

## O USO DE ESTERÓIDES ANABOLIZANTES POR MULHERES PRATICANTES DE MUSCULAÇÃO

(Kelvin Assis Alves)<sup>1</sup>  
(Fernanda Jorge de Souza)<sup>2</sup>

### RESUMO

Nos dias atuais as mulheres estão buscando padrões de beleza estipulados pela mídia. Muito se fala sobre a busca pelo corpo perfeito e as mulheres acabam se submetendo a procedimentos e processos considerados ilegais para tal finalidade. Não satisfeitas em atingir resultados permitidos por sua genética e seu treinamento, muitas mulheres recorrem ao uso de ergogênicos para que seu desempenho não fique estagnado. Numa combinação de praticidade e resultados rápidos, as usuárias podem obter drogas com concentrações que vão de 10 a 100 vezes as doses farmacológicas recomendadas, o que representa risco eminente para vários órgãos do corpo, entre eles o coração. Em vista destes fatos, este artigo faz uma revisão bibliográfica para identificar os principais efeitos dos EAA sobre o corpo humano, identificando as alterações na estrutura geral do corpo.

**PALAVRAS-CHAVE:** Anabolizantes, Mulheres, Efeitos colaterais, Musculação.

### ABSTRACT

Nowadays many women are looking to keep up with the standards of beauty set by the media. Many people talk about the perfect body and women end up submitting to illegal methods to achieve their goals. Dissatisfied with the results obtained by your body and your workouts genetically gym, many of these women looking for better results starts using ergogenic to help your performance, so your performance will not be stalled. In a combination of practical and quick results, users can purchase drugs at concentrations ranging from 10 to 100 times the recommended dose in pharmacies, which is distinguished by scribing many organs, e.g., the fireplace. With these facts, this article is a literature review to identify the main effects of AAS on the human body, identifying changes in the body structure.

**PALAVRAS-CHAVE:** Anabolic, Women, Side Effects, bodybuilder.

<sup>1</sup> Acadêmico Kelvin Assis Alvesdo Curso de Educação Física da Faculdade União de Goyazes  
<sup>2</sup> Orientador: Prof. Me. Fernanda Jorge de Souza, Faculdade União de Goyazes.

## INTRODUÇÃO

A procura pelos anabolizantes está tornando-se cada vez mais comum entre os frequentadores de academias, principalmente motivados pelo desejo do ganho de massa muscular. Os anabolizantes podem ser utilizados por duas principais razões: Por falta de produção natural desses hormônios, por causas genéticas ou adquiridas, e quando são prescritos pelo médico. Os anabolizantes, além de serem utilizados com finalidade ergogênica, têm sido também utilizados para se melhorar a estética em ambientes de prática de exercícios físicos, como academias;

O ambiente das academias favorece a disseminação de padrões estéticos estereotipados. Assim, há pressão da sociedade e da mídia em relação ao corpo padrão contribuindo para o aumento no uso de suplementos e anabolizantes.

Os Esteróides Androgênicos Anabólicos (EAA) mais conhecidos como anabolizantes são hormônios sintéticos fabricados a partir do hormônio sexual masculino, testosterona. Quem os toma terá aumento no tamanho dos músculos, força física e aumento da resistência. (LOUREDO, 2014)

Os riscos de complicações tendem a aumentar, pois geralmente o usuário associa vários agentes anabólicos combinados, proporcionando diferentes respostas pela interação entre os diferentes agentes, além disso, a prevalência dos efeitos colaterais está diretamente relacionada ao tipo de esteróide, a idade e o sexo do usuário, ao uso prolongados associado a altas doses. (BOFF, 2008)

Dentre os efeitos físicos do uso inadequado de esteróides, pode-se citar nas mulheres: a virilização, manifestando-se com diminuição da gordura corporal e tamanho dos seios, voz mais grave, irregularidades menstruais, aumento do clitóris, alteração na libido. Já do ponto de vista endócrino, observa-se alteração do metabolismo de carboidratos, com resistência a insulina e intolerância á glicose, alteração do perfil dos hormônios da tireoide com a diminuição na liberação de seus hormônios (T3 ou triiodotironina e T4 ou tiroxina), além da diminuição na liberação de hormônio estimulante da tireoide pela hipófise. (BOFF, 2008)

O estudo bibliográfico revisionado revela consumo indiscriminado de anabolizantes por mulheres praticantes de musculação. O uso indiscriminado destes anabolizantes é influenciado por instrutores, professores ou treinadores, não havendo, em muitos casos, a orientação por nutricionistas e/ou médicos. Os anabolizantes são vendidos ilegalmente em alguns sites, farmácias e até mesmo por professores de academias.

