



© Julia Fullerton-Batten, courtesy HSBC

Enfant : Alerte à la puberté précoce

Les médecins s'en inquiètent : de plus en plus de petites filles deviennent pubères trop tôt, parfois avant 8 ans. En cause, les conditions de vie et les perturbateurs endocriniens.

Enquête sur un phénomène aux répercussions psychiques et physiques douloureuses.

PUBERTÉ PRÉCOCE, UNE RÉALITÉ MÉDICALE

Emma est une « gamine », un « bébé » qui commande des jouets à Noël. Mais, quand elle va à la piscine, elle se change dans un coin tranquille. A la différence de ses copines, Emma a des poils pubiens depuis plusieurs années. Elle apprenait tout juste à lire quand c'est arrivé : elle avait 6 ans. « Avant 8 ans, on parle de puberté précoce, explique le Dr Michel Colle, pédiatre endocrinologue. Entre 8 et 10 ans, ce n'est plus pathologique mais c'est une puberté avancée. » Les cas de fillettes comme Emma ne sont plus rares, et les spécialistes s'en inquiètent. « Nous sommes préoccupés, dit le Pr Charles Sultan, chef du service d'endocrinologie au CHU de Montpellier. Les consultations pour ces problèmes ont considérablement augmenté en quelques années. On voit de plus en plus de fillettes avec un développement des glandes mammaires à 6 ou 7 ans, c'est anormal. » En 1850, en France, les premières règles survenaient en moyenne à l'âge de 16 ans. Aujourd'hui, le curseur s'est déplacé à 12,6 ans. 14 % des petites Américaines présentent un début de pilosité ou de poitrine avant l'âge de 8 ans. « On observe même des prémices passagères de l'augmentation du volume des seins chez des bébés, s'alarme le Dr Catherine Salinier, pédiatre. Auparavant, c'était très rare. »

LES RAISONS DE LA PUBERTÉ PRÉCOCE

Au départ, cette évolution est naturelle. L'alimentation et les conditions de vie se sont beaucoup améliorées en deux cents ans. « Les filles grandissent plus vite, remarque le Dr Colle. Elles atteignent donc plus rapidement la masse critique du démarrage de la puberté. » Rien de problématique à cela, d'autant que l'abaissement de l'âge des premières règles s'est stabilisé. Ce n'est pas le cas pour l'apparition de la poitrine ou des poils pubiens. Cette fois, l'alimentation a le mauvais rôle. 18 % des petits

Européens sont aujourd'hui en surpoids. Un chiffre qui pourrait monter à 25 % en 2020, d'après l'Insee. « Les petites filles en surpoids sont plus souvent victimes de puberté précoce », constate le Dr Salinier. On ne sait pas tout, mais le lien fonctionnerait à double sens : le surpoids pourrait aussi précipiter le développement pubertaire. Il est beaucoup plus rare que la puberté se manifeste prématurément chez les garçons. Quand cela arrive, on trouve généralement une cause organique. Chez les filles, au contraire, 90 % des cas sont d'origine indéterminée. Plusieurs facteurs imbriqués expliquent sans doute la complexité du phénomène. « L'impact des perturbateurs endocriniens est évident, assure le Pr Sultan. Leur activité oestrogénique peut dérégler le système hormonal, accélérer la puberté et provoquer des malformations génitales. » Il y a quelques années, les scientifiques avaient du mal à se faire entendre. Pourtant, ces substances chimiques sont omniprésentes, de la nourriture aux emballages, en passant par les jouets et les cosmétiques. Si leur action est encore mal connue, les preuves accumulées sont difficilement réfutables. Les perturbateurs endocriniens n'atteindraient jamais la dose jugée nocive, mais la notion même de seuil est remise en cause par les chercheurs. Des études ont montré, par exemple, l'action néfaste d'une très petite quantité de bisphénol A. Outre qu'il s'accumule dans l'environnement, il se comporte de manière complexe. On sait qu'il existe des effets « cocktail » ou « paradoxaux » lorsqu'une molécule réagit à faible dose mais pas à forte dose. Le bisphénol A ne devrait plus être utilisé en France. Un rapport de l'Agence nationale de sécurité sanitaire de l'alimentation, de l'environnement et du travail (Anses) a précipité son interdiction totale à l'horizon 2014. Une proposition de loi interdisant les phtalates, les parabènes et les alkylphénols vient, en outre, d'être adoptée à l'Assemblée. Ces votes sont loin de régler le problème car il existe bien d'autres perturbateurs endocriniens. Mais l'alerte est lancée, y compris au niveau politique. En témoigne le rapport déposé cet été au nom de l'Office parlementaire d'évaluation des choix scientifiques et technologiques. Le sénateur Gilbert Barbier y appelle à prendre dès aujourd'hui des mesures de précaution.

