las niñas con sobrepeso llegan antes a la pubertad

Actualizado lunes 05/03/2007 12:05 (CET)

---

CRISTINA DE MARTOS (elmundo.es)

MADRID.- Tener sobrepeso a los tres años o ganar muchos kilos antes de los seis, se traduce en un desarrollo sexual precoz. De hecho, por cada punto que aumenta el índice de masa corporal de una niña a los tres años, las posibilidades de que alcance la pubertad a los nueve crecen un 44%, según un estudio publicado en la revista 'Pediatrics'.

Esto explicaría, según los autores, las altas tasas de pubertad precoz observadas en los últimos años en Estados Unidos. La obesidad infantil, que se ha duplicado en este país en las últimas dos décadas, estaría detrás de este fenómeno.

"Nuestro hallazgo de que el aumento de la grasa corporal está asociado con un comienzo temprano de la pubertad aporta evidencias de que las crecientes tasas de obesidad en este país [Estados Unidos] estarían contribuyendo a la maduración temprana de las chicas", explicó Joyce Lee, especialista en endocrinología pediátrica del Hospital Infantil Mott de la Universidad de Michigan, autora principal del estudio.

La edad generalmente aceptada como "normal" para que una niña alcance la pubertad es de los 10 años en adelante. Entonces, el pecho crece, aparece vello en axilas y pubis y tiene lugar la menarquia. Pero cuando el desarrollo sexual se produce antes **existen algunos riesgos**, según indican los médicos, como las relaciones sexuales y el consumo de alcohol temprano.

La pubertad precoz y un elevado índice de masa corporal han aparecido asociados en numerosas ocasiones. Por un lado, se ha observado que las niñas que se desarrollan sexualmente tienen índices de masa corporal (IMC) más altos que sus coetáneas, pero por otro, la llegada de la pubertad está relacionada con un aumento de peso y de la grasa corporal. Entonces, ¿cuál de los dos es la causa y cuál la consecuencia?

Esta es la pregunta a la que han encontrado respuesta Lee y sus colegas, gracias al seguimiento realizado a 354 niñas desde los tres hasta los 12 años. Durante este tiempo, se midió periódicamente su IMC y se recogieron informes maternos sobre el desarrollo de su pecho. Otros datos, como la edad a la apareció la primera regla de la madre, la raza y el nivel socioeconómico, también se tuvieron en cuenta.

En cuarto grado, es decir, con nueve años, el 30% de las niñas tenían sobrepeso o un alto riesgo de padecerlo. **Casi la mitad (168) eran ya púberes** en este curso y de ellas, cerca del 45% tenía un IMC elevado. Dos años después, en sexto grado, el 23% tenía ya periodos.

Los resultados de este estudio demuestran que existe una relación de causalidad entre ambos fenómenos y que **"el sobrepeso precede a la aparición de la pubertad precoz** en niñas sanas", tal y como concluyen los autores.

---

## **Un problema global, en todos los sentidos**

Estados Unidos no es una excepción. De hecho, **España es el segundo país europeo en número de niños con sobrepeso** y obesidad y las tasas de pubertad precoz también están aumentando. Los expertos calculan que uno de cada 10.000 españoles alcanza la madurez sexual antes de tiempo, especialmente las niñas a las que afecta en una proporción de 20 a uno.

Este desarrollo precoz afecta a todo el organismo y puede ocasionar problemas de crecimiento (baja talla), psicológicos, debido a la descoordinación entre madurez corporal y mental, déficit en el comportamiento psicosocial, predisposición a la obesidad en la edad adulta y a los cánceres reproductivos.

"Más allá de identificar cómo la obesidad causa la pubertad precoz, también es importante determinar hasta qué punto los planes de intervención para controlar el peso a edades tempranas tienen el potencial de aminorar la progresión de la pubertad", señaló Lee.

---