



Columna

Venta de melatonina

Es común conocer casos de personas que recurren a la melatonina 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 al 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 re-

veladoras 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.

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, el 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, 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.



Carla Araya Sepúlveda

Coordinadora regional de Sernac Los Ríos