



Retraso de la pubertad

Lo que los padres deben saber

¿QUÉ ES LA PUBERTAD?

La pubertad es el periodo de la vida en que el cuerpo de un niño madura y pasa a ser adulto.

- En el caso de las niñas, la pubertad puede comenzar cuando apenas tienen 7 años y medio de edad o demorarse hasta los 13 años. Los senos comienzan a desarrollar y las caderas se ensanchan. A las niñas les comienza a crecer vello en el pubis y las axilas. Además, dan un estirón. Empiezan a tener su menstruación (regla) aproximadamente de 2 a 3 años después de que los pechos comienzan a desarrollar.
- En el caso de los varones, la pubertad generalmente comienza entre la edad de 9 y 14 años. Crecen los testículos y el pene. A los niños les comienza a crecer vello en el pubis, cara y axilas. La voz se les hace más profunda y dan un estirón. Los hombros de los varones se ensanchan y se vuelven más musculosos.

¿QUÉ ES EL RETRASO DE LA PUBERTAD?

El retraso de la pubertad es cuando un adolescente pasa por estos cambios de cuerpo después de la edad habitual.

- En el caso de las muchachas, significa que a los 13 años no se les han desarrollado los senos y a los 16 años no menstrúan (no tienen la regla).
- En el caso de los varones, significa que a los 14 años los testículos no han aumentado de tamaño.

¿SABÍA USTED?

El retraso de la pubertad puede ser común en ciertas familias. Muchos adolescentes con un retraso en la pubertad tienen padres, hermanos, tíos o primos que también pasaron por la pubertad tarde.

¿QUÉ CAUSA EL RETRASO DE LA PUBERTAD?

Algunos adolescentes se desarrollan tarde y simplemente pasan por la pubertad más tarde que la mayoría de muchachos de su edad. Ese tipo de demora es la causa más común del retraso de la pubertad. La causa no es un problema médico, y generalmente no necesitan tratamiento. Con el tiempo, la pubertad empieza sin intervención alguna y alcanzan a sus amigos.

CAUSAS MENOS COMUNES DEL RETRASO DE LA PUBERTAD

- Trastornos médicos que impiden la absorción de nutrientes de los alimentos, tales como la enfermedad celíaca o enfermedad inflamatoria intestinal
- Desnutrición (no ingerir los alimentos adecuados) debido a un trastorno en la alimentación como la anorexia
- Problemas con la glándula pituitaria o tiroides, que producen hormonas que ayudan a los niños a crecer y desarrollarse
- Problemas con los ovarios o testículos, que producen hormonas sexuales
- Problemas genéticos como el síndrome de Turner en las niñas o el síndrome de Klinefelter en los niños
- Ciertos tratamientos para el cáncer que afectan la producción de hormonas sexuales
- Medicamentos que disminuyen el apetito como estimulantes para el trastorno de déficit de atención con hiperactividad (TDAH)

A veces, la menstruación se retrasa en las niñas debido a que el útero y la vagina no se han desarrollado correctamente. O es posible que tengan exceso de una hormona llamada prolactina o un trastorno denominado síndrome de ovario poliquístico (PCOS por sus siglas en inglés).

¿MI HIJO DEBE VER A UN MÉDICO SI SE LE HA RETRASADO LA PUBERTAD?

Lo más probable es que el retraso de la pubertad en su hijo no necesite tratamiento. Pero si a usted o su hijo le preocupa, es aconsejable consultar con un médico, especialmente si el desarrollo de su hijo se inició pero luego se detuvo repentinamente. Su médico de cabecera o pediatra puede decirle si es necesario hacerle exámenes a su hijo en busca de problemas médicos. A menudo, lo único que los adolescentes necesitan es la certeza de que alcanzarán a sus compañeros.

¿EN QUÉ CONSISTE EL EXAMEN MÉDICO PARA DETECTAR EL RETRASO DE LA PUBERTAD?