A principal razão deste estudo está em transmitir o grande risco do uso indiscriminado de anabolizantes, e o conceito de que uma alimentação saudável e equilibrada associada a prática da musculação com a orientação de um profissional responsável, é capaz de fornecer todos os nutrientes necessários para a saúde, levando ao aumento ou diminuição de peso, massa magra e massa gorda, diminuir os sintomas de doenças e proporcionar bem estar e disposição para os treinos.

## **O QUE É BELEZA**

Segundo dicionário de Significados (2011) a beleza é um substantivo feminino que expressa a qualidade do que é belo ou agradável. Pode também ser um termo para caracterizar uma mulher formosa ou uma coisa bela. A beleza é uma característica ou um conjunto de características que são agradáveis à vista e que são capazes de cativar o observador. Quando uma pessoa é bonita, ela pode ser apelidada de "beleza".

De acordo com Nunes (2012) deveremos ter em conta que a beleza da mulher depende não só daquilo que elas fazem para beneficiar exteriormente o seu próprio corpo, mas também do empenho em se manter saudáveis por dentro, quer em nível do bom funcionamento do seu organismo quer a nível mental. Só um equilíbrio entre estas três áreas poderá fazer com que elas se sintam realmente belas.

É claro que não se pode definir objetivamente a beleza, visto que ela não é uma propriedade imutável que se atribui ou não aos objetos, mas uma sensação própria do sujeito que a percebe, ajustada aos seus valores pessoais, ainda que tais valores estejam inevitavelmente subordinados aos valores culturais e histórico-sociais de determinada sociedade em dado tempo histórico. A beleza é relativa, não há como negar, mas essa relativização é profundamente ofuscada pela busca de uma essência ideal, um padrão de beleza. (NUNES, 2012).

## **BOA ALIMENTAÇÃO**

As pessoas estão cada vez mais preocupadas em manter um corpo saudável. Academias lotadas, parques com pessoas caminhando, correndo, pedalando, assim, estamos na era da vida saudável. Por esta razão, muitas questões surgem quando começamos a praticar exercícios, e uma delas se refere à alimentação, de modo especial, aquela que se associa antes e depois do treino. (COELHO, 2012)

A alimentação pré e pós-treino é extremamente importante no plano alimentar de um praticante de atividade física. É esta alimentação que fará com que o atleta tenha melhor rendimento, melhor recuperação e menor risco de lesão muscular. A alimentação pré-treino visa basicamente fornecer a energia para a realização do exercício. Já no pós-treino, sugere-se uma alimentação equilibrada com nutrientes necessários para repor a energia perdida durante o exercício e favorecer a recuperação dos tecidos. (COELHO, 2012)

Desse modo, vemos que a suplementação também tem sido uma aliada nessa busca incessante pelo corpo perfeito, sendo, inclusive, amplamente consumida pelos praticantes de musculação.

## O QUE É MUSCULAÇÃO

A musculação ou treinamento com pesos é um tipo de exercício resistido, com variáveis de carga, amplitude, tempo de contração e velocidade controláveis. Desse modo pode ser aplicada da forma isométrica (contração mantida), isocinética (com velocidade angular constante) ou isotônica (alternância de contrações concêntricas e excêntricas), contínua ou intervalada, leve, moderada ou intensa, com recursos aeróbios ou anaeróbios. Esta possibilidade de controle de tantas variáveis torna a musculação uma atividade física altamente versátil que pode ser praticada por pessoas de diversas idades para diferentes objetivos. (PORTAL EDUCAÇÃO, 2009)

## MUSCULAÇÃO: OS BENEFÍCIOS

Há muitas opções disponíveis para trabalhar o condicionamento físico. Cada uma delas corresponde a diferentes necessidades e gostos. É possível optar entre exercícios de flexibilidade, como alongamento, exercícios aeróbicos, como caminhada ou ciclismo, e anaeróbicos e também a musculação (PAGNOTTA, 2013).

