15º Congresso de Inovação, Ciência e Tecnologia do IFSP - 2024

O USO DE ESTERÓIDES ANDROGÊNICOS ANABOLIZANTES POR JOVENS ADULTOS PRATICANTES DE TREINAMENTO DE FORÇA

LEONARDO A. FERNANDES[1], NICOLAS DA S. PINHEIRO[2], PEDRO H. S. PEDROSO[3], JOSINALDO J. DA SILVA[4]

[1] Estudante do ensino médio integrado ao curso técnico em Informática para Internet no Instituto Federal de São Paulo (IFSP), Campus Guarulhos, araujo.fernandes@aluno.ifsp.edu.br

[2] Estudante do ensino médio integrado ao curso técnico em Informática para Internet no Instituto Federal de São Paulo (IFSP), Campus Guarulhos, pinheiro.nicolas@aluno.ifsp.edu.br

[3] Estudante do ensino médio integrado ao curso técnico em Informática para Internet no Instituto Federal de São Paulo (IFSP), Campus Guarulhos, souto.pedro@aluno.ifsp.edu.br

[4] Professor do Instituto Federal de São Paulo (IFSP), Campus Guarulhos, jarbas.silva@ifsp.edu.br

Área de conhecimento (Tabela CNPq): 4.09.00.00-2 Educação Física

RESUMO:

O presente estudo investiga o uso de esteroides anabolizantes androgênicos (EAAs) entre jovens adultos praticantes de treinamento de força, com foco nas suas consequências para a saúde. Observa-se um aumento na busca por corpos musculosos, impulsionado por padrões estéticos promovidos pela mídia e pela pressão social. O uso de EAAs, embora associado a ganhos rápidos de massa muscular, apresenta riscos significativos, incluindo efeitos adversos cardiovasculares, endócrinos e psicológicos. O estudo examina a prevalência do uso dessas substâncias, seus impactos negativos e a necessidade de conscientização e orientação adequada. A metodologia envolve uma revisão bibliográfica de publicações entre 1996 e 2024, selecionadas a partir das bases SciELO e Google Acadêmico. A partir dos dados coletados, o trabalho sugere a criação de uma plataforma educativa para informar sobre os riscos dos EAAs e promover práticas saudáveis, visando reduzir o uso abusivo e melhorar a saúde pública. Os resultados destacam a importância de intervenções educativas e a necessidade de mais estudos para desenvolver estratégias eficazes de prevenção e conscientização.

PALAVRAS-CHAVE: Esteroides Anabolizantes; Efeitos Colaterais; Perfil de Usuário; Treinamento de Força; Conscientização;

THE USE OF ANDROGENIC ANABOLIC STEROIDS BY YOUNG ADULTS PRACTICING STRENGTH TRAINING

ABSTRACT:

This study investigates the use of anabolic androgenic steroids (AAS) among young adults engaged in strength training, focusing on their health consequences. There is an observed increase in the pursuit of muscular bodies, driven by aesthetic standards promoted by media and social pressure. Although AAS use is associated with rapid muscle gain, it presents significant risks, including adverse cardiovascular, endocrine, and psychological effects. The study examines the prevalence of these substances, their negative impacts, and the need for proper awareness and guidance. The methodology involves a

literature review of publications from 1996 to 2024, selected from SciELO and Google Scholar databases. Based on the collected data, the work suggests creating an educational platform to inform about the risks of AAS and promote healthy practices, aiming to reduce abusive use and improve public health. The results highlight the importance of educational interventions and the need for further studies to develop effective prevention and awareness strategies.

KEYWORDS: Anabolic Steroids; Side Effects; User Profile; Strength Training; Awareness;

INTRODUÇÃO

A busca por padrões estéticos corporais idealizados tem se intensificado na sociedade contemporânea, em grande parte impulsionada pela mídia, que frequentemente associa a masculinidade e a atratividade a corpos musculosos. Esse fenômeno tem levado um número crescente de jovens adultos a recorrer ao uso de esteroides androgênicos anabolizantes (EAAs) com o objetivo de alcançar rapidamente esses padrões de forma física (IRIART e ANDRADE, 2002). No contexto da musculação e do fisiculturismo, os EAAs têm sido amplamente utilizados devido à sua capacidade de aumentar a síntese proteica e estimular o crescimento muscular (FREITAS et al., 2019). No entanto, o uso indiscriminado dessas substâncias está fortemente associado a riscos significativos à saúde, incluindo complicações cardiovasculares, endócrinas e psicológicas (FREITAS et al., 2019).

Entre os EAAs mais utilizados, destacam-se Anadrol (oxymetholone), Dianabol (methandrostenolone) e Deca-durabolin (decanoato de testosterona) (FREITAS et al., 2019). Embora sejam procurados por seus efeitos estéticos, os riscos associados, como hepatotoxicidade, infertilidade e aumento de agressividade, não podem ser ignorados. O aumento no uso de EAAs entre jovens de diferentes estratos sociais sugere um problema emergente de saúde pública (IRIART e ANDRADE, 2002).

