

# El sobrepeso adelanta hasta en cuatro años la regla de las niñas

**Científicos españoles identifican una proteína que explica el proceso - El hallazgo abre la posibilidad de adecuar el desarrollo físico y el psicológico**

MAYKA SÁNCHEZ - *Madrid* - 23/02/2010. [elpais.es](http://elpais.es)

La aparición de la regla puede adelantarse en las niñas obesas hasta cuatro años comparadas con sus compañeras de peso normal. Este factor no se tenía en cuenta hasta hace poco, "porque siempre se medía la edad", afirma una portavoz del Centro de Investigación Biomédica en Red sobre Obesidad y Nutrición (Ciberobn). Pero ahora que la obesidad infantil ya no es algo aislado (en 15 años y sólo en España ha pasado del 5% al 16%), se ha visto que hay una relación entre el peso y la menarquia. "Las niñas gorditas, especialmente si llegan muy pronto a los 45 kilogramos, pueden llegar a tener su primera regla incluso a los nueve años, es decir, que se llegan a desarrollar hasta tres años o más antes que las niñas con peso normal", indica Basilio Moreno Esteban, presidente de la Fundación para el Estudio de la Obesidad y jefe clínico de Endocrinología del hospital Gregorio Marañón de Madrid.

Las chicas obesas tienen más riesgo cardiometabólico y menor estatura

Las causas de esta relación entre sobrepeso y aparición de rasgos de desarrollo sexual no están claras, como no lo está la relación que hay con la latitud o distancia al Ecuador (a mayor aproximación, desarrollo más temprano). Pero un estudio español ha demostrado científicamente en modelos animales (ratas y ratones) el mecanismo fisiopatológico por el que un aumento excesivo de peso precipitaría la primera regla. Esta investigación, coordinada por Manuel Tena Sempere, jefe de uno de los grupos del Ciberobn, adscrito al departamento de Biología Celular, Fisiología e Inmunología de la Universidad de Córdoba, demuestra que el bloqueo de las kisspeptinas, hormonas que regulan el eje reproductor, podría ayudar a retardar el desarrollo sexual precoz en niñas con sobrepeso.

"Hemos visto que si bloqueamos las kisspeptinas, segregadas por el hipotálamo, que es una estructura pequeña y muy importante alojada en la base posterior del cerebro, se retrasa la pubertad". Como indica este investigador, una pubertad temprana no es una condición que todas las niñas puedan asumir. Entre sus posibles efectos, está el de condicionar una talla más baja, suponer un mayor riesgo de obesidad en la edad adulta (aunque aquí hay discusión sobre qué es antes, si el adelanto de la regla o el exceso de peso), hay más riesgo cardiometabólico, más peligro de embarazos prematuros y una disociación entre la madurez corporal y la psicológica o emocional (chicas con mente de niñas con hormonas de adolescentes).

Según sus palabras, el aumento relevante de peso en la edad de la pubertad en las niñas ("como llegar tempranamente a los 48 kilogramos") está relacionado necesariamente con el incremento de tejido adiposo, es decir, de grasa, no de masa muscular u ósea. Es decir, las niñas no se hacen más fuertes. Pero lo que sí se demuestra es que la materia grasa tiene una relación clara con la producción de hormonas.

"Nuestro proyecto", advierte el profesor Tena, "tiene una clara vocación traslacional con el fin de servir a otras investigaciones y profundizar en las repercusiones de las kisspeptinas en fenómenos tan importantes como la reproducción o el control de la ingesta. Aunque originariamente estas hormonas fueron identificadas como supresores de la metástasis tumoral, estudios posteriores demuestran su importante papel en esas otras funciones".

Los expertos a veces discuten cuándo comienza realmente la pubertad en las niñas: si con el desarrollo mamario (anterior) o con la menstruación. La respuesta más unánime es que la pubertad comienza con la menarquia (que es el signo más fácilmente medible o visible en esta etapa), momento en el que se supone que ya se ha producido aproximadamente el 80% del desarrollo de las mamas.