

# MOTIVOS PELOS QUAIS PRATICANTES DE MUSCULAÇÃO UTILIZAM ANABOLIZANTES ESTEROIDES

ARTHUR CORREA  
FRANCISCO DA HORA JR

## RESUMO

O tema do presente trabalho abordará questões relativas ao uso de anabolizantes por praticantes de musculação. Uma das principais dúvidas quando se trata do uso de anabolizantes é: O que leva indivíduos saudáveis optarem pela ingestão indevida de esteroides? Ainda, em torno da temática escolhida, discorreremos sobre o papel do educador físico no combate ao uso indevido de substâncias químicas para fins estéticos. O artigo terá por objetivo conscientizar e colocar o debate em voga, tendo em vista que o tema ainda é visto como tabu no meio dos profissionais de educação física. Após revisão bibliográfica, concluímos que o alto índice de uso de anabolizantes ocorre pela busca imediatista por um corpo ideal imposto pela sociedade. Grande parte disso, dá-se pelo fato da ausência de uma boa orientação, seguida de uma prescrição de treinamento eficaz, feito por meio de um profissional de educação física em relação ao objetivo buscado pelo aluno.

**Palavras-chave:** Musculação. Anabolizantes.

## 1. INTRODUÇÃO

O presente trabalho tem como objetivo relatar o uso de esteroides anabolizantes por praticantes de musculação e os efeitos de utilização no cotidiano. O que leva estes indivíduos a esta determinada prática? O presente estudo terá como elemento central os motivos pelos quais praticantes de musculação optam por fazer uso de esteróides e qual o objetivo final a ser alcançado.

Para melhor clareza a respeito do tema proposto, abordaremos também os níveis de conhecimento que esses indivíduos possuem acerca dos benefícios e malefícios que essas substâncias químicas podem trazer ao organismo ao longo do tempo.

Antes de adentrarmos no objeto central do presente estudo, faz-se necessária a compreensão de conceitos básicos no que tange à musculação e como esta tem influência direta em nossa saúde, qualidade de vida e bem-estar.

O corpo humano está inserido na sociedade contemporânea como forma de bens de consumo, o corpo musculoso é colocado como estereótipo ideal no atual

cenário, fazendo os indivíduos irem em busca desse padrão, influenciado pelas mídias sociais.

Para alcançar o corpo padrão, essas pessoas procuram as academias de ginástica e iniciam a prática da musculação, entabulando uma busca incessante pelo corpo perfeito.

Mas o que é musculação ou, tecnicamente falando, treinamento resistido com pesos?

É um tipo de treinamento físico onde se colocam cargas ou pesos maiores e progressivos afins de melhorar a forma física. Na competição chamada de culturismo são julgados os tamanhos dos músculos, a definição, a dureza, a proporção a simetria e a rotina de poses. Também chamada de bodybuilding." Alguns indivíduos buscam esses resultados de uma forma imediatista o que o faz procurara auxílio em recursos ergo-gênicos ou drogas anabólicas os famosos anabolizantes, não conhecendo os prós e contras desta prática o que são anabolizantes também conhecidos como famoso doping (BARBANTI, 2011, p.311).

A prática de treinamento resistido com pesos em academias de ginástica tem aumentado cada vez mais, isso se dá pela grande procura de pessoas que vão em busca de um corpo ideal e/ou com alto padrão estético.

Segundo Santos et al. (2006 apud OLIVEIRA; CAVALCANTE NETO, 2018, p.310):

"A insatisfação com o corpo, leva o indivíduo a uma constante procura por mudanças por achar que não está inserido de forma direta nessa sociedade que faz culto ao corpo."

A prática da atividade física e treinamento resistido com pesos é essencial para se atingir os objetivos do corpo musculoso, porém é no ambiente das academias que muitos conhecem as famosas bombas ou os EAA (Esteroides Androgênicos Anabolizantes).

Segundo Silva et al. (2007 apud OLIVEIRA, 2012, p.73):

dados demonstram que um número importante de frequentadores de academias para a prática de musculação em grande cidade do Brasil são usuários de agentes hormonais, drogas ilícitas e outras substâncias com o objetivo de aprimoramento de seu desempenho, especialmente estético. Estas substâncias são obtidas a partir de um mercado extra-oficial sem qualquer controle legal, expondo seus usuários a graves problemas de saúde. Além disso, os usuários revelam importante aderência ao uso destas substâncias e apresentam manutenção no uso, apesar dos seus efeitos colaterais.