A musculação beneficia a saúde em muitos aspectos, pois contribui para o controle e a manutenção do peso, reduz o risco de diabetes e osteoporose, melhora a postura, a aparência e, portanto, a autoestima. O exercício com peso também regula o metabolismo, queimando mais calorias. Reduz a quantidade de calorias, carboidratos, proteínas e gordura que consumimos: um estudo do Journal of Sports Science & Medicine concluiu que a resistência física aumenta a capacidade do organismo de digerir alimentos, estabiliza a taxa de açúcar no sangue e ajuda a aumentar a sensação de saciedade. (PAGNOTTA, 2013)

Além de todos os benefícios supracitados, a musculação faz com que as articulações fiquem mais firmes e os tendões e ligamentos mais espessos. Isso permite mais liberdade para executar ações do dia a dia, às vezes difíceis,

como subir escadas íngremes, por exemplo. Permite viver mais, pois reduz os riscos de acidentes vasculares cerebrais (AVC) e ataques cardíacos, especialmente se praticada regularmente. Ao mesmo tempo, aumenta a frequência cardíaca, o que leva oxigênio e outros nutrientes aos músculos. (PAGNOTTA, 2013).

Apesar das vantagens da prática de exercícios físicos, há um número exorbitante de pessoas, segundo a Organização Mundial de Saúde, são sedentárias. O dia a dia não requer esforços musculares como antigamente, uma vez que as facilidades dos meios de transporte, os controles remotos, os elevadores e até mesmo as demandas profissionais promovem um suposto conforto no qual a força física ficou quase ausente. Assim, a própria rotina contribui para o grande número de sedentários, indo contra o lema da vida saudável. Para garantir uma boa saúde, no entanto, é preciso ir contra a correnteza do comodismo e procurar maneiras de exercitar o corpo.

Ir ao encontro à saúde é uma decisão inteligente porque, com o aumento da expectativa de vida, a prática de exercícios físicos proporciona uma qualidade de vida melhor e por mais tempo. Ao exercitar-se, os benefícios dessa prática se espalham pelo corpo todo. Ela faz com que a pessoa se afaste por algum tempo de sua rotina e problemas do dia a dia, promovendo relaxamento e bem-estar. Há redução da dor, maior consciência da eficácia corporal e do controle pessoal.

Para quem também está interessado em esculpir um belo corpo, a atividade física vem completamente a favor. A prática da musculação é uma das mais relevantes nesse sentido, uma vez que ela produz um resultado estético relativamente rápido ao combinar uma alimentação balanceada e regularidade nos exercícios.

## **MALEFÍCOS DA MUSCULAÇÃO(SE PRATICADA DE FORMA INCORRETA)**

Como foi mencionado até aqui, há vários benefícios decorrentes da prática de musculação, mas é precioso salientar que se não houver uma boa execução dos exercícios e que a falta de orientação e acompanhamento por parte de um profissional de área pode acarretar uma série de problemas descritos a seguir e que foram retirados do site Força e Inteligência (2013):

**Pouco desenvolvimento muscular:** se o praticante fizer outros exercícios físicos além da musculação, os cuidados devem ser aumentados. O desgaste físico pelo excesso de atividades pode comprometer os resultados e não se chegar ao desenvolvimento muscular esperado.

**Fraqueza e cansaço:** muitas vezes as pessoas procuram a musculação pra perder peso, além de modelar o corpo. Algumas chegam a se alimentar pouco ou incorretamente o que pode levar a fraqueza, cansaço excessivo e trazer riscos à saúde.

**Desgaste físico:** o praticante que não respeitar um tempo mínimo entre as baterias de exercícios, pode sofrer desgastes físicos e exaustão.

**Sistema imunológico afetado:** da mesma maneira que o exercício praticado de maneira correta pode ajudar no desenvolvimento do sistema imunológico, se pratica desordenadamente pode atrapalhar. Isso porque o excesso de exercícios, feitos de maneira desordenada e sem controle, deixa o corpo mais fraco e conseqüentemente debilita o sistema imunológico. (FORÇA E INTELIGÊNCIA, 2013)

**Lesões:** se os limites do corpo não forem respeitados, as lesões musculares podem ser tão graves a ponto de ter que interromper a atividade

temporariamente e ter acompanhamento de um fisioterapeuta para que a recuperação ocorra.

**Prejudicar o crescimento:** adolescentes que a pratiquem da forma incorreta, podem ter seu crescimento e desenvolvimento prejudicados.

**Organismo debilitado:** o exagero pode levar a perda de apetite, insônia, má humor, depressão, ansiedade entre outras doenças.

