

CRIANÇA

Nova fase chega cada vez mais cedo para as meninas

Dados apontam aumento de casos de puberdade precoce no sexo feminino

GIULIA VIDALE

O início da puberdade é um dos marcos mais importantes do desenvolvimento humano. Indica que o corpo está amadurecendo para se preparar para a procriação. Em meninas, estudos apontam que esse período está chegando cada vez mais cedo.

Dados mundiais mostram que, na década de 1840, a idade média da primeira menstruação (ou menarca) era entre 16 e 17 anos. Hoje, é em torno dos 12 anos.

Um estudo feito nos EUA revelou que a idade do início da puberdade também diminuiu, saindo de 11 anos na década de 1960 para 9 a 10 anos na década de 1990.

Hoje, a faixa de normalidade para início da puberdade em meninas é de 8 a 13 anos. Os sinais da puberdade são desenvolvimento mamário, surgimento de pelos pubianos e axilares, crescimento acelerado, mudanças comportamentais e odor nas axilas.

“Definimos puberdade precoce quando os sinais puberais acontecem antes dos 8 anos de idade nas meninas e antes dos 9 anos nos meninos”, explica Luiz Claudio Castro, presidente do Departamento de Endocrinologia Pediátrica da Sociedade Brasileira de Endocrinologia e Metabologia (SBEM).

Outro fator que também pode indicar puberdade precoce é o aparecimento da primeira menstruação. “Consideramos precoce

também quando ela menstrua abaixo dos 10 anos”, afirma a endocrinologista pediatra Paula Baccarini, do Sabará Hospital Infantil.

SEM DADOS DO BRASIL

Embora não haja dados brasileiros, um estudo feito pela Universidade de Gênova, na Itália, apontou o aumento dos casos de puberdade precoce pós-pandemia.

A pesquisa avaliou 133 meninas italianas. Foram encontrados 72 casos de puberdade precoce antes da pandemia (de janeiro de 2016 a março de 2020) e 61 entre março de 2020 e junho de 2021.

Na média mensal, o número cresceu, com até quatro casos novos por mês.

Os possíveis motivos para isso incluem estresse, baixa qualidade de sono, ganho de peso, consumo excessivo de alimentos ultraprocessados, sedentarismo e abuso de telas.

O alto consumo de ultraprocessados está fortemente associado à puberdade precoce principalmente devido ao ganho de peso acelerado, aos disruptores endócrinos e à inflamação.

Já o estresse crônico leva a altos níveis de cortisol, o que pode influenciar o hipotálamo a iniciar a produção de hormônios relacionados à puberdade mais cedo.

Por aqui, especialistas relatam um cenário parecido. “Observamos aumento do número de casos de puberdade precoce”, diz Baccarini.

Baixa estatura entre as principais consequências

A baixa estatura é uma das principais consequências da puberdade precoce e onde é possível intervir.

Os especialistas ressaltam que isso pode ser feito apenas em casos comprovados de puberdade precoce.

“Na menina que começa a puberdade antes do tempo ou que evolui depressa demais, o osso se desenvolve

ve mais rápido, é como se ela estivesse perdendo um tempinho para crescer. Pode ser que fique com prejuízo de altura, com estatura final abaixo do previsto pela sua genética. Nas crianças que desenvolvem a puberdade na idade certa, o tratamento não ajuda em nada no crescimento e pode atrapalhar”, informa Baccarini.



Tratamento bloqueia hormônios

Nos casos de puberdade precoce comprovada por exames como idade óssea, medição de hormônios e avaliação física, é possível usar medicamento que bloqueia a produção hormonal, para tentar reduzir o impacto desse amadurecimento precoce no crescimento e no desenvolvimento. Quando o remédio é suspenso, os hormônios voltam a ser produzidos pelo corpo. “É importante saber a hora de retirar o tratamento, porque se você prolonga mais do que deveria, também pode ter prejuízo”, alerta Castro.