

# Alerta pediátrica: aumentan intoxicaciones por melatonina

La sustancia es altamente utilizada por los padres para que sus hijos duerman mejor. Estudio de la Universidad Católica reveló que, en lo que va del año, ya se ha registrado la misma cantidad de casos que en todo el 2018.

Francisca Palma Schiller  
 francisca.palma@estrellavalpo.cl

Lo que era una realidad conocida en Estados Unidos, donde las intoxicaciones por consumo accidental de melatonina aumentaron en un 530%, según un estudio realizado por los Centros de Control de Enfermedades (CDC, por su sigla en inglés), afectando principalmente a menores de cinco años, ya aterrizó en nuestro país: la alerta pediátrica está encendida.

Así lo revelaron desde el Centro de Información Toxicológica de la Universidad Católica (Cituc), confirmando que, en lo que va del presente año, se ha registrado casi la misma cifra que la de todo el 2018.

Este 2022, el reporte alcanza los 118 casos, mientras que en el 2018 hubo 119. El año pasado se detectaron 269 intoxicaciones por esta sustancia.

¿Los grupos más afectados? Los adolescentes en primer lugar, seguidos de los preescolares.

## ¿QUÉ ES?

De acuerdo a la información que entregan expertos en el área de la salud, la melatonina es una hormona natural del cuerpo pero que, en forma de cápsulas, gotas o masticables, es utilizada por los padres para que sus hijos duerman mejor. Y si bien es segura, utilizarla en altas dosis puede generar un sinnúmero de efectos.

# 269

intoxicaciones por esta sustancia hubo en el 2021. Este año ya van 118 casos. Adolescentes son los más afectados.



SI BIEN LA INTOXICACIÓN NO ES MORTAL PUEDE PROVOCAR CEFALEA, DOLORÉS ARTICULARES, PÉRDIDA DE CONCIENCIA Y DE ATENCIÓN.

Los especialistas añaden que esta alza se podría deber al consumo accidental de gomitas con melatonina, un nuevo formato de este suplemento.

El doctor Christian Smith, jefe del Servicio de Pediatría del hospital Carlos Van Buren de Valparaíso, explica que "la melatonina es una hormona secretada por la glándula pineal en la base del cerebro y su secreción aumenta en relación a la cantidad de luz percibida por la persona. Cuando está en la oscuridad, aumenta su secreción y esto ayuda a conciliar el sueño debido a una disminución generalizada de la función cerebral".

"Mucha gente usa melatonina como un inductor del sueño porque con la edad la secreción va disminuyendo y todos sabemos los efectos de la edad



DR. CHRISTIAN SMITH, JEFE DEL SERVICIO PEDIÁTRICO VAN BUREN.

sobre el sueño: una dosis nocturna ayuda a que se logre conciliar", afirma.

El doctor Smith argumenta que "como es algo natural, se ha extendido el uso en la población pediátrica y quizás las intoxicaciones se hayan dado porque una de las formas de presentación es en go-

mitas dulces, y los niños tienden a comerlas".

## EFFECTOS PANDÉMICOS

Junto a la extensión de su uso, el jefe del Servicio Pediátrico alerta sobre las repercusiones de la reinsertión post pandemia, factor que ha influido en los adolescentes. "El aumento de

las intoxicaciones va de la mano con el aumento de las alteraciones psiquiátricas que hemos visto en la población post pandemia", subraya.

"Aparte de los niños pequeños, ha habido un aumento de los casos de intoxicación no accidental por melatonina en adolescentes, pero no sé si se podrá diferenciar del resto de los intentos suicidas que hemos visto post pandemia, que han aumentado notablemente, por todas las repercusiones que ha tenido el confinamiento y la reinsertión social de la población escolar. Hemos visto un aumento notable de todo tipo de intentos de suicidio", indica el experto.

## NO AUTOMEDICARSE

¿Cuáles son las consecuencias que podría traer una intoxicación?



"Puede bajar la presión y la glicemia, por lo tanto, hay que tener cuidado, por ejemplo, con la gente que es diabética y que está con tratamiento. También baja el umbral de las convulsiones de los niños epilépticos. La intoxicación por este fármaco tiene síntomas que no son muy graves, tienes cefalea, dolores articulares, un poco de pérdida de conciencia, por eso siempre los especialistas dicen que hay que tomárselo antes de acostarse y no durante el día ni antes de realizar una labor muy cuidadosa", expresa Smith.

Por último, el profesional recomendó no automedicarse y siempre asesorarse con médicos tratantes, sobre todo, para conocer las dosis exactas que se necesitan a la hora de consumir fármacos como la melatonina.

"No lo tomen como que es un sedante de venta libre; las personas diabéticas, hipertensas, los niños con epilepsia deben tener las dosis indicadas por su médico y ver los niveles de fármaco que estén tomando. Siempre se tiende a pensar que todo lo natural es sano, bueno y que se puede tener libre disposición y no es así. Aunque este sea una hormona producida por el organismo, tiene efectos secundarios en su uso que deben tener atención. La recomendación es no automedicarse", destaca.