O que traz dúvidas sobre a procedência da substância a ser utilizada, pois pode não haver registro no MS (Ministério da Saúde) e nem autorização da ANVISA (Agência Nacional de Vigilância Sanitária), já que essas substâncias precisam de receituário, pois pertencem à classe dos medicamentos de controle especial, o que deveria não facilitar a compra e sua utilização de forma irregular.

Sendo assim, o intuito do nosso artigo é desmistificar algumas ideologias, crenças e mitos sobre o assunto, aprender e entender sobre as consequências do uso de tais substâncias, o procedimento a ser adotado e quais profissionais devem ser consultados nesse processo. Acreditamos que muitos destes usuários desconhecem os efeitos dos Esteroides Andrógenos Anabolizantes (EAA) e nós como profissionais de saúde precisamos ter conhecimento a fim de alertar sobre os riscos e efeitos colaterais que essas substâncias podem trazer nas pessoas que fazem seu uso.

Iniciaremos o nosso trabalho entendendo que a sociedade contemporânea tem buscado fórmulas ideais, rápidas e muitas das vezes baratas para se conquistar um corpo musculoso, e dentre essas possibilidades estão inseridas a musculação e os anabolizantes com a finalidade de atingir esses objetivos em curto prazo de forma imediatista.

## **2. METODOLOGIA**

Este artigo foi elaborado a partir de uma revisão de literatura. Para isso, foram selecionados artigos nacionais obtidos nos sites SciELO, Google Acadêmico, revistas e livros impressos. Os artigos e livros foram publicados entre os anos de 2006 e 2019. As palavras-chave utilizadas no idioma português foram corpo, musculação e anabolizantes.

## **3. BASES TEÓRICAS**

### **3.1 Musculação**

Entenderemos a seguir o que é a musculação e como podemos utilizar desta prática para obter qualidade de vida e bem-estar, como esta evoluiu desde tempos antigos e como os estudos apontam para os benefícios que essa atividade pode nos trazer quando inserida no nosso cotidiano.

Oliveira (2012) afirmou que a história da musculação é muito antiga, estudos apontam que há mais de 4500 anos atrás, pesos eram levantados como forma de

exercício físico. Afirma ainda, que a musculação também denominada treinamento resistido tornou-se um exercício popular entre as pessoas que procuram uma melhora da aptidão física.

Bittencourt (1986 apud PRAZERES, 2007) diz que há esculturas datadas de 400 anos a.C. mostrando formas harmoniosas de mulheres que se preocupavam com a estética na época. Paredes de capelas com imagem de homens fazendo levantamento de pesos como prática de exercícios.

Podemos conceituar musculação da seguinte forma:

“É um tipo de treinamento físico onde se colocam cargas ou pesos maiores e progressivos afins de melhorar a forma física. Na competição chamada de culturismo são julgados os tamanhos dos músculos, a definição, a dureza, a proporção a simetria e a rotina de poses. Também chamada de bodybuilding” (BARBANTI, 2011, p.311).

Santarém Sobrinho (2013, p. xi apud GIANOLLA, 2013) definiu “A prática de exercícios resistidos, geralmente realizados com pesos, é atualmente conhecida como musculação e caracteriza-se por ser uma forma de atividade física cada vez mais reconhecida pela sua eficiência e segurança”.

Afirmam Guedes; Souza; Rocha (2008) apud Oliveira (2012, p.57) “que a musculação pode ser definida como execução de movimentos biomecânicos localizado em segmentos musculares definidos com a utilização de sobrecarga externa ou peso do próprio corpo”.

São inúmeros os benefícios que a musculação pode nos trazer quando incluída no nosso cotidiano, conforme veremos adiante.

Prazeres (2007, p.13) afirma que:

“A musculação quando sobre supervisão adequada, representa uma excelente opção para a manutenção da saúde e melhoria da qualidade de vida, pois qualquer indivíduo pode se beneficiar da mesma, desde que o protocolo seja ajustado a sua realidade e objetivos”

Oliveira (2012) diz que o treinamento resistido quando bem orientados trazem ao indivíduo inúmeros benefícios podendo ser eles contratilidade muscular, potência muscular, flexibilidade, resistências aeróbias e anaeróbias, surtindo efeito no aumento da massa óssea, fortalecimento de tendões e ligamentos, baixando o índice de lesões, diminuindo o tecido adiposo e aumentando a massa magra. Lembrando que com o

passar dos anos temos tendência a perda de massa muscular e com o treinamento de força ou musculação é possível retardar esse processo.

