

**A BELEZA A TODO CUSTO: CONJECTURANDO ACERCA DA PROBLEMÁTICA
ENVOLVENDO OS ANABOLIZANTES, VIGOREXIA E AUTO- IMAGEM**

Mikaelly Arianne Carneiro Leite

João Jaime Giffoni Leite

Centro Universitário Fametro - UNIFAMETRO

Email: mikaa_arianny@hotmail.com

Título da Sessão Temática: *Alimentos, nutrição e saúde*

Evento: VII Encontro de Monitoria e Iniciação Científica

RESUMO

Introdução: A vigorexia, que pode ser chamada de dismorfia muscular, é um distúrbio de imagem corporal, no qual indivíduos procuram meios e estratégias que na maioria das vezes são prejudiciais para chegar ao “padrão de corpo perfeito”. **Objetivo:** Este trabalho tem como objetivo revisar estudos nas plataformas de dados e relacionar a vigorexia e o uso de anabolizantes. **Metodologia:** Trata-se de uma revisão, utilizando as bibliotecas virtuais e banco de dados como *PubMed*, *Science Direct*, Dissertações, Teses, Livros. Foram usados descritores em português: “Transtorno da Alimentação”, “Anabolizantes”, “Comportamento Alimentar”, e suas versões em língua inglesa. Foram selecionados seis estudos do ano 2005 a 2019. **Resultados e Discussão:** Foi demonstrado nos estudos que o uso indiscriminado de anabolizantes está intimamente associado à vigorexia. Este uso pode acarretar diversos riscos para saúde, sejam orgânicos (neoplasia hepática) ou psicológicos (insatisfação corporal) Foi evidenciado que o uso de anabolizantes é frequentemente realizado sem acompanhamento médico, e que o uso de suplementos alimentares e estimulantes estão associados a maior propensão ao uso dos anabolizantes. Outro fato importante é que, sem prescrição médica, muitos recorrem a traficantes de drogas ilícitas e ao mercado negro para ter acesso aos anabolizantes. **Considerações finais:** O uso de anabolizantes está intimamente ligado a vigorexia, e que o uso destes medicamentos pode levar a distúrbios orgânicos e psicológicos. Ademais, percebe-se que este tema possui importância interdisciplinar, sejam psicologia, nutrição, medicina e até mesmo no direito.

Palavras-chave: Transtorno da Alimentação. Anabolizantes. Comportamento Alimentar.

INTRODUÇÃO

A auto estima e o bem estar com o próprio corpo são fundamentos muito idealizado atualmente, mas pouco se sabe de como essas sensações, quando negativas, pode causar efeitos emocionais tanto na percepção da auto imagem como no comportamento alimentar (GARRUSI et al., 2017). O comportamento alimentar está ligado diretamente com as intervenções nutricionais, pois com o aprofundamento nesse campo de pesquisa se consegue determinar as influências e os determinantes que afetam o estado do indivíduo, compreendendo suas mudanças e facilitando seu direcionamento (TORAL et al., 2007).

Com os avanços da mídia e da tecnologia a busca pelo corpo perfeito e dentro dos padrões imposto pela sociedade é excessiva. Com isso, ocorre mudanças no comportamento alimentar, psicológico, na estética e insatisfação corporal, o que leva as pessoas a comportamentos obsessivos para chegar no patamar exigido pela sociedade e esquecendo as consequências que essas ações podem trazer (BRESSAN, 2018).

O culto pela a imagem corporal e a busca desenfreada pelo corpo musculoso sem pensar nas consequências advindas também é considerado uma alteração do comportamento alimentar. A vigorexia, que pode ser chamada de dismorfia muscular, é percebida com mais frequência em pessoas que praticam musculação, onde esses indivíduos procuram meios e estratégias para chegar ao padrão de corpo perfeito que eles almejam, essas práticas obsessivas às vezes ignoram os riscos que acarretará para a saúde (CAMARGO et al., 2008).

