LITORALPRESS

Fecha: 10-03-2026
Medio: La Tribuna
Supl. : La Tribuna
Tipo: Columnas de Opinión
Título: **Columnas de Opinión: Venta de melatonina**

Pág. : 2
Cm2: 157,4

Tiraje: 3.600
Lectoría: 14.800
Favorabilidad: No Definida

Venta de melatonina

Angélica Solar Lizama
directora regional Sernac

Es común conocer casos de personas que recurren a la melatonina, incluso administrándola a niños, niñas o adolescentes para facilitar el sueño. No obstante, esta conducta esconde riesgos que no debemos ignorar.

Lo primero es señalar que la melatonina es una neurohormona endógena producida en la glándula pineal, un producto farmacéutico del grupo de los hipnóticos y sedantes.

De acuerdo con el Instituto de Salud Pública (ISP), ningún producto con melatonina está aprobado para uso en menores de 18 años en Chile.

El ISP indica que la compra de melatonina requiere receta médica; incluso, la indicación autorizada es sólo para el tratamiento, a corto plazo, del insomnio en adultos mayores de 55 años.

Las cifras del Centro de Información Toxicológica de la Pontificia Universidad Católica de Chile (CITUC) son reveladoras y alarmantes: un incremento del 230% en los casos de ingestión entre 2019 y 2022.

Adicionalmente, durante los últimos años se ha evidenciado un incremento de las consultas en los servicios de urgencia por ingesta de melatonina en niños, fenómeno que previamente se vio a nivel internacional y que actualmente comienza a evidenciarse también en Chile.

El 36,6% de todas las ingestiones reportadas corresponden a niños menores de 12 años; en tanto, el 38,2% corresponden a adolescentes entre 12 y 18 años.

Respecto de la sintomatología, los pacientes presentan somnolencia, letargia, taquicardia, dolor abdominal y vómitos.

Considerando la gravedad de la comercialización de melatonina sin receta médica y los efectos que podría tener en la salud de las personas, como Sernac hemos iniciado un monitoreo a la venta en diversos comercios del país, la cual incluye farmacias, marketplaces y tiendas de suplementos.

Buscamos verificar, en caso de ocurrir la venta, bajo qué condición se realiza dicha comercialización. Por ejemplo, si se trata de melatonina para adultos o niños, y si los locales exigen receta médica.

También vamos a monitorear si las etiquetas del envase de los productos contienen motivos infantiles y si los productos indican que se trata de medicamentos o suplementos alimenticios.

Una vez recopilados los antecedentes, adoptaremos las medidas que consideremos pertinentes para proteger a las y los consumidores, junto con compartir los hallazgos con el ISP. Aquí se trata de actuar de manera preventiva y responsable.

La salud de las personas, y especialmente la de los niños y niñas, no puede transformarse en una estrategia de marketing.

Queremos hacer un llamado claro a madres, padres y cuidadores: no administren melatonina a niños sin indicación médica. El hecho de que se venda por internet o tenga forma de gomita no significa que sea seguro. Dormir mejor es importante, pero hacerlo de manera segura lo es aún más.