Prazeres (2007) afirma que sua prática traz como benefícios manutenção e aumento do metabolismo, aumento da massa muscular, redução da gordura corporal, diminuição de dores, qualidade do sono, controle de ansiedade e depressão, prevenção de doenças cardíacas, diabetes, diminui riscos de quedas e fraturas, controle da pressão sanguínea, osteoporose, melhora autoestima entre dezenas de outros benefícios que a musculação pode trazer para os indivíduos que a praticam.

Kreider et al. (2010 apud OLIVEIRA; CAVALCANTE NETO 2018, p.310) “Assinalam que os indivíduos que buscam ou almejam mudanças estéticas, sejam elas a perda de peso ou a hipertrofia, recorrem ao treinamento resistido com pesos”.

Segundo Santarém (2000 apud PRAZERES, 2007), os principais objetivos com a prescrição dos exercícios físicos são a profilaxia, reabilitação e tratamento de doenças no intuito de promoção de aptidão física, estimulando a estética corporal e bem-estar psicológico. E com isso alguns parâmetros de aptidão e saúde se apresentam de forma mais incrementada em relação aos seus valores, efeitos causados pela atividade física, massa óssea, massa muscular, taxa metabólica, gasto calórico, hormônios anabólicos, força, potência, resistência, flexibilidade, coordenação entre outros. Enquanto outros parâmetros apresentam-se em declínio com seus valores são eles tecido adiposo, VLDL LDL colesterol, triglicerídeos e os níveis do cortisol. Além disso os estudos apontaram que populações mais ativas tem menos riscos de doenças patogênicas que são inúmeras, e que não apenas exercícios aeróbios tem a capacidade de estimular a saúde, mas também os exercícios anaeróbios vão ter a mesma eficácia em relação a estímulo de saúde.

Oliveira (2012) afirma que o treinamento resistido tem se equiparado aos exercícios aeróbios que melhoram o condicionamento cardiovascular prevenindo doenças como infartos, acidente vascular cerebral e insuficiência arterial periférica pois combate colesterol, a obesidade, diabetes e hipertensão.

Pontes (2003 apud PRAZERES, 2007) afirma que a musculação ganhou destaque por sua evolução científica que apresentou nas últimas décadas com a publicação de pesquisas e artigos sobre seus benefícios e segurança na prática.

### 3.2 Anabolizantes Esteroides

Câmara (s/d) define que os anabolizantes são substâncias que derivam da testosterona que é um hormônio responsável pelos caracteres sexuais masculino e produção de esperma, biossíntese das proteínas e age catabolizando gorduras. Sua propriedade é indissociável o que traz características anabólicas e androgênicas.

Os EAA (Esteroides Androgênicos Anabolizantes) são substâncias derivadas da testosterona, sofrem modificações sintéticas através da manipulação química do plasma animal, humano ou não tem intenção de isolar o efeito anabólico do efeito androgênico. O efeito androgênico é responsável pelo desenvolvimento do trato reprodutor e características do sexo masculino. Os EAA aumentam a síntese proteica, aumentam a massa muscular e potencializa a força.” (NEGRAO; BARRETO, 2010, p.357).

Segundo Iriart e Andrade (2002 apud SANTOS et al., 2006, p.374):

“que realizaram uma pesquisa com fisiculturistas de uma academia em um bairro popular de Salvador, os entrevistados não possuíam um bom nível de informação sobre os anabolizantes e, geralmente, os relatos não estavam ligados às propriedades farmacológicas destas substâncias.

Santos et al. (2006, p.374) afirmam que “A referência ao anabolizante como droga parece se distanciar da concepção de substância farmacológica e se aproximar da noção de ilegalidade, de droga ilícita”.

Santos et al. (2006, p.374) afirmam ainda que: “Destaca-se que este conceito sobre os anabolizantes desvia o medicamento de sua função terapêutica, ligando-se, no senso comum, a marginalização da substância e do indivíduo que dela faz uso”.

Para entendermos o que são os EAA – Esteroides Andrógenos Anabolizantes precisaremos entender alguns conceitos relacionados a fisiologia e termos que definem sua utilização.