A modernidade e a fase midiática criaram um padrão estético que as pessoas tendem a seguir por se sentir melhor e incluído dentro da sociedade, com isso recorre a práticas que na maioria das vezes são prejudiciais, como: uso excessivo de a Esteroides Androgênicos Anabolizantes (AAS), exercícios físicos repetitivos e exaustante em busca de um rápido crescimento muscular. Mas, na maioria das vezes os indivíduos que possuem esse distúrbio de imagem corporal não conseguem enxergar o crescimento muscular, o que acarreta uma insatisfação e obsessão com o próprio corpo (LOPES et al., 2014).

Visando compreender a vigorexia, este trabalho tem como objetivo revisar estudos nas plataformas de dados e relacionar a este distúrbio de imagem e sua relação com uso de anabolizantes.

METODOLOGIA

Trata-se de uma revisão narrativa, utilizando as bibliotecas virtuais existente na rede internacional de computadores, sendo estes bancos de dados o Pub Med, Scielo, Science Direct. A combinação de descritores na língua inglesa foram “Feeding and Eating Disorders”, “Anabolic Agents”, “Feeding Behavior”, e em português “Transtorno da Alimentação”, “Anabolizantes”, “Comportamento Alimentar”.

Os meios de avaliação para a seleção dos artigos foram: disponibilidade do texto integral; artigos publicados somente nas línguas portuguesa e inglesa, ordenados nos bancos de dados nos últimos dez anos; artigos na íntegra que caracterizassem o assunto referente à revisão de literatura com foco para o transtorno de dismorfia muscular e o uso de anabolizantes. Como critérios de inclusão, adotaram-se: publicações na língua portuguesa e inglesa com foco em estudos em atletas e não atletas que tivesse sintomas de vigorexia com uso diretamente de anabolizantes. Por não serem tão atuais, trabalhos com mais de 20 anos de publicação entraram no critério de exclusão.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A maioria dos vigoréxicos vão em busca de um melhor padrão estético através de anabolizantes, com isso um estudo que relaciona a dismorfia muscular com o uso de substância teve como objetivo analisar a insatisfação corporal, a vigorexia e os esteroides anabolizantes androgênicos. Logo, foram analisados 93 indivíduos, com idades de 14 a 53 anos e com tempo médio de treinamento de 39 a 58 meses, que responderam questionários aplicados em uma academia no interior de São Paulo, onde em uma questão 48,39% dos indivíduos relataram ter preocupações com a aparência e 5,38% frequentemente, em outra seguinte questão foi confirmado que 90,32% passam mais de 30 minutos no treino, com o intuito de melhorar a aparência e estética. Em outras duas questões os resultados foram preocupantes por conta de 20,81% do grupo já tinham feito o uso de anabolizantes, com enfoque em ações mais extrema como treinar com lesão para obter resultados mais rápidos, reforçando o uso de substâncias e comportamentos diferentes em busca da estética predeterminada pela sociedade (RAVELLI, 2012).

Em um estudo com intuito de investigar o uso de esteroides anabolizantes em praticantes de musculação, Sá et al. (2017) analisaram, na cidade de São Paulo, indivíduos de 18 a 35 anos por meio de questionários padronizado como instrumento para coleta de dados.

Foi relatado que 46% fizeram ou fazem uso de anabolizantes, 76,1% realiza com a finalidade de fins estéticos e, um dado importante deste estudo foi que o público feminino teve maior prevalência de uso que os homens. (SÁ, 2017). Os AAS normalmente são análogos da testosterona, e seus efeitos colaterais em mulheres são recorrentes, entre os principais efeitos pode-se destacar hipertrofia do clitóris e amenorréia, desejo sexual, ocorrência de acne, aumento na incidência de aterosclerose e aumento da quantidade de pelos corporais (HARTGENS, KUIPERS, 2004).