PUBERTÉ PRÉCOCE : LES RISQUES POUR LA SANTÉ

Dans le cabinet des pédiatres, les parents sont inquiets. Ils posent des questions. « Il est impossible de se soustraire totalement à ces substances, répond le Dr Salinier. Mais nous conseillons d'éviter, par exemple, les phytoestrogènes, qui se comportent comme de véritables surplus hormonaux. Avec la mode du soja, certains enfants y sont soumis de manière aberrante. » Premier dommage : la taille. La puberté précoce accélère la maturation du squelette, différente de sa croissance. Les os s'allongent mais ils parviennent à maturité encore plus vite. L'enfant fait alors une poussée brutale puis s'arrête de grandir, parfois 10 cm avant la taille qu'il aurait dû atteindre. Ces grands gamins seront de petits adultes. Le scénario n'est pas systématique mais très fréquent. On ne connaît pas encore très bien le phénomène, mais la puberté précoce pourrait également favoriser un risque de maladies cardio-vasculaires ou de cancers hormono-dépendants. Et les répercussions physiques ne sont pas le seul problème chez ces enfants, il faut aussi compter avec des difficultés psychologiques. Le mal-être de sa fille préoccupe la mère de Marion, 9 ans. « On s'en est rendu compte quand elle avait 7 ans. Aujourd'hui, elle a de la poitrine et fait deux têtes de plus que ses copines. Elle a beaucoup de mal à accepter son corps. » Sortir de l'enfance se prépare, se découvre et s'accepte peu à peu. Quand la machine s'emballle, ces petites filles deviennent les (trop) grandes de la classe. Elles rêvent encore de poupées, mais leur corps parle de seins et de règles : le décalage est brutal. Le regard des autres se fait tantôt discriminant, tantôt lourd d'une admiration malsaine. Les attentes des adultes se modifient. « Certaines fillettes sont très choquées », constate le Dr Salinier. D'autres jouent le jeu de l'adolescence en avance. Un problème aggravé

par l'attitude de familles inconscientes des répercussions psychologiques. « Je suis frappé de voir que certains parents accompagnent ou devancent cette puberté précoce, relève le Pr Sultan. On voit en consultation des petites filles en string. » Selon des études américaines, ces enfants-femmes seraient plus sensibles à la dépression et à toutes sortes de troubles psychiques. Mal diagnostiquée, facilement banalisée, la puberté précoce peut fragiliser pour la vie.

COMMENT DÉPISTER ET FREINER LA PUBERTÉ PRÉCOCE

Une brusque accélération de la croissance, des douleurs dans la poitrine, l'apparition de poils pubiens ou des modifications dans le comportement de l'enfant doivent faire penser au début de la puberté. Des examens le confirmeront. Dans ce cas, l'endocrinologue prescrit un traitement hormonal pour bloquer l'évolution du processus. Il est arrêté lorsque la petite fille atteint un âge raisonnable, et la puberté repart normalement.

Peut-on y échapper ?

On ne peut pas supprimer tous les perturbateurs endocriniens de notre environnement, mais on peut limiter notre exposition. Dans l'alimentation, les cosmétiques ou les produits d'entretien, le bio permet de se soustraire à de nombreux pesticides et produits chimiques incriminés. Les fruits et légumes achetés en vrac et mis dans des sacs en papier évitent aussi le contact avec les constituants des plastiques et des contenants alimentaires. C'est recommandé si on est enceinte ou si on a un bébé.