Câmara (s/d) define que qualquer influência que afete de forma positiva o desempenho esportivo ou que aumente a capacidade fisiológica dos organismos vivo, é definido como recurso ergo gênico. Podem ser apresentados ou classificados como fisiológicos, nutricionais, mecânicos, psicológicos e farmacológicos.

Oliveira (2012) aponta que os EAA foram descobertos em meados de 1930 consistindo em uma classe de hormônios naturais ou sintéticos.

Câmara (s/d) afirma que os Esteroides Andrógenos Anabolizantes (EAA) foram utilizados a primeira vez na década de 50 como recursos ergo gênicos endógenos farmacológicos.

No período da Segunda Guerra Mundial (1939-1945) registrou-se a utilização da prática do uso de esteroides anabolizantes pelas tropas alemãs com o objetivo de aumentar sua agressividade e força. Trata-se do primeiro registro oficial do uso de esteroides anabolizantes com o intuito de aumentar o desempenho físico (DICKERMAN et. al., 1995 apud OLIVEIRA; MASTRASCUSA, 2019, p.10)

Câmara (s/d) define que são substâncias que derivam da testosterona que é um hormônio responsável pelos caracteres sexuais masculino e produção de esperma, biossíntese das proteínas e age catabolizando gorduras. Sua propriedade é indissociável o que traz características anabólicas e androgênicas.

Oliveira (2012) afirma que os EAA são responsáveis pelo crescimento e divisão celular, o que resulta no crescimento de diversos tecidos corporais com ênfase nos tecidos muscular e ósseo. Podem ser administrados por via oral ou injetável.

Araújo (2003 apud SANTOS et al., 2006, p.372) dizem:

A utilização dos anabolizantes pode ser feita por meio da ingestão oral ou aplicação intramuscular. Os usuários costumam fazer o uso em ciclos, em que doses maiores são aplicadas progressivamente, com um intervalo de tempo que pode variar de 4 a 18 semanas.

Iriart, Chaves, Orleans (2009) afirmam que as substâncias mais utilizadas entre os usuários estão Durateston, Deca-durabolin, Winstrol, Deposteron e Hemogenin, pois estes anabolizantes têm preços acessíveis.

Câmara (s/d, p.7) ” Como **efeitos positivos** da utilização dos EAA temos:

- Aumento da força e resistência muscular
- Aumento do volume muscular (conteúdo proteico, glicogênio e água)
- Redução dos processos catabólicos
- Aumento do fluxo sanguíneo em território muscular e conseqüente melhor suprimento de nutrientes e remoção de subprodutos metabólicos tóxicos
- Aumento no número de hemácias e conseqüente aumento do aporte de oxigênio ao nível celular.
- Aumento da disponibilidade de ácidos graxos livres como fonte energética
- Aumento do metabolismo basal, contribuindo para melhor emagrecimento com preservação da massa muscular magra.

- Melhora do raciocínio, da concentração e da atenção em treinamentos intensos.
- Aumento da auto estima e confiança, pela melhora da auto imagem.
- Maior resistência a dor, rompendo barreiras em treinamentos e provas muito intensas.
- Maior agressividade e intimidação pelo aspecto físico, bastante uteis em esportes de luta”.

Câmara (s/d, p.7) “No entanto, diversos **efeitos colaterias** também são descritos:

- Acnes,
- Tumores hepáticos, peliose hepática, icterícia, cirrose e carcinoma hepático.
- Alterações prejudiciais do colesterol, com diminuição de HDL e aumento de LDL.
- Retenção de líquidos com edemas, e aumento da pressão arterial sistêmica.
- Aumento da oleosidade da pele
- Hirsutismo (pelos e barbas, irreversíveis nas mulheres)
- Calvície, principalmente pelos derivados de DHT
- Hipertrofia do clitóris
- Alterações de ereções
- Danos irreversíveis ao feto
- Arritmias cardíacas
- Aumento do risco de doenças coronarianas e eventos vasculares (infarto, acidente vascular encefálico).
- Fechamento precoce das cartilagens de crescimento.
- Hipertrofia prostática e conseqüentemente maior dificuldade para urinar.
- Esterilidade por atrofia dos testículos e hialinização dos túbulos seminíferos.
- Sudorese abundante nas pernas e nos pés.
- Hemorragia intra-abdominal.
- Comportamento agressivo e anti social.
- Dores gástricas (gastrite).
- Choque anafilático.
- Ginecomastia (tratamento cirúrgico se irreversível).
- Lesões e cálculos renais.
- Aumento das lesões de ligamentos e tendões, as vezes grave(cirurgia).
- Cãibras.
- Cefaleia grave (enxaqueca).
- Hálito insuportável.
- Sangramento nasal.
- Necessidade frequente de urinar (no homem).
- Insônia
- Fadiga
- Ciclos menstruais anormais, amenorreia e anovulação”.