Veja que todos os malefícios descritos estão associados à falta de informação dos praticantes, que muitas vezes não buscam um profissional qualificado para ajuda-los a atingir o objetivo de ter um corpo chamado de “ideal”.

## A BUSCA PELO CORPO IDEAL

A população vem se preocupando mais com a estética e procurando a beleza no próximo, e não se diz mais em beleza interior, sentimentos, maturidade, conhecimento, não. Se fala apenas em "roupas apertadas para mostrar os efeitos de horas de exercício na academia" ou então em "roupas despojadas para seguir as últimas dicas de um programa de moda".

Percebe-se que o desejo pelo considerado "corpo sarado" é tão expressivo que se entrarmos hoje em um dos sites mais acessados entre os internautas, com certeza é bem possível que entre as páginas mais acessadas estejam aquelas que se dedicam ao “cuidar do corpo”. É claro que é necessário ter um cuidado com condição física, se sentir bem ao olhar-se diante do espelho, isso faz bem para a autoestima e para a saúde, mas existe uma diferença entre o cuidar e a obsessão. (MILETO; AGUIAR ET AL., 2009)



A incessante busca pelo corpo perfeito é um sintoma contemporâneo que aponta para desejos e questões da atualidade. O aumento dessa demanda leva a vários recursos para atingir tal objetivo, mesmo que estatisticamente o resultado traga prejuízos à saúde do sujeito. Percebe-se no Narcisismo, um dos mecanismos possíveis para entendimento do funcionamento psicológico de pessoas que lutam por este padrão de corpo tão idealizado por nossa cultura. (AZEVEDO, 2007).

Na sociedade contemporânea, marcada por valores como o consumismo, o individualismo, a busca do sucesso e o acúmulo de bens materiais, o corpo tornou-se também objeto de consumo. O consumismo permite aos indivíduos se situar socialmente mediante a posse e acúmulo de capital material e simbólico. As mercadorias, os objetos, as roupas e o corpo enquanto objetos de consumo passam a dizer a “verdade” sobre o sujeito constituindo suas referências, sua autoestima e sua identidade.

A enorme valorização da aparência corporal inscreve-se num processo em que o corpo físico assume um papel fundamental na exteriorização da subjetividade e na construção das identidades. Esse processo foi potencializado pela mídia, que adquiriu enorme poder de influência sobre as pessoas na contemporaneidade, passando a ocupar um papel importante na disseminação de valores e padrões estéticos e contribuindo para a criação de novas necessidades que, por sua vez, alimentam uma milionária indústria da estética que não cessa de se expandir. (IRIART; CHAVES ET AL., 2009). E todo esse fenômeno pode ser ilustrado com o modelo de corpo das “panicats” (assistentes de palco do programa Pânico na TV), por exemplo, que assim, como acontecia com as misses antigamente, possuem medidas a serem atingidas para que se possa enquadrar neste padrão estabelecido.

As panicats são famosas por terem um corpo escultural com braços e bumbum durinhos, cintura fina e firme e coxas torneadas. A ex-panicat Juju Salimene é um dos exemplos na disciplina trazendo coxas grossas e bem trabalhadas, além de um bumbum durinho e perfeito. Muitas mulheres querem estar a par das medidas das panicat, assim poderem chegar igual ou próximo as modelos com corpo perfeito. Cada panicat traz uma medida, até porque tudo vai depender da sua estatura. Porém, além de muita malhação e exercícios

localizados, elas afirmam que a alimentação correta é um dos grandes segredos para conseguir um corpo tão sequinho.

Mas, por trás da malhação e alimentação perfeita, existem também tratamentos estéticos para melhorar a aparência da pele do corpo e também cirurgias plásticas, como prótese de silicone e a lipoaspiração, que são tratamentos para resultados rápidos, porém caros.

O corpo das panicats é motivo de admiração por parte de homens e mulheres. Mas quais são exatamente as medidas (perimetrias) do corpo das panicats?

### COMPARAÇÃO DAS MEDIDAS DAS PANICATS

Abaixo segue um quadro comparativo das medidas do corpo das panicats, listadas aqui em ordem alfabética. A altura está em metros, o peso em quilos e as demais medidas em centímetros.

