

Bomba: O caminho mais curto pode não ter volta

A busca pela forma ideal tem começado cada vez mais cedo e os jovens são a maioria quando o assunto é esteroides anabolizantes

Uma pesquisa do IBGE, feita com mais de 100 mil estudantes entre 13 e 15 anos, nas cinco regiões do país, mostrou que os jovens estão demasiadamente preocupados com o corpo. Segundo o estudo de 2013, 31% das meninas fazem regime e 21% dos meninos se preocupam em ganhar mais peso e músculos. Na busca pelo corpo ideal, os jovens se deparam com a promessa de um caminho mais curto. São os esteroides anabolizantes, também conhecidos como “bomba”, os atalhos. Apesar de atraentes em um primeiro momento, as substâncias são perigosas e podem levar à morte.

Os esteroides androgênicos anabólicos (EAA) ou AAS (do inglês anabolic androgenic steroids) são uma classe de hormônios esteroides naturais e sintéticos que promovem o crescimento celular e a sua divisão, resultando no desenvolvimento de diversos tipos de tecidos, especialmente o muscular e ósseo. Apesar de trazerem benefícios estéticos, os esteroides anabolizantes são uma espécie de maquiagem. Seus resultados fisiológicos são passageiros e só funcionam enquanto se faz uso deles e se pratica atividades físicas exaustivamente, o que cria a dependência e os danos à saúde.

No mês de abril, o Profissional de Educação Física Fernando Vitor Lima [CREF 000911-G/MG], Professor Doutor da UFMG, ministrou uma palestra com o tema “O uso de esteroides anabolizantes na prática de atividades físicas”, durante o I Fórum de Bioética dos Conselhos Profissionais de Saúde de Minas Gerais. Fernando falou sobre o uso indiscriminado dessas substâncias em ambientes de atividades físicas e seus graves efeitos nocivos. Contou ainda que, em alguns casos, os usuários já têm um roteiro de invenção de sintomas para conseguir a prescrição legal da testosterona - hormônio sexual masculino, do qual se deriva a maioria dos esteroides. “A distinção entre o doping, que é ilegítimo e a forma socialmente aceita, está cada vez menor”, concluiu.





Fernando Vitor Lima

Em entrevista à Revista Educação Física, Fernando discorreu sobre o assunto que foi tese do seu doutorado, defendido na Universidade do Porto, em Portugal.

REVISTA Educação Física - Que tipo de pessoa pode fazer uso dos esteroides anabolizantes?

Fernando Vitor Lima - Esteroides anabolizantes são medicamentos que tem uma indicação terapêutica. Neste caso é necessário um diagnóstico médico, assim como para a prescrição da maioria dos medicamentos. Usualmente podem ser indicados para mulheres com osteoporose na menopausa, adolescentes com atraso na maturação, redução da função sexual e anemia, entre outros sintomas.

REF - De que forma o Profissional de Educação Física pode ajudar a evitar o uso dessas substâncias no meio em que convive?

Fernando Vitor Lima - Esta é uma questão muito complexa, mas podemos dizer que de acordo com o cenário atual, é importante disseminar informações realistas sobre os efeitos destas drogas e não somente reproduzir informações disseminadas pelo mercado paralelo que busca vendê-las para atender um anseio dos praticantes de atividades físicas. Mas também não penso que o caminho seja disseminar somente as informações sobre as reações adversas, porque isso não conduz a redução ou término do uso. O cenário de uso crescente atual comprova isto. Se o Profissional conquistar a confiança dos seus alunos com uma atuação séria, bem fundamentada cientificamente na prescrição do treinamento, ele poderá exercer maior influência no sentido de evitar ou diminuir o uso no seu meio. Mas o problema vai muito além.

REF - Os usuários têm consciência dos problemas que essas substâncias podem acarretar?

Fernando Vitor Lima - Penso que sim, porque as informações que são mais divulgadas pelas mídias tradicionais são exatamente sobre as reações adversas. Todas as vezes que uma matéria é veiculada em um jornal ou televisão, a abordagem é essa. Isto também acontece com os materiais informativos e educativos que são elaborados por instituições governamentais, privadas. Mas isso parece que não vem sendo a estratégia adequada para reduzir o uso.

REF - O padrão de beleza atual (tanto homens, quanto mulheres fortes) fez aumentar o uso dessas substâncias?

Fernando Vitor Lima - Sem dúvida, porque já sabemos que as pessoas buscam duas coisas diretamente: ficarem mais fortes e musculosas e obter isto rapidamente. Sendo assim, ao saberem que os anabolizantes podem proporcionar as duas coisas e, supondo ou sabendo que muitas destas pessoas fazem uso, lançam mão deste recurso. Não penso que o padrão de beleza seja ruim, pelo contrário, até acho bom que as pessoas queiram desenvolver suas musculaturas e cultuarem seus corpos. O problema é a maneira como fazem isto, ou seja, utilizando recursos que podem preju-

“Não penso que o padrão de beleza seja ruim, pelo contrário, até acho bom que as pessoas queiram desenvolver suas musculaturas e cultuarem seus corpos. O problema é a maneira como fazem isto, ou seja, utilizando recursos que podem prejudicar a saúde.”

dicar a saúde. E, além disto, os ganhos obtidos desta forma são temporários, não podendo ser mantidos por muito tempo ao se interromper o uso dos anabolizantes e, caso a pretensão seja um uso mais prolongado, as reações adversas serão muito mais desagradáveis, o que poderá até interromper o treinamento. No final, o resultado pode ser a reversão dos ganhos obtidos na beleza corporal. Eu penso que não vale a pena, porque devemos buscar a nossa beleza física para toda a vida e não só temporariamente e dependente de algo que pode prejudicar a saúde e, em longo prazo, prejudicar nossa capacidade de treinar adequadamente.

Alerto finalmente, para que os Profissionais de Educação Física e de outras áreas da saúde, assim como a população praticante de atividades físicas, desconfiem de falsos “experts” que disseminam uma interpretação inadequada do conhecimento científico sobre este tema.