Oliveira (2012) afirma que grande parte dos esteroides anabolizantes consumidos por praticantes de musculação vem do exterior, sendo comercializado através do mercado irregular ou paralelo.

Oliveira. (2012, p.78) afirma:

“Como os EAA são geralmente consumidos em países diferentes dos que os produzem, eles são contrabandeados através das fronteiras internacionais. O tráfico de EAA, como ocorre com a maioria das operações de tráfico, envolve uma operação sofisticada por parte do crime organizado, pois frequentemente tais drogas são comercializadas em conjunto com outros tipos de contrabando (incluindo outras drogas ilegais). Ao contrário dos traficantes de drogas recreacionais psicoativas, como maconha e heroína, não há muitos casos conhecidos de prisão de traficantes de anabolizantes. A maioria destes conseguem obter a droga através do mercado negro, e, mais especificamente, por meio de farmacêuticos, veterinários e médicos. Estas drogas podem ser falsificadas ou originalmente produzidas para uso veterinário. Neste último caso, não há perigo envolvido, exceto pelo fato de que esses medicamentos são produzidos e manuseados em ambientes menos estéreis, já que o seu destino seria os animais. Os EAA precisam de processos farmacêuticos sofisticados e equipamentos avançados para serem produzidos. Por esse motivo, são fabricados por companhias farmacêuticas legítimas ou laboratórios com uma grande infraestrutura. Os mesmos problemas comuns que estão presentes no tráfico ilegal de drogas, como as substituições químicas, cortes e diluição, também afetam os esteroides anabolizantes, e esses processos podem tornar sua qualidade questionável ou perigosa para o consumidor final”.

Segundo Iriart, Chaves, Orleans (2009), alguns destes efeitos são nocivos à saúde, desequilíbrio hormonal, atrofia testicular, ginecomastia, redução dos níveis de testosterona e infertilidade. Nas mulheres engrossamento da voz, desregulação da menstruação, encolhimento dos seios, crescimento de pelos no corpo, aumento do clitóris.

Câmara(s/d) cita que os anabolizantes dependendo de sua composição podem ficar detectáveis na corrente sanguínea por períodos longos, anabolizantes orais podem ficar detectáveis de uma a seis semanas, base aquosa de um a seis meses e base oleosa de oito a dezoito meses, e que por falta de conhecimento em relação a esta situação já se ouviu relatos de atletas de alto rendimento que foram penalizados em relação a sua carreira por doping.

### 3.3 O uso de anabolizantes esteroides na prática da musculação

Iriart; Chaves; Orleans (2009) obtiveram informações sobre o que motiva o praticante de atividade física (musculação ou treinamento resistido com pesos) a associar o uso de esteroides anabolizantes a tal prática, e tiveram como resultado que tanto entre os usuários de classe média quanto os de classes populares, são motivados por razões ligadas à estética, pois o corpo real não condiz com o estereotipo de corpo que as mídias disseminam sobre os veículos de comunicação. O receio de ser deixado de lado, excluído ou desvalorizado pelo par, além da questão da aceitação social são fortes elementos que fazem com que o indivíduo praticante da musculação procure sempre estar dentro do padrão social.

Cada vez mais, as pessoas estão procurando academias de ginástica com a finalidade de melhorar a questão estética, é como se quisessem fazer uma metamorfose, uma transformação corporal e social.

De acordo com Irwing, Wall, Neumark-Sztainer e Story. (2002 apud SANTOS et al., 2006, p.375) “a preocupação exacerbada e a insatisfação com o corpo podem contribuir para o uso dos esteroides anabolizantes”.

