



CORPOS SOB PRESSÃO: CONCEPÇÕES DE CORPO PERFEITO PARA PESSOAS QUE PRATICAM MUSCULAÇÃO E USAM ESTEROIDES ANABOLIZANTES

JOSÉ HILDEMAR MOREIRA DA COSTA; DANILE SAMPAIO MAGALHAES HOLANDA; ANDREW ROBERT DANTAS BARROS; ANA LIVIA LIMA ALVES; MATEUS DE SOUSA BEZERRA E SILVA; CARLOS MING-WAU

RESUMO

Introdução: Com o avanço das redes sociais, os padrões de beleza corporal têm sido amplamente difundidos, levando a uma busca incessante pelo corpo perfeito. Nesse contexto, o uso de esteroides anabolizantes com fins estéticos tem se tornado uma prática comum, refletindo a pressão social da busca por um corpo perfeito em curto prazo, isto é, tonificado e com pouca gordura. **Objetivo:** compreender os impactos subjetivos do uso de esteroides e anabolizantes para praticantes de musculação. Sumarizando esse objetivo, em linhas gerais, a pesquisa culminou na compreensão das concepções do corpo perfeito conforme foram relatadas pelos praticantes de musculação entrevistados. **Metodologia:** A pesquisa adotou uma abordagem qualitativa, buscando apreender as experiências e significados atribuídos pelos participantes em relação ao uso de esteroides anabolizantes. As entrevistas semiestruturadas foram guiadas por tópicos que exploraram o tempo de treino, suplementos utilizados, percepções de corpo ideal e conhecimento dos efeitos colaterais. Para preservar a identidade dos entrevistados, foram designados codinomes que ilustram os esteroides anabolizantes por eles utilizados, a saber: Enantato, Oxandrolona, Durateston, Decanoato e Nandrolona. Os dados foram analisados a partir da análise temática. **Resultados:** Os participantes da pesquisa destacaram a busca incessante pelo corpo ideal, associando-o a características como magreza, tonificação muscular e simetria corporal. A estética foi apontada como o principal motivador para o uso de esteroides anabolizantes, revelando a influência dos padrões socioculturais na busca por um corpo idealizado personificado no baixo percentual de gordura. **Conclusão:** A análise dos dados revelou que a pressão social por um corpo perfeito impulsiona o uso de esteroides anabolizantes, mesmo diante dos riscos à saúde e dos efeitos colaterais conhecidos. É fundamental uma abordagem crítica e informada diante dessas influências, destacando a importância de promover uma visão mais equilibrada e saudável em relação aos padrões de beleza corporal que levem em consideração a saúde e o bem-estar integral das pessoas que fazem uso dos esteroides anabolizantes para além da busca do corpo perfeito.

Palavras-chave: Esteroides Anabolizantes; Corpo perfeito; Estética corporal.

1 INTRODUÇÃO

Com o crescimento exponencial das redes sociais, podemos observar uma imposição de padrões no quesito corpo ideal. Observa-se, nas academias, corpos cada vez maiores e isso acaba gerando uma corrida imaginária em busca desse corpo perfeito no menor tempo possível. Esse fenômeno faz com que o uso de esteroides anabolizantes seja para fins estéticos (Sousa et al., 2023).

Esses medicamentos foram originalmente desenvolvidos para tratar pacientes com atrofia muscular, causadas, por exemplo, na síndrome aguda do HIV, no qual os pacientes perdem massa muscular; para pessoas que sofreram acidentes com comprometimento de mobilidade; hipogonadismo, que seria a deficiência na produção natural de testosterona; entre outras que envolvem o corpo (Castilho et al., 2021).

O acesso à internet facilitou a aquisição dessas substâncias de forma ilegal ou sem orientação médica, isto é, qualquer pessoa pode comprá-la sem o devido controle farmacológico para esses fins, no mercado clandestino, ignorando suas contraindicações (Neves; Caldas, 2017). Muitas dessas pessoas, são influenciadas para usar essas medicações por seus treinadores e amigos que treinam em academias. Um estudo on-line realizado com 365 pessoas que frequentavam academias constatou que 52 [14,2%] delas utilizavam esteroides anabolizantes com o objetivo de aumentar o nível de massa muscular e que os adquiriram com os seus treinadores (Izzat et al., 2023).

Iriart et al. (2009) constataram que o uso de anabolizantes ocorre pela motivação de mudanças estéticas no corpo de pessoas que praticam musculação em academias. Isso ocorre porque existe entre elas uma insatisfação corporal e o desejo por um corpo idealizado e disseminado pelas mídias, em outras palavras, o corpo perfeito. Por outro lado, existe ainda o medo de desvalorização e exclusão do grupo por não ter o corpo que elas pensam que os demais possuem. Na pesquisa citada foi concluído, também, que o uso dessas medicações possibilita rápidos resultados que suprem a demanda do corpo perfeito.

O objetivo deste artigo é compreender os impactos subjetivos do uso de esteroides e anabolizantes para praticantes de musculação. Sumarizando esse objetivo, em linhas gerais, a pesquisa culminou na compreensão das concepções do corpo perfeito conforme foram relatadas pelos praticantes de musculação entrevistados.

2 METODOLOGIA

Este estudo é de natureza qualitativa, cujo interesse é a apreensão das experiências, percepções e significados que as pessoas atribuem a um determinado fenômeno (Oliveira et al., 2023), nesse caso, ao abuso de esteroides e anabolizantes. Esse tipo de pesquisa envolve o conhecimento em profundidade do objeto de estudo, compreendido numa perspectiva que abrange fatores socioculturais e psicológicos, como o culto ao corpo perfeito, o bem-estar ao fazer uso dessas medicações e questões de saúde pública, por exemplo, o acesso ilegal a essas drogas e seus efeitos colaterais.

