



DEPARTAMENTO CIENTÍFICO DE ENDOCRINOLOGIA

Puberdade Precoce: Noções Gerais

Leila Cristina Cardoso de Paula (RS), Marcia Puñales (RS)

O que é puberdade precoce? Qual é a idade normal para surgirem os primeiros sinais de puberdade no meu filho ou minha filha?

Puberdade é a fase da vida em que ocorrem modificações no corpo de uma criança fazendo com que ela se torne um adulto. Em meninas, a puberdade ocorre entre 8-13 anos; e em meninos, entre 9-14 anos.

Nas meninas, o primeiro sinal de puberdade é o surgimento do broto mamário e, nos meninos, o aumento do tamanho dos testículos. Nesta fase também surgem os pelos pubianos, pelos axilares, odor axilar, acne e aumento da oleosidade da pele. A primeira menstruação, chamada de menarca, ocorre em média dois anos depois do aparecimento das mamas.

Considera-se como precoce a puberdade que surge antes dos 8 anos em meninas e dos 9 anos em meninos; e atrasada, a puberdade que tem início após os 13 anos em meninas e após os 14 anos, em meninos.

Mas, parece que tem sido comum a antecipação destes sinais, é verdade?

Há indícios de que são cada vez mais numerosos os casos em que o início do processo de amadurecimento esteja ocorrendo antes da idade considerada adequada.

Quais são as causas da puberdade precoce?

A puberdade precoce é causada pelo aumento antecipado dos hormônios sexuais no sangue, seja porque a criança se expôs a algum hormônio (ex: medicamentos); ou porque suas glândulas (ex: pituitária, ovários nas meninas e testículos nos meninos), passaram a produzir, por algum motivo, esses hormônios sexuais de forma precoce.

O começo da puberdade é influenciado por fatores genéticos, psicológicos e ambientais (ex: condições socioeconômicas, estado de saúde, nutrição). A puberdade tende a surgir mais cedo em meninas cujas mães menstruaram com menor idade, naquelas com relato de puberdade precoce na família paterna, nas que tiveram baixo peso ao nascer ou que sofreram de obesidade na infância.

Quando nenhuma causa é identificada, diz-se que a puberdade precoce é idiopática. É como se tivéssemos um relógio dormente na hipófise, uma glândula situada na base do cérebro, com tempo certo para "despertar". Em determinado momento da vida, não se sabe exatamente por que, esse relógio é ativado e resolve despertar "fora de hora", mais cedo. A partir desse instante, a hipófise passa a liberar no sangue os hormônios LH e FSH. Esses hormônios, por sua vez, estimulam as gônadas (os ovários nas meninas e os testículos nos meninos), levando a produção de estrógeno nas meninas e de testosterona nos meninos.

É verdade que agrotóxicos e plásticos podem estimular as crianças a entrarem na puberdade mais cedo?

Pouco mais de um século e meio atrás as meninas tinham a sua primeira menstruação, conhecida como menarca, em média, aos 17 anos. Essa idade foi caindo com o passar do tempo e, hoje, está na faixa dos 12 anos.

Uma das hipóteses para a antecipação da puberdade diz respeito ao contato com os chamados desreguladores endócrinos, substâncias com capacidade para alterar o funcionamento do sistema endócrino-hormonal presentes nos agrotóxicos e nos plásticos. Um dos desreguladores suspeitos é o bisfenol A, presente em diversos plásticos e embalagens. Em 2011, a Agência Nacional de Vigilância Sanitária (ANVISA) proibiu a presença desta substância nas mamadeiras, pelo risco que representa para as crianças, mas ela continua presente em latas de refrigerantes e outras embalagens. Também há desreguladores na soja, mas o entendimento é que seria necessário o consumo constante e de uma grande quantidade de soja para que esse efeito pudesse ser provocado.

Minha filha começou a aumentar as mamas antes dos oito anos de idade. Preciso me preocupar com isto?

Em alguns casos o surgimento de mamas antes dos oito anos pode ser uma variação da normalidade, e não exige tratamento, mas isso só pode ser definido após uma avaliação criteriosa por um médico. Esta variação da normalidade ocorre principalmente nas meninas, pouco antes dos 8 anos e também no primeiro e segundo ano de vida, quando ela passa por uma fase que chamamos de mini-puberdade. Nos primeiros anos de vida pode haver um estímulo hormonal capaz de aumentar mamas, com regressão posterior, caso realmente não seja associado a uma doença.

Quais são as consequências da puberdade precoce?

As principais consequências da puberdade precoce são: transtornos psicológicos e de comportamento; maior risco de abuso sexual; baixa estatura quando adulto; maior risco de obesidade, hipertensão, diabetes tipo 2, doenças cardiovasculares, acidente vascular cerebral e certos tipos de câncer - atribuído à exposição precoce ao hormônio estrógeno.

Tenho sobrinhos gêmeos, uma menina e um menino, e ambos começaram com cheirinho embaixo do braço, uns cravinhos e agora, com 6 anos e 10 meses, começaram com pelinhos. Isso é puberdade precoce?

Pode ser, ou não. A glândula adrenal (ou suprarrenal), às vezes começa a secretar os hormônios andrógenos, também relacionados ao amadurecimento sexual de forma precoce. Essa ocorrência é chamada de adrenarca. Na maioria das crianças isto não provoca nenhum tipo de manifestação clínica, entretanto em algumas pode ser responsável pelo odor nas axilas, pelo aumento da oleosidade da pele, acne, cravos e aparecimento de pelos pubianos e axilares.

Quando isso ocorre antes do tempo (8 anos nas meninas e 9 anos nos meninos) é considerado precoce e pode estar relacionado com doenças potencialmente sérias, como um tumor adrenal ou um mal funcionamento adrenal conhecido como hiperplasia suprarrenal congênita. Nesta situação também é necessária uma avaliação cuidadosa por um médico.

Qual é o tratamento da puberdade precoce?

O tratamento depende da causa. No caso da puberdade precoce central, ele consiste de injeções, mensais ou trimestrais de um hormônio, que faz a puberdade regredir. Esta mesma medicação funciona como um freio no desenvolvimento do esqueleto, melhorando a estatura final destas crianças. A expectativa é manter o tratamento até por volta dos 12 anos de idade óssea e após suspender as injeções, liberando o corpo para desenvolver-se - desta vez, na hora certa. Outras vezes é necessário cirurgia para remover a causa do problema; e outras vezes nenhum tratamento é recomendado, além do acompanhamento médico.

*O texto acima foi modificado e atualizado da entrevista: “Transformação Antes da Hora”, feita pelo jornalista Itamar Melo as endocrinologistas pediátricas Leila Cristina Pedroso de Paula e Marcia Puñales, publicada em 28 de maio de 2016, no “Caderno Vida”, do Jornal “Zero Hora”, RS.