

**Fecha:** 08-06-2022  
**Medio:** La Tercera  
**Supl.:** La Tercera  
**Tipo:** Actualidad  
**Título:** Fuerte alza de intoxicaciones por melatonina en niños en Chile

**Pág.:** 41  
**Cm2:** 750,3

**Tiraje:** 78.224  
**Lectoría:** 253.149  
**Favorabilidad:** ☐ No Definida

## Náuseas, dolores y problemas cardiovasculares

# Fuerte alza de intoxicaciones por melatonina en niños en Chile

Se trata de datos del Centro de Información Toxicológica de la U. Católica (CITUC), los cuales coinciden con un informe publicado en EE.UU. sobre el abuso de este medicamento para dormir.



**Patricio Lazcano y Cristina Pérez**

Una investigación de los Centros Para el Control de Enfermedades de EE.UU. (CDC, su sigla en inglés) dirigida por la Dra. Karima Lelak, pediatra del Children's Hospital of Michigan, alertó de una peligrosa y explosiva alza de intoxicaciones en ese país.

Según este estudio, si en 2012 hubo 8.337 incidentes de este tipo, lo que representa el 0,6% de todos los informes, para 2021, el número aumentó a 52.563, lo que representa el 4,9 % del total, lo que convierte a la melatonina en la sustancia ingerida con más frecuencia reportada al sistema. Durante ese período, se informaron 260.435 casos de intoxicación pediátrica con melatonina.

Pero el fenómeno no es exclusivo de EE.UU. Según datos del Centro de Informa-

ción Toxicológica de la U. Católica (CITUC), Chile también experimenta una preocupante alza de intoxicaciones. Estas son las cifras del organismo:

- 2018: 119 intoxicaciones
- 2019: 149
- 2020: 175
- 2021: 269
- 2022 (en lo que va del año): 118

Según este reporte, el mayor número de intoxicaciones se da en los adolescentes, que entre 2018 y 2022 acumulan 285 casos, seguido por los preescolares, con 227 casos reportados al Cituc.

Aunque las cifras muestran un aumento de casos desde 2018, Juan Carlos Ríos, director ejecutivo del Centro de Información Toxicológica de la UC (CITUC), dice que el alza se hace más notoria a partir de 2020. "Yo

diría que coincide un poco con la pandemia y el uso de buscar medicamentos para tratar de dormir mejor", dice. Agrega que estos productos se venden sin receta, lo que permite que la gente los compre sin limitaciones, aumentando el riesgo de intoxicación.

"Si ves las cifras de los años 2018-2019, son relativamente constantes, sin embargo, en 2020 ya hay un salto importante, y en 2021 se duplica, y ahora, lo que llevamos de 2022, hace pensar que probablemente vamos a tener la misma cifra del 2021", advierte.

Respecto al alto número de casos en los preescolares, dice que si bien están rotulados como intoxicación, en el Cituc prefieren llamarlo sobredosis. "Como es un medicamento 'relativamente seguro', a veces no

ocasiona nada que un niño tome 2 o 3 pastillas". En esta edad, explica, la mayoría de los casos son accidentales. "Hay niños que se toman 2 o 3 pastillas que la mamá dejó en el frasco y el niño agarra más, etc. y son accidentales, errores terapéuticos, a veces la mamá o el papá se equivoca y en vez de darle otro remedio le da melatonina porque se confundió de frasco".

### ¿Qué hacer en casos de una sobredosis?

Ríos dice que la sobredosis de melatonina provoca, primero, alteración del sueño. "Puede provocar en los niños cansancio, lo que nosotros llamamos letargia, donde el niño tiende a dormirse, a confundirse; pue-



Fecha: 08-06-2022  
Medio: La Tercera  
Supl.: La Tercera  
Tipo: Actualidad

Pág.: 42  
Cm2: 776,0

Tiraje: 78.224  
Lectoría: 253.149  
Favorabilidad: ☐ No Definida

**Título: Fuerte alza de intoxicaciones por melatonina en niños en Chile**



de haber dolor de cabeza, que la voz se le puede poner un poco traspasa (como si estuviera borracho), entonces ahí los papás tienen que estar atentos a que si los niños presentan estos síntomas, podría ser producto de una sobredosis de melatonina.

El director del Cituc dice que si los casos siguen al alza -y no se trata solo de un hecho puntual por la pandemia- sugiere una campaña de las autoridades "para que este tipo de medicamentos tengan un mayor control" y hacer recomendaciones.