	Altura	Peso	Busto	Cintura	Quadril
<b>Aryane Steinkopf</b>	1,65	60	92	66	104
<b>Babi Rossi</b>	1,64	60	90	64	101
<b>Carol Dias</b>	1,63	55	93	69	97
<b>Carol Belli</b>	1,60	53	92	62	98
<b>Carol Narizinho</b>	1,64	56	86	63	95
<b>Dani Bolina</b>	1,63	63	92	67	102
<b>Danielle Souza</b>	1,70	65	100	68	102
<b>Gabriela Monteiro</b>	1,67	59	90	65	92
<b>Jaque Khury</b>	1,69	67	97	67	103
<b>Juju Salimeni</b>	1,70	63	99	65	94
<b>Lizzi Benites</b>	1,68	60	94	67	103
<b>Nicole Bahls</b>	1,70	64	90	60	105
<b>Renata Molinaro</b>	1,74	62	87	63	102
<b>Tânia Oliveira</b>	1,65	56	90	65	92
<b>Thaís Bianca</b>	1,68	58	88	64	94

(MUDE NU, 2012)

É preciso destacar que as medidas não dizem tudo. O que importa, sobretudo, é a composição corporal, ou seja, o percentual de massa magra e o percentual de gordura. As panicats possuem corpos definidos por terem um percentual de gordura baixo e um bom volume de massa muscular (MUDE NU, 2012).

Aspectos que muitas vezes é impossível de ser obtido apenas com exercícios e alimentação adequado, o que leva muitas pessoas a fazerem uso de substâncias como esteroides anabolizantes.

## **ANABOLIZANTES: EFEITOS COLATERAIS, MALEFÍCIOS E BENEFÍCIOS**

Os Esteroides Androgênicos Anabólicos (EAA) mais conhecidos como anabolizantes são hormônios sintéticos fabricados a partir do hormônio sexual masculino, testosterona. Quem os toma terá aumento no tamanho dos músculos, força física e aumento da resistência. Há alguns anos essas drogas eram utilizadas somente para tratamento de algumas disfunções hormonais ou desgaste muscular. Hoje em dia são bastante conhecidas por atletas e fisiculturistas. As pessoas que fazem uso deste tipo de droga estão em busca de um corpo sarado, redução da gordura corporal e melhor desempenho nos esportes. Os anabolizantes podem ser encontrados nas formas de comprimidos, cápsulas ou injeções intramusculares. (LOUREDO, 2014)

Os esteroides anabolizantes, de uma forma simples, são uma droga composta por material sintético idêntico à testosterona (hormona natural produzida nos testículos e em menores quantidades nas glândulas supra-renais). Sendo uma hormona normalmente conotada com o homem, ela existe igualmente tanto em homens como em mulheres. (ADMIN, 2013)

Os esteroides anabolizantes possuem alguns usos terapêuticos, mas apresentam muitos tóxicos: alguns reversíveis, como diminuição na produção de espermatozoides e impotência; outros irreversíveis, como ginecomastia e calvície. Essas substâncias são utilizadas por jovens e atletas, em dosagens muito elevadas, na busca de uma melhora no desempenho e na aparência física. (FONSECA; THIESEN, 2000).

## **BENEFÍCIOS**

- 
- Aumentam a capacidade do corpo de utilizar a proteína, permitindo ao atleta treinar com maior intensidade sem perder massa muscular;
  - Aumentam a capacidade do corpo de desenvolver massa muscular;
  - Aumentam a capacidade de o corpo ganhar força;
  - Aumentam a capacidade de o corpo desenvolver resistência;
  - Atuam como anti-inflamatórios, ajudando tanto a prevenir como a curar machucados.
- 

## **MALEFÍCIOS**

Vários autores listaram os possíveis efeitos colaterais sobre os diferentes órgãos e sistemas como o músculo-esquelético, hepático, reprodutor e cardiovascular em humanos.

Os riscos de complicações tendem a aumentar, pois geralmente o usuário associa vários agentes anabólicos combinados, proporcionando diferentes respostas pela interação entre os diferentes agentes, além disso, a prevalência dos efeitos colaterais está diretamente relacionada ao tipo de esteroide, a idade e o sexo do usuário, ao uso prolongado associado a altas doses. (BOFF, 2008).