Oliveira; Mastrascusa (2019, p.7) afirmam:

As pessoas passam a ter uma relação de desprezo com o próprio corpo e buscam meios de obter o corpo “dito” perfeito e belo. Com o objetivo de atingir esse padrão estético as pessoas buscam utilizar todos os meios possíveis, muitas vezes prejudiciais à sua própria saúde, tais como dietas radicais, uso de fármacos, esteroides anabolizantes.

Segundo Ribeiro (2001 apud SANTOS et al., 2006 p.375) “Sugeri que a tentação de ganhar músculos rapidamente pode estar levando muitos adolescentes ao uso dos anabolizantes sem a prescrição médica”.

“A busca por todos os recursos possíveis para aumentar a massa muscular, nomeadamente o uso de esteroides anabolizantes, aumenta os riscos de problemas sérios na saúde dos indivíduos, colocando muitas vezes em risco sua própria vida”. (ABRAHIN e SOUSA, 2013 apud OLIVEIRA; MASTRASCUSA, 2019, p.9)

Santos et al. (2006, p.372) dizem: “Dentre as ferramentas para efetivar estas transformações, os esteroides anabolizantes podem ser considerados uma via de baixo custo e acessível para quem deseja obter um modelo de corpo ideal”.

Porém, temos que se atentar para que, segundo Santos et al. (2006, p.372), “A aparência de um corpo saudável com os anabolizantes é apenas superficial, uma vez que diversas pesquisas já destacaram os efeitos adversos causados pelo uso inadequado dos esteroides anabolizantes”.

Iriart, Chaves, Orleans (2009) afirmam ainda que o motivo pelo qual os usuários alegam utilizar-se dessas drogas é de fato a preocupação com a estética e que entre as formas imediatista, os recursos denominados esteroides anabolizantes são uma ótima opção de baixo custo para se conseguir este feito.

Segundo Iriart e Andrade (2002 apud SANTOS et al., 2006, p.375):

“já haviam relatado que expressões como crescer e ficar forte, dentre outras ligadas aos anabolizantes, podem revelar o desejo de crescer subjetivamente, compensando um sentimento de baixa autoestima e promovendo um melhor status social para o indivíduo”.

Segundo Oliveira (2012), mesmo sem conhecimento prévio do que são os anabolizantes os jovens assumem os riscos de uso por questões estéticas em busca do corpo perfeito, é necessário a prática da musculação para se obter os resultados esperados, e isso já os colocam pré dispostos ao uso dos anabolizantes, sendo o ambiente das academias o lugar mais propício ao envolvimento fazendo com que a ausência de conhecimento prévio sobre os efeitos das tais substâncias se torne um problema de saúde pública. Afirma ainda que as classes populares se utilizam dos EAA pelo fato do custo benefício, a ausência de recursos financeiros para adquirir uma suplementação e uma alimentação de qualidade.

Oliveira (2012, p.67) afirma que:

“A crescente valorização do corpo nas sociedades de consumo pós industriais refletidas nos meios de comunicação de massa, que expõem como modelo ideal e de masculinidade um corpo inflado de músculos, pode estar contribuindo para que um número crescente de jovens envolva-se com o uso de esteroides anabolizantes na intenção de rapidamente desenvolver massa muscular. O consumo dessas substâncias, especialmente entre jovens tem sido registrado com frequência ascendente em vários países”.

Câmara (s/d) afirma que os Esteroides Andrógenos Anabolizantes são utilizadas com o objetivo de ajudar os praticantes de musculação na melhora do desempenho do trabalho ou realizar mais trabalho com menores gastos energéticos

ajudando assim no ganho rápido e imediatista de massa magra ou músculos, se associado ao treinamento resistido (TR) ou musculação.

Oliveira (2012) afirma que os EAA são responsáveis pelo crescimento e divisão celular, o que resulta no crescimento de diversos tecidos corporais com ênfase nos tecidos muscular e ósseo e que atualmente são utilizados por jovens com fins estéticos. Os efeitos esperados ao utilizar-se desses recursos são os mais diversos, porém o aumento de massa muscular como já citado anteriormente é o que motiva os jovens a buscarem o uso destas substâncias e juntamente com aumento da massa muscular aumento da síntese proteica, redução do tempo de recuperação diminuição dos níveis de stress segurando os efeitos do cortisol reduzindo bastante o catabolismo.

Segundo Iriart, Chaves, Orleans (2009), os EAA que anteriormente eram restritos a atletas e fisiculturistas tem sido consumido desenfreadamente pela população jovem afim de utilização para fins estéticos desencadeando um problema de saúde pública.