Sá (2017) relata que 97,8% declaram o uso de AAS sem orientação médica e tiveram como efeitos colaterais o aparecimento de espinhas, agressividade, aumento do libido e pressão alta. Outro fator informado, no mesmo estudo, foi que essas substâncias eram de fácil acesso e que o uso era indiscriminado, no qual o maior objetivo era o ganho de massa muscular e a satisfação com a estética.

Em uma pesquisa com objetivo de investigar a dismorfia muscular e o uso de AAS em fisiculturista e levantadores de peso, Martin et al. (2018) analisam 562 homens e 172 mulheres que responderam questionários estruturados e foi evidenciado que 50% dos integrantes da pesquisa afetados pela dismorfia muscular usam algum tipo de anabolizante, por conta da distorção que se tem da imagem corporal os indivíduos se acham menos musculosos do que deveriam ser.

Em outra pesquisa relacionada com o uso de AAS e a percepção da imagem corporal, foi analisado 122 homens para investigar se a psicopatologia da dismorfia muscular e o uso de anabolizante está interligada com o desempenho atlético ou com a influência da aparência e a estética. Os resultados relataram que os indivíduos que faziam uso de AAS para fim de aparência tinha um maior índice de psicopatologia geral do transtorno alimentar e dismorfia muscular, por conta da obsessão pelo corpo musculoso e pelo rápido crescimento que acontece com o uso de anabolizantes. Assim, os indivíduos tentam reverter a distorção da imagem deles com o próprio corpo, com isso se evidenciando que o uso de anabolizantes na maioria das vezes é para a satisfação corporal (MURRAY et al., 2016).

A dismorfia muscular ou vigorexia vem sendo investigada atualmente por várias pesquisas, em um estudo com o intuito de analisar o uso de recursos ergogênicos direcionado a esse transtorno, foram analisados 20 indivíduos e foram utilizados questionários com esses participantes. O estudo revelou que a preocupação com a imagem gera conflitos de aceitação e insegurança social, autopercepção distorcida, insatisfação corporal, busca desenfreada pelo

corpo perfeito e musculoso com uso de substâncias para rápido ganho muscular. Foi evidenciado que o uso de esteroides anabolizantes é influenciado pela vigorexia e os altos riscos de uso sem acompanhamento médico poderá acarretar diversos problemas de saúde, com isso foi declarado que esse transtorno gera prejuízos socioculturais e psicológico (AZEVEDO et al., 2012).

É ressaltado que o uso de AAS é benéfico quando supervisionado e indicado por orientação médica, como em anemias graves em que seu uso diminui a necessidade de transfusões sanguíneas, deficiência hormonal masculina, indivíduos com AIDS que tem uma maior perda de massa muscular o uso de AAS compensaria e ajudaria no tratamento e em caso de insuficiência cardíacas e pulmonares, agindo aliviando o cansaço dos pacientes (HANDELSMAN, 2006).

Já em utilização não terapêutica o uso dos AAS, e sim para fins estéticos pode ocasionar riscos e efeitos colaterais, nos quais estão incluídos modificação de caracteres sexuais secundários, tom de voz mais grave, aumento dos pelos faciais, aumento das mamas e incapacidade de produção de espermatozoides no público masculino. Atualmente é relatado quadros de disfunções hepáticas e câncer de fígado são em pessoas saudáveis que fazem o uso dessas substâncias (SOCAS et al., 2005).