## EFEITOS COLATERAIS DOS ANABOLIZANTES NAS MULHERES

---

**Os efeitos colaterais<sup>1</sup> dos anabolizantes nas mulheres podem ser:**

---

- **Voz fica mais grave;**
  - **Diminuição das mamas;**
  - **Menstruação irregular;**
  - **Clitóris aumenta de tamanho;**
  - **Aumento dos pelos no corpo.**
- 

Dentre os efeitos colaterais citados sobre o sistema reprodutor, destacam-se nas mulheres a virilização, manifestando-se com diminuição da gordura corporal e tamanho dos seios, voz mais grave, irregularidades menstruais, aumento do clitóris, alteração na libido. Já do ponto de vista endócrino, observa-se alteração do metabolismo de carboidratos, com resistência a insulina e intolerância á glicose, alteração do perfil I dos hormônios da tireoide com a diminuição na liberação de seus hormônios (T3 ou triiodotironina e T4 ou tiroxina), além da diminuição na liberação de hormônio estimulante da tireoide pela hipófise. (BOFF, 2008).

A maioria dos efeitos colaterais descritos por nós pode ser facilmente comprovados por meio de depoimentos de várias mulheres usuárias dessas substâncias, inclusive algumas celebridades, que explicam o motivo que as levaram ao uso e quais os efeitos dessas substancias em seus organismos. Para efeito de ilustração trazemos a seguir alguns desses depoimentos.

---

<sup>1</sup> Informações retiradas do site TUA SAÚDE, 2013.

## DEPOIMENTOS

As declarações a seguir, foram concebidas por pessoas que tiveram experiência nada agradáveis, com o uso dos 'anabolizantes':

**Maria Melilo**, É ex-sister, participante do Reality show “Big Brother Brasil” transmitido em 2011. Maria diz que: “Foi logo depois do Big Brother que a doença foi descoberta”. E, mais de dois anos depois ela teve que passar por uma cirurgia delicada para retirar um tumor do fígado.

O câncer de fígado que Maria teve, tem um nome complicado: Hemangioendotelioma epitelióide hepático, o heh. São nódulos que crescem a partir das veias e artérias do fígado. É um tumor raríssimo. Atinge uma em cada 1 milhão de pessoas.

-Quando você fez a cirurgia, você tirou todo o tumor?

**Maria Melilo:** Tirou 70% do fígado, tirou todos os tumores.

- Um dia depois da operação, ainda no hospital, a ex-sister deu um depoimento; Disse que se arrepende de ter usado anabolizantes;

Em uma pergunta, Maria é questionada sobre o uso de tais substâncias.

- Por que você tomou hormônios? Pra ficar mais sarada, mais bombada, era isso?

**Maria Melilo:** Ah, eu tomei porque eu pensava na saúde por fora, naquela estética.

Não pensava por dentro na minha saúde.

Maria diz que tinha 13 anos quando começou a treinar musculação, e com 20 para 21 anos de idade começou a tomar anabolizante, e, daí não parou. Foram quase sete anos fazendo o uso.

**Maria Melilo:** Depois que você começa, você começa a achar que nunca é suficiente né?”

Acabou virando um vício.

**Maria Melilo:** Você toma e cada vez você quer chegar a perfeição, cada vez você vai vendo o resultado, cada vez você quer tomar mais e mais e mais. E aí você começa a tomar coisas mais fortes, e quando vê já tá tomando várias coisas. Depois pra largar eu tive que passar por essa doença. O Doutor Marcelo Cruz é médico, especialista em câncer, não é da equipe que tratou de Maria Melilo, mas falou em entrevista; e deu alguns esclarecimentos sobre o tipo de câncer que afetou a Maria. Questionado se o uso de anabolizantes poderia ser associado a esse tipo de tumor. Ele respondeu: É difícil fazer essa associação pela raridade do tumor. O que nós sabemos é que os anabolizantes - que são substâncias que devem ser evitadas ao máximo, não existe limite de segurança para se utilizar anabolizante - eles aumentam o risco de tumores no fígado. Perguntado ainda se o

tumor é agressivo? Ele responde: De uma forma geral esse tumor é localmente agressivo. E em alguns casos ele pode sair do fígado e ir para outros órgãos. Mas de uma forma geral, em geral ele é mais localizado. Na cirurgia de Maria, que durou 10 horas, todos os nódulos foram retirados. Ela não vai precisar de quimioterapia. O fígado é um órgão que se regenera, ele vai crescendo até voltar ao tamanho normal. (G1, 2013)

Andressa de Faveri Urach, conhecida como **Andressa Urach**, é uma modelo brasileira que foi ex-dançarina do cantor Latino e vice campeã do concurso miss bumbum no de 2012. Ela fala abertamente sobre a época em que usou anabolizante. Segundo ela em entrevista para o programa “De Frente com Gabi”, usou durante três meses e teve bons resultados no ganho de massa magra, mas sofreu com efeitos colaterais como alteração da voz. (MULHER MALHADA, 2013).