Diante desse cenário, a hipótese central deste estudo é que o uso prolongado de EAAs pode gerar efeitos colaterais significativos, porém, quando utilizado sob orientação profissional, alguns desses riscos podem ser minimizados. Assim, o objetivo deste trabalho é investigar os impactos do uso de EAAs em jovens praticantes de musculação e propor a criação de uma plataforma educativa destinada a conscientizar os usuários sobre os riscos envolvidos e a promover práticas mais saudáveis.

MATERIAL E MÉTODOS

Este estudo utilizou uma revisão bibliográfica de publicações entre 1996 e 2024, nas bases SciELO e Google Acadêmico, para investigar o uso de esteroides anabolizantes androgênicos (EAAs) entre jovens adultos praticantes de musculação. A pesquisa incluiu 14 fontes selecionadas por meio de descritores como "esteroides anabolizantes", "anabolizantes musculação", "impactos na saúde dos EAAs" e "perfil dos usuários de EAAs". Foram incluídos estudos que analisavam os efeitos adversos dos EAAs (nos sistemas cardiovascular, endócrino e psicológico) e investigavam o perfil e motivações dos usuários, bem como o contexto histórico e social do uso de EAAs. Estudos que não abordavam esses aspectos ou apresentavam informações redundantes foram excluídos. Os dados foram organizados e analisados tematicamente, permitindo uma análise aprofundada sobre os impactos dos EAAs na saúde pública e na educação preventiva.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Perfil dos Usuários de Esteroides Anabolizantes

Os dados obtidos através da revisão bibliográfica indicam que os principais usuários de esteroides anabolizantes são jovens adultos do sexo masculino, com idades entre 20 e 30 anos, que frequentam academias com regularidade. Estes indivíduos buscam predominantemente melhorias estéticas, sobretudo o aumento de massa muscular, o que reflete o desejo de atingir os padrões estéticos amplamente promovidos pela sociedade. A revisão também identificou um aumento no uso

de esteroides por adolescentes e mulheres, especialmente influenciados pela mídia e pela pressão social. Esse cenário sugere que, além dos homens jovens, novos perfis de usuários estão emergindo, ampliando as preocupações sobre o uso abusivo dessas substâncias (SOUZA et al., 2019).

Efeitos Adversos dos Esteroides Anabolizantes

O uso prolongado de EAAs está associado a uma série de efeitos adversos, tanto a curto quanto a longo prazo. Estudos revisados destacaram os seguintes efeitos principais:

Efeitos cardiovasculares: o uso prolongado de EAAs pode provocar hipertrofia ventricular, aterosclerose acelerada e aumentar o risco de eventos cardíacos graves, como infarto do miocárdio e acidente vascular cerebral (RAMOS et al., 2024). Esses efeitos são agravados pela administração de doses suprafisiológicas, prática comum entre usuários recreativos de esteroides.

Impactos no sistema endócrino: a utilização de EAAs pode inibir a produção endógena de testosterona, resultando em disfunções hormonais, como impotência e infertilidade em homens. Entre as mulheres, os efeitos incluem virilização, com o desenvolvimento de características masculinas, como o crescimento excessivo de pelos e a hipertrofia clitoriana (ABRAHIM e SOUSA, 2013).

Efeitos psicológicos: a revisão revelou um aumento nos casos de agressividade, comportamentos violentos e sintomas de dependência psicológica entre usuários de esteroides anabolizantes. A cessação do uso pode levar a episódios depressivos e ansiedade, particularmente entre usuários de longa data (SOUSA et al., 2023).

Toxicidade hepática: o uso de esteroides orais é especialmente prejudicial ao fígado, podendo causar hepatite medicamentosa, colestase e, em casos extremos, tumores hepáticos. Esses efeitos são amplificados pela automedicação e pela falta de supervisão médica adequada (SOUSA et al., 2023).

Conscientização e Educação

A falta de conhecimento sobre os riscos associados ao uso de esteroides anabolizantes é um dos principais fatores que contribuem para o consumo indiscriminado. Muitos usuários estão mais focados nos benefícios estéticos imediatos e negligenciam os perigos de longo prazo. Intervenções educativas têm se mostrado eficazes na redução do uso abusivo. Por exemplo, o estudo de Jalilian et al. (2011), que aplicou a Teoria do Comportamento Planejado, demonstrou que programas de conscientização podem aumentar o conhecimento sobre os efeitos adversos e reduzir significativamente a intenção de uso entre os participantes.

Desenvolvimento da Plataforma Educativa

Uma das propostas mais promissoras para lidar com o uso abusivo de EAAs é o desenvolvimento de uma plataforma educativa online, voltada para a conscientização de praticantes de treinamento de força. A plataforma tem como objetivo fornecer informações confiáveis e atualizadas sobre os riscos à saúde, promovendo práticas saudáveis. Além de disponibilizar artigos e vídeos informativos, a plataforma permitirá que usuários compartilhem anonimamente suas experiências com o uso de EAAs, promovendo o aprendizado coletivo e a troca de informações entre usuários.