Em um estudo longitudinal em Porto Alegre realizado por Silva et al. (2010), com o objetivo de analisar o crescimento do uso de agentes hormonais com finalidade estética em atletas e não atletas, foi visitado 13 academias de musculação. Foram verificados 288 indivíduos nos quais investigou-se o uso de suplementos alimentares, agentes hormonais e estimulante e drogas ilícitas. Dessa forma, foi destacado que os usuários que faziam o uso de suplementos alimentares, como vitaminas e minerais tinham 6,5 vezes mais chances de uso de anabolizantes, que os não usuário. Em relação aos que faziam o uso de estimulantes, foi verificado que estes possuíam 2,54 vezes mais chances de usar AAS. Outro dado importante a ser destacado, é que usuários de drogas ilícitas, como *ecstasy* e cocaína, possuíam 3,1 vezes mais de usar anabolizantes que não usuários. Conjecturando sobre estes fatos, pode-se perceber que indivíduos que fazem suplementação rotineira podem se interessar mais por resultados estéticos da prática da atividade física. Por outro lado, o uso de drogas ilícitas desmistifica o medo da busca dos ASS sem prescrição médica. Isso é evidenciado pela mídia na qual os traficantes de psicotrópicos também comercializam anabolizantes.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O presente estudo determinou uma análise bibliográfica sobre o quanto a vigorexia pode estimular o uso de anabolizantes, visando ampliar mais informações sobre o seguinte tema para a comunidade científica. De um modo geral, os estudos evidenciaram a relação da insatisfação corporal e a obsessão por um rápido crescimento muscular com ajuda de anabolizantes, mostrando que a maioria dos indivíduos tem a finalidade para estética e aceitação social. Contudo, ainda existe a necessidade da constante busca sobre o tema, visando encontrar mais fatores que podem influenciar a dismorfia muscular e os riscos psicológicos que podem acarretar para a saúde.

REFERÊNCIAS

GARRUSI, Behshid; BANESHI, Mohammad Reza. Body dissatisfaction among Iranian youth and adults. **Cadernos de saude publica**, v. 33, p. e00024516, 2017.

TORAL, Natacha; SLATER, Betzabeth. Abordagem do modelo transteórico no comportamento alimentar. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 12, p. 1641-1650, 2007.12 de agosto de 2019.

BRESSAN, MAITÊ REGINA; PUJALS, CONSTANZA. Transtornos alimentares modernos: uma comparação entre ortorexia e vigorexia. **Revista UNINGÁ Review**, v. 23, n. 3, 2018.

CAMARGO, Tatiana Pimentel Pires de et al. Vigorexia: revisão dos aspectos atuais deste distúrbio de imagem corporal. **Revista brasileira de psicologia do esporte**, v. 2, n. 1, p. 01-15, 2008.

SÁ, Karla Beatriz Dantas. **Vigorexia e percepção da autoimagem em praticantes de Crossfit**. 2017. Trabalho de Conclusão de Curso. Universidade Federal do Rio Grande do Norte.

GONZALEZ-MARTI, Irene et al. Muscle dysmorphia: detection of the use-abuse of anabolic androgenic steroids in a Spanish sample. **Adicciones**, v. 30, n. 4, 2018.

MURRAY, Stuart B. et al. Anabolic steroid use and body image psychopathology in men: delineating between appearance-versus performance-driven motivations. **Drug and alcohol dependence**, v. 165, p. 198-202, 2016.

AZEVEDO, Andréa Pires et al. Dismorfia muscular: A busca pelo corpo hiper musculoso. **Motricidade**, v. 8, n. 1, p. 53-66, 2012.

DA SILVA, Paulo Rodrigo Pedroso et al. Odds ratio for use of anabolic steroids and other substances in fitness training gyms. 2010.

SOCAS, L. et al. Hepatocellular adenomas associated with anabolic androgenic steroid abuse in bodybuilders: a report of two cases and a review of the literature. **British journal of sports medicine**, v. 39, n. 5, p. e27-e27, 2005.

Handelsman, D.J. Testosterone: use, misuse and abuse. *Med. J. Aust.*, v.185, n.8, p.436-9, 2006.

Hartgens, F., Kuipers, H. (2004) Effects of androgenic-anabolic steroids in athletes. *Sports Med.* V. 34, n. 8, p. 513-554.

RAVELLI, Felipe. Uso de esteróides anabolizantes androgênicos: estudo sobre a vigorexia e a insatisfação corporal. 2012.