A atriz Deborah Secco surpreendeu ao admitir durante sua participação no programa “Encontro com Fátima Bernardes”, em outubro de 2012, que usou esteroides na expectativa de conquistar um corpo perfeito e assim ela afirma "Quando fiz a novela 'O Beijo do Vampiro' (Globo) comecei a tomar os suplementos errados, as chamadas 'bombas'. Por causa disso, fiquei com problema de tireoide e agora tenho que tomar hormônio para o resto da vida. Engordei 20 kg e depois foi uma dificuldade para perder", disse. (YAHOO CELEBRIDADES, 2013)

A Mulher Jaca, arrependida, contou em entrevista ao R7 que começou a usar anabolizantes quando tinha 14 anos e que, no passado, não se importava muito com a saúde, só pensava em aumentar seus músculos. Ela diz que hoje, aos 24 anos, ainda sente as consequências e corre atrás do prejuízo. (R7, 2013)

## CONCLUSÃO



O presente estudo mostra que a principal razão para a prática da musculação e para o uso de anabolizantes, é a motivação estética, fato que tem sido constatado em estudos realizados em outras cidades e capitais brasileiras. A insatisfação com o corpo real em comparação ao padrão ideal disseminado pela mídia, o receio de ser excluídos do grupo de pares ou de ser desvalorizado, associado a um discurso que liga a saúde a “estar em forma” e o imediatismo na obtenção do corpo desejado favorecem o uso de anabolizantes.

Na contemporaneidade, o corpo se tornou um objeto de consumo e de investimentos, e os anabolizantes são vistos como as drogas que permitem conquistar rapidamente o corpo ideal. Contudo, apesar da sua vasta utilização e popularidade, o efeito atribuído a essa droga ainda é controverso. Existem casos, no entanto, de pacientes que têm a falta de produção natural desses hormônios, por causas genéticas ou adquiridas, e os anabolizantes são prescritos pelo médico.

A diferença, porém, é que quando o médico indica os remédios, eles são relacionados em doses menores do que aqueles usados por frequentadores de academia. Fora isso, os pacientes passam por avaliações clínicas para descartar qualquer incompatibilidade com o anabolizante. Pessoas saudáveis nunca devem e não precisam utilizar esses hormônios, justamente por causa dos riscos que eles trazem. O presente estudo permite clareza, de que os resultados do mesmo apontam a necessidade de incentivo e/ou campanhas de prevenção voltadas, principalmente as mulheres que são alvos mais visados por essa cultura de corpos magros, “sarados” e perfeitos.

## **REFERÊNCIAS**

ADMIN. **Esteróides Anabolizantes – Perigos, Efeitos colaterais e Benefícios.** Disponível em:

<<http://www.especialista24.com/esteroides-anabolizantes/>>. Acesso em: 15 de out. De 2014.

AGUIAR, P.; MILETO, A.; HALLAK, M.; COTTA, M.; Lara ALMEIDA, L.; RODRIGUES, T. **Idealização da beleza.** Disponível em:

<[http://corpoeeducacao.blogspot.com.br/2009/11/monalisa-antes-e-depois-do-silicone-do\\_18.html](http://corpoeeducacao.blogspot.com.br/2009/11/monalisa-antes-e-depois-do-silicone-do_18.html)>. Acesso em: 17 de out. de 2014.

AZEVEDO, S. N. **Em busca do corpo perfeito: Um estudo do narcisismo.** Disponível em: <[www.centroreichiano.com.br/artigos.htm](http://www.centroreichiano.com.br/artigos.htm)>. Acesso em: 17 de out. de 2014.

BOFF, S. R. **Efeitos colaterais dos esteroides anabolizantes sintéticos.** Disponível em:

<[http://www.educadores.diaadia.pr.gov.br/arquivos/File/dezembro2013/ed\\_fisica\\_artigos/efeitoscolaterais\\_esteroides.pdf](http://www.educadores.diaadia.pr.gov.br/arquivos/File/dezembro2013/ed_fisica_artigos/efeitoscolaterais_esteroides.pdf)>. Acesso em: 24 de out. de 2014.