Como sea, dice que la gente debe recordar que por más natural que sea la melatonina, no deja de tener riesgo. "Si yo tengo niños en mi casa todos estos productos incluso los naturales los tengo que tener a resguardo,

y siempre llevar un control de cuánto he consumido".

Recuerda que estos productos deben estar a resguardo, sobre todo si hay niños en la casa. "Los medicamentos se tienen que guardar en un lugar seguro para evitar los riesgos, eso siempre es importante".

También recomienda llevar el conteo de los productos, pues al saber cuántos hay, y aquí como que se olvidan de cuántos tengo. Pero es importante llevar el conteo para llegar a saber si es que faltan, estar atentos a ver qué le puede ocurrir al niño.

#### **Fármaco para dormir**

La melatonina ha sido por mucho tiempo un compuesto usado por muchos padres para que sus hijos duerman más o mejor.

De acuerdo a la Clínica Mayo, la sustancia

es una hormona del cuerpo que juega un importante papel en el sueño. Su producción y liberación en el cerebro está relacionada con la hora del día, es decir que aumenta cuando está oscuro y disminuye cuando hay luz. La producción de melatonina disminuye con la edad.

Daniela Retamal Villegas, médico cirujano de Medismart, dijo en una nota a Qué Pasa, que aunque es una hormona que el cuerpo produce normalmente, "se receta en forma de medicamento y se utiliza principalmente para los niños con trastornos del sueño".

La sobredosis de melatonina puede provocar náuseas, dolores de cabeza, diarrea, irritabilidad y dolor en las articulaciones. Incluso, en casos severos, puede afectar los sistemas cardiovascular y nervioso central.

La Academia Estadounidense de Pediatría no prohíbe dar a los niños pequeñas dosis de melatonina para ayudarlos a dormir, pero sugiere a los padres consultar primero con sus pediatras.

La recomendación es compartida por la Clínica Mayo. Según el organismo, en caso de trastornos del sueño en niños, "pequeños estudios sugieren que la melatonina puede ayudar a tratar alteraciones del sueño en niños con varios tipos de discapacidades".

Sin embargo, dice la institución "se suelen recomendar buenos hábitos a la hora de acostarse como tratamiento inicial. Habla con el médico de tu hijo antes de darle melatonina". La Dra. Alejandra Hernández, neuróloga pediátrica de Clínica Universidad de los Andes, señaló en la misma nota que es un suplemento alimentario por lo que está considerado como un elemento alimentario por la Administración de Alimentos y Medicamentos de EE.UU. (FDA, su sigla en inglés) no como un fármaco y "por eso es que es de libre venta y la pueden comprar sin receta pero como todo, incluso suplemento alimentario, en exceso puede producir intoxicación".

Explica que en países como Estados Unidos y Canadá, existen las gomitas y masticables de melatonina, lo que es un riesgo, porque los niños lo pueden consumir como dulce. Agrega que por fortuna en Chile no se vende bajo esa presentación, sino solo como gotitas y comprimidos o cápsulas.

Aún así, advierte que las gotitas también pueden generar una intoxicación si están al alcance de los niños y son ingeridas sin control. La doctora Retamal señala que en Chile, ha visto que "lo dan bastante en los Cesfam a los niños con trastorno del sueño".

#### **Pandemia detrás del alza**

Una de las razones esgrimidas por el informe en EE.UU. apunta a la pandemia. La obligación de muchos menores de quedarse encerrados por las cuarentenas, trastocó su higiene del sueño, lo que provocó que muchos padres recurrieran al uso de la melatonina. "Este aumento de la accesibilidad y la disponibilidad relacionado con la pandemia podría haber contribuido a una mayor exposición en los niños", señalaron los investigadores.

La Dra. Hernández dijo que muchos adultos lo usan en sus hijos incluso sin prescripción médica, incluso en guaguas, lo que es muy peligroso. "La dosis terapéutica está muy cerca de la tóxica", advirtió, por lo que ella no lo usa en los lactantes pues no existe una indicación clara para usar melatonina en menores de un año. Según las cifras del Cituc, entre 2018 y 2022, hubo 44 intoxicaciones en lactantes.

La Dra. Retamal advirtió como todo fármaco "siempre va a tener sus riesgos y pueden haber efectos secundarios en su ingesta, por lo mismo tiene que siempre bien regulado y tiene que ser bajo supervisión médica, con mayor razón si se lo estamos dando a un grupo de riesgo como son los niños". ●