Su médico le preguntará acerca de la salud de su hijo y los medicamentos que toma. El médico también querrá saber si su hijo ha notado indicios de la pubertad o si hay antecedentes familiares de retraso de la pubertad. Le harán un examen físico a su hijo, y también es posible que le hagan análisis de sangre para medir sus niveles hormonales. El médico anotará su estatura y peso, y examinará el crecimiento de su hijo con una radiografía de la mano para ver si los huesos se están desarrollando más lentamente de lo normal. A veces, el médico puede ver indicios de pubertad que posiblemente usted o su hijo no hayan notado. Algunos adolescentes necesitan un escaneo del cerebro (por ejemplo, una resonancia magnética) para detectar problemas con la glándula pituitaria. Algunas muchachas pueden necesitar una ecografía para ver si el útero y los ovarios se están desarrollando debidamente.

¿CUÁL ES EL TRATAMIENTO PARA EL RETRASO DE LA PUBERTAD?

Si su doctor no encuentra un problema médico, su hijo probablemente no necesita ningún tratamiento y su desarrollo se iniciará solo. Es recomendable que su médico se mantenga al tanto de su progreso hacia la pubertad.

Si su hijo tiene un problema médico, su doctor puede remitirlo a un endocrinólogo pediátrico, un experto en el crecimiento y la pubertad.

A veces, los médicos recetan terapia hormonal de corto plazo para ayudar a que los jóvenes inicien el desarrollo. Las muchachas toman pastillas de estrógeno o usan parches de piel; los muchachos reciben inyecciones de testosterona. Algunos adolescentes necesitan terapia hormonal de largo plazo si no pueden producir cantidades normales de estrógeno o testosterona.

¿QUÉ PUEDO HACER PARA AYUDAR A MI HIJO A HACERLE FRENTE AL RETRASO DE LA PUBERTAD?

El primer paso es consultar con el pediatra o médico de su hijo para asegurarse de que nada anda mal. Si su hijo está preocupado o deprimido, puede optar por mandarlo a terapia. Algunos adolescentes necesitan ayuda adicional para ordenar sus emociones.

Preguntas que debe hacerle a su médico

- ¿Mi hijo tiene un retraso en la pubertad?
- ¿Qué está causando el retraso de la pubertad en mi hijo?
- ¿Mi hijo necesita tratamiento para solucionar el retraso de la pubertad?
- ¿Cuáles son las opciones de tratamiento?
- ¿Cuáles son los riesgos y beneficios de cada opción de tratamiento?
- ¿Cuánto tiempo mi hijo necesitará tratamiento?

RECURSOS

- Encuentre un endocrinólogo: www.hormone.org o llame al 1-800-HORMONE (1-800-467-6663)
- Información de la Red de Salud Hormonal:
 - PCOS: www.hormone.org/Menopause/upload/polycystic-ovary-syndrome-bilingual-071509.pdf
 - Síndrome de Klinefelter: www.hormone.org/Spanish/upload/FS_MH_Klinefelter_Syndrome_SP-6-12.pdf
 - Síndrome de Turner: www.hormone.org/Spanish/upload/FS_GD_Turner_Syndrome_SP-6-12.pdf
- Información sobre la pubertad de MedlinePlus (Instituto Nacional de Salud): www.nlm.nih.gov/medlineplus/puberty.html
- Información de TeensHealth (Fundación Nemours):
 - "Delayed Puberty": kidshealth.org/teen/sexual_health/changing_body/delayed_puberty.html
 - "Todo lo que querías saber sobre la pubertad": kidshealth.org/teen/en_espanol/sexual/puberty_esp.html

EDITORES

Luiz Claudio Castro, MD
Alan D. Rogol, MD, PhD
Dorothy I. Shulman, MD

Febrero del 2013

La Red de Salud Hormonal (*Hormone Health Network*) ofrece recursos gratuitos por Internet que se basan en los más avanzados conocimientos científicos y clínicos de la Sociedad de Endocrinología (*The Endocrine Society*) en www.endo-society.org. El objetivo de la Red es que los pacientes no solo tengan información, sino que sean activos participantes en la atención de salud que reciben.

Retraso de la pubertad: Lo que los padres deben saber hoja informativa



www.hormone.org