COELHO, A. **Alimentação antes e depois do treino.** Disponível em:

<<http://www.nutricaoopraticaesaudavel.com.br/index.php/saude-bem-estar/alimentacao-antes-e-depois-do-treino-saiba-por-que-e-tao-importante-2/>>. Acesso em: 30 de ago. de 2014.

CORPO PERFEITO. **Saiba tudo sobre os esteroides anabolizantes.** Disponível em:

<<http://www.corpoperfeito.com.br/artigo/visualizacaoartigo.aspx?idartigo=24.>> Acesso em: 17 de out. de 2014.

IRIART, J. A. B.; CHAVES, J. C.; DE ORLEANS, J. C. **Culto ao corpo e uso de anabolizantes entre praticantes de musculação.** Disponível em:

<<http://www.scielo.org/pdf/csp/v25n4/08.pdf>>. Acesso em: 24 de out. de 2014.

FONSECA, E.P.; THIESEN, F. V. **Esteróides anabolizantes e suas alterações em análises clínicas.** Disponível em:

<<http://bases.bireme.br/cgi-bin/wxislind.exe/iah/online/?IsisScript=iah/iah.xis&src=google&base=LILACS&lang=p&nextAction=lnk&exprSearch=296340&indexSearch=ID#refine>>. Acesso em: 20 de out. de 2014.

FORÇA E INTELIGÊNCIA. **7 Malefícios da Musculação (se feita de forma incorreta).** Disponível em:

<<http://forcaeinteligencia.com/7-maleficios-da-musculacao-se-feita-de-forma-incorreta/>>. Acesso em: 17 de out. de 2014.

G1 e FATÁSTICO. **Descobri a doença logo depois do Big Brother.** Disponível em: <<http://g1.globo.com/fantastico/noticia/2013/11/descobri-doenca-logo-depois-do-big-brother-diz-maria-melilo-apos-operar-cancer-no-figado.html>>. Acesso em: 20 de ago. de 2014.

LOUREDO, P. **ANABOLIZANTES**. Disponível em:  
<<http://www.brasilecola.com/biologia/anabolizantes.htm>>. Acesso em: 30 de ago. de 2014.

MODA E BELEZA. **Mulher Jaca confessa uso de anabolizantes: "Eu já tomei sim e me arrependo muito"**. Disponível em:  
<<http://entretenimento.r7.com/mulher/moda-e-beleza/mulher-jaca-confessa-uso-de-anabolizantes-eu-ja-tomei-sim-e-me-arrependo-muito-02042014>>. Acesso em: 30 de ago. de 2014.

MUDE NU. **Medidas das panicats são referência para quem quer um corpo sarado**. Disponível em: <<http://mude.nu/medidas-panicats-quais/>>. Acesso em: 17 de out. de 2014.

NUNES, A. A ditadura do corpo perfeito. Disponível em:  
<<http://www.pragmatismopolitico.com.br/2014/03/ditadura-corpo-perfeito.html>>. Acesso em: 17 de out. de 2014.

PAGNOTTA, S. **Os benefícios da musculação**. Disponível em:  
<<http://esportes.discoverybrasil.uol.com.br/os-beneficios-da-musculacao/>>. Acessos em: 17 de out. de 2014.

PORTAL EDUCAÇÃO. **O que é musculação**. Disponível em  
<<http://www.portaleducacao.com.br/educacao-fisica/artigos/8239/o-que-e-musculacao>>. Acesso em: 17 de out. de 2014.

SIGNIFICADOS. **Significado de Beleza**. Disponível em:  
<<http://www.significados.com.br/beleza/>>. Acesso em: 20 de ago. de 2014.

TUA SAÚDE. **Efeitos dos anabolizantes**. Disponível em  
<<http://www.tuasaude.com/efeitos-dos-anabolizantes/>>. Acesso em: 15 de out. de 2014.

VESCOVI, A. **Esteróides Anabolizantes**. Disponível em:  
<<http://www.ebah.com.br/content/ABAAAfN7gAG/esteroides-anabolizantes-pdf>>. Acesso em: 20 de out. de 2014.

YAHOO CELEBRIDADES. **Famosos que admitiram o uso de anabolizantes**. Disponível em:  
<<https://br.celebridades.yahoo.com/fotos/famosos-que-admitiram-o-uso-de-anabolizantes-slideshow/famosos-usaram-anabolizante-photo--857368561.html>>. Acesso em: 23 de out. de 2014.