Segundo Camargo et al. (2005 apud SILVA; MOLINARI e FRANCO, 2011 p,122):

“O uso de medicamentos é de constante preocupação em razão dos abusos no consumo pela população. Medicamentos ansiolíticos, entorpecentes e anorexígenos somam-se a essa preocupação pelos riscos à saúde e por causar dependência física ou psíquica. A fim de se ter maior controle da comercialização, foi aprovado, em 1998 a portaria SVS/MS 344/98 e, mais recentemente, a RDC 27/2007. A portaria nº344 de 12 de maio de 1998 da Agência Nacional de Vigilância Sanitária do Ministério da Saúde aprova o regulamento técnico sobre substâncias e medicamentos sujeitos a controle especial. Segundo essa portaria, a notificação de receita é o documento que, acompanhado de receita, autoriza a dispensação de medicamentos à base de substâncias constantes nas listas desse regulamento e suas atualizações sendo “A1” e “A2” (entorpecentes), de cor amarela; “A3”, “B1” e “B2” (psicotrópicas) , de cor azul; “C2” (retinóicas para uso sistêmico); e “C3” (imunossupressoras), de cor branca. Já a receita de controle especial é a que autoriza a dispensação de medicamentos à base de substâncias constantes na lista “C1” (outras substâncias sujeitas a controle especial) e “C5” (anabolizantes), devendo-se apresentar duas vias (1ª via-retida no estabelecimento farmacêutico; e a 2ª via – devolvida ao paciente)”.

#### 4. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Através das décadas o ideal do corpo perfeito vem sofrendo modificações. O que foi considerado como bonito e desejável há décadas, hoje é considerado como indesejável. A mutação faz parte do progresso de uma sociedade, no entanto, quando se trata de saúde e bem-estar, deve-se ter cautela.

A todo instante temos notícias ou conhecemos alguém que fez ou faz uso de esteroides anabolizantes, de modo que o número considerável de seus usuários coloca o assunto em voga para discussão.

O alto número de usuários de EAA se explica quando constatamos que a insatisfação com o próprio corpo é a principal causa, seguido da aceitação na sociedade.

As redes sociais e os canais de comunicação fomentaram a busca pelo corpo ideal, fazendo com que um número grande de indivíduos se submeta a procedimentos estéticos e aplicações de substâncias químicas no organismo, a fim de corrigir aquilo que não os agrada.

O imediatismo, em parte responsável pelo alto número de aplicações de anabolizantes no organismo, faz com que os indivíduos busquem uma solução a curto prazo para se 'adequar aos padrões impostos pela sociedade'. Sabemos que os padrões criados pela mídia são inaceitáveis e irreais, fazendo com que o indivíduo fique preso em um ciclo vicioso na busca pelo corpo ideal.

Dessa forma, temos que o consumo de anabolizantes não diminuirá enquanto o tema proposto não estiver em pauta nos grandes meios de comunicação e, sobretudo, não for debatido em meio aos profissionais de educação física.

Como agentes de combate ao uso de anabolizantes, o papel do educador físico (e por vezes psicólogo) se mostra imprescindível para que o usuário enxergue que é possível obter resultados, sem que coloque em risco sua saúde e integridade física.

Ainda, com um bom programa de treinamento, o profissional conseguirá fazer com que o usuário de EAA esteja satisfeito com os resultados obtidos, de certo que o indivíduo não se submeterá ao consumo de substâncias.

Sendo assim, ainda que o conceito de corpo ideal seja subjetivo, mudando de pessoa para pessoa, podemos desmistificar o consumo de anabolizantes mediante a qualificação do profissional de educação física (que além de realizar um programa de

treinamento, atuará explicando os malefícios do consumo de EAA), bem como a conscientização da sociedade, mediante discussões em meios de comunicação.

Dessa forma, conforme estudo elaborado no presente trabalho, podemos concluir que o uso de anabolizantes depende de prescrição médica para que seus efeitos benéficos se sobressaiam aos malefícios que este pode causar ao organismo.

Nesse sentido, tanto a boa quanto a má instrução dos profissionais da área da saúde (educadores físicos) no que tange ao uso dos anabolizantes, corrobora para que o processo de busca pelo corpo ideal se mantenha, haja vista que quando citamos “corpo ideal” partimos de um conceito subjetivo, considerando que a saúde mental, aspectos sociais e funcionais precisam ser ressaltados a todo momento.