Comparação com Estudos Anteriores

Os achados deste estudo corroboram com as conclusões de pesquisas anteriores sobre os efeitos dos esteroides anabolizantes. O estudo de Freitas et al. (2019) destaca os efeitos adversos cardiovasculares e endócrinos, além dos impactos psicológicos e hepáticos, conforme também relatado na presente revisão. Da mesma forma, os estudos de Iriart e Andrade (2002) apontam para a crescente adesão ao uso de EAAs, especialmente entre jovens praticantes de musculação, confirmando que o problema persiste como uma questão de saúde pública relevante. A análise comparativa com outras pesquisas reforça a necessidade de intervenções educativas e de conscientização direcionadas a diferentes públicos.

CONCLUSÕES

A pesquisa confirmou que o uso prolongado de esteroides androgênicos anabolizantes (EAAs) pode gerar efeitos colaterais adversos, como problemas cardiovasculares, alterações endócrinas e impactos psicológicos. Os dados coletados indicam uma prevalência significativa do uso de EAAs

entre jovens praticantes de musculação, especialmente do sexo masculino. No entanto, observou-se também o aumento do uso entre adolescentes e mulheres, o que destaca a necessidade de intervenções educativas específicas.

Durante o estudo, surgiram novos desafios, como a necessidade de campanhas de conscientização mais focadas e intervenções em academias. Esses achados mostram que, além de conscientizar sobre os riscos, é necessário oferecer suporte e informações acessíveis aos usuários. As hipóteses foram parcialmente confirmadas: enquanto o uso prolongado de EAAs apresenta riscos à saúde, o uso consciente, com orientação profissional, pode mitigar alguns desses efeitos.

A pesquisa reforça a importância de uma plataforma educativa para informar e conscientizar os praticantes de musculação sobre os riscos dos EAAs, promovendo práticas saudáveis. Recomenda-se a implementação de programas educativos mais amplos e a realização de novos estudos para avaliar estratégias de prevenção e conscientização.

CONTRIBUIÇÕES DOS AUTORES

LEONARDO A. FERNANDES contribuiu com a coleta de dados e revisão da literatura. NICOLAS P.S. foi responsável pela análise dos dados e pela redação inicial do manuscrito. PEDRO H.S. PEDROSO participou da metodologia e auxiliou na redação e revisão final do trabalho.

Todos os autores revisaram e aprovaram a versão final do manuscrito.

AGRADECIMENTOS

Primeiramente, agradecemos a Deus pela oportunidade de prosseguir com este estudo. Expressamos imensa gratidão ao nosso orientador e professor Josinaldo Jarbas pela paciência durante a orientação do trabalho e agradecemos ao professor Robson, docente da matéria de iniciação científica pelo detalhamento completo da autoria de um trabalho acadêmico. Agradecemos também aos nossos familiares e amigos que nos incentivaram durante todo o processo. Por fim, agradecemos aos colegas de sala e aos funcionários do Instituto Federal de São Paulo – Campus Guarulhos, que contribuíram direta ou indiretamente para o desenvolvimento deste projeto.

REFERÊNCIAS

ABRAHIM, O. S. C.; SOUSA, E. C. DE. Esteroides anabolizantes androgênicos e seus efeitos colaterais: uma revisão crítico-científica. Revista da Educação Física / UEM, v. 24, n. 4, p. 669–679, out. 2013.

FREITAS, N. C. D.; DA SILVA, M. M. R.; BASSOLI, B. K.; DA SILVA, F. C. O uso de esteroides androgênicos anabolizantes por praticantes de musculação. South American Journal of Basic Education, Technical and Technological, v. 6, n. 2, p. 335–345, 2021.

IRIART, J. A. B.; ANDRADE, T. M. DE. Musculação, uso de esteróides anabolizantes e percepção de risco entre jovens fisiculturistas de um bairro popular de Salvador, Bahia, Brasil. Cadernos de Saúde Pública, v. 18, n. 5, p. 1379–1387, set. 2002.

JALILIAN, F.; ALLAHVERDIPOUR, H.; MOEINI, B.; MOGHIMBEIGI, A. Effectiveness of anabolic steroid preventative intervention among gym users: applying theory of planned behavior. Health Promotion Perspectives, v. 1, n. 1, p. 32-40, jul. 2011.

SOUSA, Sávio Luiz; SILVA, Sávio Patrocínio; FERREIRA, Tairo Vieira. FATORES ASSOCIADOS AO USO DE ESTEROIDES ANABOLIZANTES POR PRATICANTES DE EXERCÍCIOS FÍSICOS. Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação, v. 9, n. 8, p. 2724–2736, 2023.

SOUZA, Carlos Alberto Rodrigues de. Fatores motivacionais e o uso de esteroides anabolizantes por praticantes de treinamento de força. Revista Científica Multidisciplinar Núcleo do Conhecimento. Ano 04, Ed. 03, Vol. 05, pp. 47-67, março de 2019.