

Se la pubertà inizia troppo presto, che cosa si può fare?

Prof.ssa Alessandra Graziottin

Direttore del Centro di Ginecologia e Sessuologia Medica H. San Raffaele Resnati, Milano

“Mia figlia ha sette anni e con mia grande preoccupazione sta già sviluppando il seno. E’ cresciuta molto anche d’altezza! Ci sono controlli da fare già a questa età e farmaci da prendere per rallentare lo sviluppo? Grazie davvero”.

Elisabetta T. (Pordenone)

Gentile signora, capisco la sua preoccupazione! Potrebbe trattarsi di un semplice inizio di maturazione del seno, se non si associa ad altri segni di sviluppo, o di pubertà precoce vera, in cui è anticipato tutto il processo puberale, cosa ipotizzabile sia per il rapido aumento di crescita sia per il seno che sta sbocciando troppo presto. Per la diagnosi, il pediatra di fiducia dovrebbe far effettuare:

- a) dosaggi ormonali, con un semplice prelievo di sangue (FSH, LH, 17 beta estradiolo, progesterone, deidroepiandrosterone (DHEA, testosterone totale e libero...) per valutare se sia iniziato il percorso puberale;
- b) radiografia del polso per valutare l’età ossea (se è maggiore dell’età anagrafica indica che la pubertà è iniziata);
- c) ecografia pelvica esterna (“trans-addominale”), per valutare utero e ovaie e vedere se sia iniziata un’attività dei follicoli ovarici.

In caso invece di “pseudopubertà precoce” (rara), in cui la pubertà reale non è iniziata ma ci può essere una produzione ormonale atipica che simula un inizio di sviluppo, bisogna accertare quali siano le altre cause del problema che vanno curate in base alla patologia specifica.

E’ possibile prevenire la pubertà precoce? In parte sì. Dal punto di vista degli stili di vita, è importante controllare che il peso sia normale (il sovrappeso e l’obesità possono anticipare la pubertà) e far fare movimento fisico quotidiano, scegliendo uno sport che la bambina ami – danza, nuoto, ginnastica a corpo libero e così via – e che la aiuti a mantenere il peso giusto, ma anche ad avere una forma fisica, un’immagine corporea e un tono dell’umore migliori.

E’ bene che l’alimentazione sia ricca di frutta, verdura, pesce, carboidrati in giusta quantità, cereali e legumi, limitando i dolci al minimo. Attenzione alla carne: dovrebbe essere biologica, per evitare che contenga xeno-estrogeni, sostanze che possono contribuire ad accelerare la pubertà; comunque va limitata a due porzioni alla settimana. Bene latte e latticini se la bambina non è intollerante al lattosio, altrimenti è opportuno dare un’integrazione di calcio e vitamina D.

Attenzione anche a limitare le ore di televisione a programmi per bambini: qualche studio suggerisce che film e scene erotiche possano stimolare i centri della maturazione puberale. Il giusto tempo della pubertà è essenziale per consentire alla piccola una maturazione emotiva e fisica armoniosa.

Prevenire e curare – E’ possibile rallentare la pubertà?

- Sì. Se fosse confermato un anticipo puberale vero, è possibile arrestarlo (reversibilmente) con iniezioni mensili di "analoghi del GnRH", un ormone che "silenzia" il centro che attiva la pubertà, finché viene assunto regolarmente, ogni mese.

- Alla sospensione tutto riprende. Il vantaggio (enorme!) è riportare la pubertà almeno ai dici-undici anni, quindi all'età normale, con vantaggi sia fisici (la crescita in altezza, per esempio, che altrimenti viene bloccata dalla pubertà) sia emotivi: è bene infatti che la bimba si sviluppi a un'età simile a quella delle amiche e delle compagne di classe.

Se avessi una figlia la curerei con questi ormoni per bloccare temporaneamente la pubertà?
Assolutamente e serenamente: sì!