Portanto, extrai-se do estudo acima que o uso de esteróides anabolizantes, além de englobar questões de cunho pessoal, abrange a esfera social e mental, necessitando ainda mais de campanhas sociais e empenho de profissionais de todas as áreas ligadas à saúde a fim de esclarecer e direcionar seu uso.

## 5. REFERÊNCIAS

BARBANTI, VALDIR J. **Dicionário da educação física e esporte**. 3. ed. - Barueri, SP: Manole, 2011.

CÂMARA, Felipe Caseri. **Recursos Ergogênicos** s.d. Disponível em: <<https://document.onl/documents/dr-lucas-caseri-camara-texto-recursos-ergogenicos.html>>. Acesso em 29 de maio de 2020.

GIANOLLA, Fábio. **Exercícios de musculação uma abordagem técnica**. Rio de Janeiro, RJ: Revinter, 2013. 197 p.

IRIART, J.A.B.; CHAVES, J. C.; ORLEANS, R. G. Culto ao corpo e o uso de anabolizantes entre praticantes de musculação. **Cad. Saúde pública**, Rio de Janeiro, RJ: abr., 2009. Disponível em: <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0102-311X2009000400008&lang=pt](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0102-311X2009000400008&lang=pt)>. Acesso em: 19 de maio de 2019.

NEGRÃO, C.E.; BARRETO, A.C.P. **Cardiologia do exercício: do atleta ao cardiopata**, Barueri, SP: Manole, 2010.

OLIVEIRA, Fernando Sérgio dos Santos da Cunha; MASTRASCUSA, Celso Luiz. Vigorexia em praticantes masculinos do treinamento de força entre 18-35 anos. **Ciência em Movimento | Biociências e Saúde**, vol.21 no.42 2019. Disponível em:<<https://www.metodista.br/revistas/revistas-ipa/index.php/CMBS/article/viewFile/628/766> > Acesso em 28 de maio 2020.

OLIVEIRA, Luana Lima; CAVALCANTE NETO, Jorge Lopes. **Revista Brasileira de Ciências do Esporte**, vol.40 no.3 Porto Alegre, SC 2018. Disponível em: <<http://doi.org/10.1016/j.rbce.2018.03.015>> Acesso em 21 de setembro 2019.

OLIVEIRA, Ubirajara de. **O uso de esteroides androgênicos anabolizantes entre adolescentes e sua relação com a prática da musculação**. 2012. 168 p. Tese (doutorado) – Universidade Estadual de Campinas, Faculdade de Ciências Médicas, Campinas, SP. Disponível em: <<http://repositorio.unicamp.br/jspui/handle/REPOSIT/310105>>. Acesso em: 24 nov. 2019 Acesso em 21 de setembro 2019.

PRAZERES, Marcelo Viale. **A prática da musculação e seus benefícios para qualidade de vida**. Florianópolis, 2007. Disponível em: <<https://pt.scribd.com/doc/208377993/A-PRATICA-DA-MUSCULACAO-E-SEUS-BENEFICIOS-PARA-A-pdf>>. Acesso em 17 de outubro de 2019.

SANTOS, André Faro et al. Anabolizantes: Conceitos segundo Praticantes de musculação em Aracaju (SE). **Psicologia em estudo**, Maringá, v.11, n.2, p.371-380, maio/ago.2006. Available from [https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1413-73722006000200016&script=sci\\_abstract&tlng=pt](https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1413-73722006000200016&script=sci_abstract&tlng=pt) on 24 de Nov. 2019. <http://dx.doi.org/10.1590/S1413-73722006000200016>.

SILVA, Ivone Maria Neves da.; MOLINARI, Renata de Fátima.; FRANCO, Adriane Jane.; Avaliação do conhecimento dos balconistas de drogarias e farmácias de manipulação sobre receituários da portaria SVS/MS 344/98 nas cidades de Viçosa e Ponte Nova, MG. **Anais III SIMPAC** - Volume 3 - n.1 - Viçosa-MG - jan. - dez. - 2011 - p. 121-126. Disponível em: <<https://academico.univicoso.com.br/revista/index.php/RevistaSimpac/article/view/340/503>>. Acesso em: 26 de maio de 2020