

ESTEROIDES ANABÓLICOS



O perigo do uso de esteroides anabólicos

Os anabolizantes são substâncias sintéticas similares aos hormônios de crescimento e ao hormônio masculino – a testosterona. Sua estrutura química é similar à dos esteroides, hormônios responsáveis pela harmonia das funções vitais do organismo e, por isso, também, são conhecidos como esteróides anabolizantes. Promovem aumento da massa muscular e aumentam a capacidade de absorver proteínas.

O crescente uso de anabolizantes com fins estéticos, como ganho de massa muscular, tem sido preocupante. Os perigos potenciais do uso indiscriminado fazem com que a suplementação de hormônios anabolizantes para fins estéticos seja totalmente contraindicada. Os anabolizantes incrementam a síntese de determinadas substâncias musculares e ósseas, mas somente os médicos podem prescrevê-los. Seu uso exige controle rigoroso, pois podem causar problemas de saúde muito sérios.

Alguns atletas usam estes esteroides com o objetivo de ganhar força, resistência e velocidade, mas foi nos últimos 10 anos que o abuso dos anabolizantes se disseminou entre frequentadores de academias, unicamente para melhorar a aparência física. Também é crescente a utilização de muitos produtos de uso veterinário entre esta população. A maioria são jovens que compram estes produtos para se automedicar e não sabem o risco que correm.

O uso indiscriminado de anabolizantes pode provocar nas mulheres o surgimento de características masculinas, como engrossamento da voz, aumento de pelos no corpo,

Dicas de saúde

- Suplementos alimentares são substâncias produzidas quimicamente que tem a propriedade de completar a ação dos alimentos naturais. Eles são utilizados por pelo menos 40% dos atletas, muitas vezes em doses superiores às recomendadas. É preciso buscar ajuda de um profissional para saber quais produtos consumir.

amenorreia (ausência regular de menstruação), distúrbios menstruais e ovulatórios. Nos homens o uso recorrente, pode ocasionar ginecomastia (aumento do volume das glândulas mamárias), crescimento das vesículas seminais do pênis e da próstata (o que pode desencadear câncer nesse órgão), engrossamento da voz, atrofia dos testículos e infertilidade. Ambos os sexos, é comum a ocorrência de distúrbios de comportamento, com aumento de agressividade. Quando usado por adolescentes, podem provocar atraso no crescimento e estimular o consumo de outros tipos de drogas no futuro.

Para potencializar os seus efeitos, atletas e amantes da musculação consomem doses excessivas de anabolizantes. Chegam a ser de dez a cem vezes maiores que as doses habitualmente preconizada em tratamentos médicos. As altas doses, tomadas via oral ou na forma injetável, agravam efeitos negativos da droga no organismo.

A ingestão oral pode aumentar os efeitos hepatotóxicos (tóxicos para o fígado), já por via parenteral (injetável), os riscos vão além, podendo aumentar a possibilidade de contaminação pelos vírus HIV e das hepatites C e B, além do risco de contaminação por bactérias, que podem ocasionar infecções generalizadas (Sepsis) quando do eventual compartilhamento de seringas.

Os anabolizantes também são utilizados como meio de dopagem, muito comum no meio competitivo, para o desenvolvimento de massa muscular, força e potência, principalmente em eventos mundiais e nacionais. O *doping* pode ser definido como a utilização de substância sintética ou natural (em quantidade anormal) que promova melhora artificial e desonesta do desempenho além de prejudicar a saúde, aumentando consideravelmente o risco do surgimento dos efeitos colaterais que vão desde a simples acne até a morte.

Os anabolizantes oferecem um ganho de massa e músculos rapidamente, sem muito esforço. Mas essa proposta de resultado imediato não é uma boa escolha. Os resultados vêm de forma lenta e gradual com boa alimentação, suplementação, orientação e treino.

Você Sabia?

- Alimentação saudável, boa qualidade de sono e a prática de atividade física ainda são considerados os melhores estimulantes para a saúde do corpo e da mente em qualquer idade.

- Exercícios físicos diminuem a chance de depressão em idosos, pois ajudam a liberar algumas substâncias como endorfina e serotonina conhecidas como "hormônios da felicidade". Mas a dose de exercício indicada para cada idoso deve ser individualizada e depende de uma avaliação médica.

- Artíficos que apontam os anabolizantes como terapia antienvelhecimento podem acabar cumprindo o que prometem de um jeito indesejável: seus usuários poderão não viver o suficiente para chegar à velhice.

Referências: https://www.sbp.com.br/img/documentos/doc_anabolizantes.pdf, http://www.cff.org.br/sistemas/geral/revista/pdf/124/057a060_anabolizantes.pdf, http://www.goldman.com.br/index.php?option=com_content&task=view&id=138&Itemid=5, http://www.medicinadoesporte.org.br/midia_050813.htm, <http://drauziovarella.com.br/dependencia-quimica/abuso-de-anabolizantes-2/>, <http://www.infonet.com.br/saude/ler.asp?id=78855&titulo=especial>, <http://www.einstein.br/einstein-saude/pagina-einstein/Paginas/anabolizantes-falsa-sensacao-de-saude.aspx>, http://www.unoeste.br/site/destaques/outros_destaque/documentos/Artigo_fisiologista_fala_sobre_doping.pdf, <http://drosmar.com/doping/doping-e-anabolizantes-perguntas-frequentes/>