O instrumento dessa pesquisa foi uma entrevista semiestruturada guiada por tópicos. Esse recurso metodológico consiste elaboração de tópicos que têm a função de guiar a entrevista e na possibilidade de abertura para ampliar o escopo desse momento de coleta de dados. Foram abordados os seguintes tópicos: tempo de treino; suplementos e esteroides anabolizantes utilizados; dosagem, frequência de uso e meio de aquisição dessas substâncias; percepções de corpo ideal; alterações percebidas no corpo após o uso dos esteroides anabolizantes; e o conhecimento dos efeitos colaterais. Foi realizada somente uma entrevista com cada um dos participantes abordados, no caso, pessoas que fazem uso de algum esteroide anabolizante e que praticam musculação.

Para preservar a identidade dos entrevistados, foram designados codinomes que ilustram os esteroides anabolizantes por eles utilizados, a saber: Enantato, Oxandrolona,

Durateston, Decanoato e Nandrolona. Enantato (22 anos), homem, iniciou o uso de ASS há aproximadamente 1 ano para fins estéticos e de performance. Durateston (37 anos), homem, usa ASS há aproximadamente 6 anos para fins estéticos e melhoria de qualidade de vida, principalmente por causa de um trabalho exaustivo. Decanoato (26 anos), homem, usa ASS desde o segundo mês que treina na academia, antes mesmo de tomar suplementos alimentares, por exemplo, creatina, cuja finalidade é também para fins estéticos. Nandrolona (34 anos), homem, usa ASS há 15 anos com o objetivo de manter os resultados do ganho de massa muscular já conquistados. Oxandrolona (25 anos), mulher, utiliza ASS há aproximadamente 2 meses, iniciou o uso para acelerar o seu desempenho no esporte e para fins estéticos.

O critério de seleção da quantidade de participantes se fundamenta no conceito de saturação teórica. Ela ocorre quando as informações obtidas juntos aos participantes não revelam dados novos ou relevantes, indicando que a quantidade de dados coletados é suficiente para compreender o fenômeno pesquisado (Minayo, 2017).

Para analisar os dados, optamos pela técnica de análise temática (Dias; Mishima, 2023), desenvolvida a partir destas etapas: 1) transcrição das entrevistas; 2) leituras a fim de encontrar os temas relatados pelos participantes; 3) identificação das unidades de sentido que sumarizam os temas e contextos do objeto de estudo, aqui explicitados por meio de excertos das falas dos participantes. Esses excertos foram interpretados a partir da literatura sobre o uso de esteroides anabolizantes e corpo perfeito.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Um dos aspectos mais relevantes mencionados pelos participantes da pesquisa foi a questão da busca do corpo ideal. Sabemos que, o uso dos esteroides anabolizantes para praticantes de musculação, correlaciona-se ao padrão inalcançável do corpo perfeito, o que reflete na busca da juventude, do vigor e da força para que possam obter os resultados que desejam, isto é, um corpo que tenha menos gordura e que se adeque às expectativas socioculturais e cultuam a beleza e a magreza (Martins; Oliveira, 2024).

A preocupação com a estética, sem dúvidas, é a causa primária para o uso de esteroides anabolizantes relatada pelos entrevistados. Geralmente, o corpo perfeito é associado às características como magreza, tonificação muscular, pele sem imperfeições, simetria corporal, entre outros atributos considerados ideais de beleza que de forma exacerbada são reforçados pela mídia (Martins; Oliveira, 2024). Nos trechos, a seguir, buscamos exemplificar como os participantes dessa pesquisa descreveram suas concepções de corpo perfeito/ideal.

Quando você consome a rede social, acaba ou não que você pega pessoas para lhe influenciar. Para mim, um corpo ideal nesse momento é um corpo malhado, um corpo de baixa gordura, com shape excelente, barriguinha trincada, perna marcada. Esse para mim é o corpo ideal [...]. Eu desejava, inicialmente, perder gordura e evitar flacidez, atualmente foco em crescimento muscular e definição (Oxandrolona).

Seria meio que um físico não atlético, não competitivo, mas algo próximo, uns 20% a 30% menos competitivo do que um físico de competição, por exemplo (Decanoato). Quando eu comecei [a usar os esteroides anabolizantes] era para ter ganho de massa muscular, consegui, obtive esse resultado e agora estou mantendo [...]. O padrão de corpo ideal é, na verdade, aquele corpo que você se sente bem. No meu caso, eu queria perder a gordura que eu tinha (Nandrolona).

Ah, eu queria mudar o shape. Porque eu estava meio gordo e tal, aí não gostava do que eu via no espelho, aí eu falei, é, vamos mudar isso aí, né? Eu quero volume, mas não só volume. Eu quero volume em definição que é justamente o que o esteroide pode me proporcionar. Ainda falta um pouco de volume e perder a minha gordura (Enantato).

A princípio, era estético e depois saúde. Eu acho que não tem muito padrão. Eu procuro estar sempre com um volume de massa muscular maior que o de gordura, principalmente por conta da saúde e através disso o cara fica com a estética melhor. Para mim, o padrão é mais este: você tá com a massa muscular mais aparente (Durateston).

Os entrevistados descrevem o corpo ideal, destacando a influência das redes sociais na construção de suas percepções, com a busca de um corpo com uma estética mais cuidada e bonita, fato que reflete nas impressões dos padrões de beleza e de forma física que são comuns em ambientes *fitness* e nas mídias sociais. O uso de esteroides anabolizantes pode ser visto como uma forma de manter uma imagem idealizada, impulsionada pela busca por um corpo que seja esteticamente agradável e útil para melhorar o desempenho físico. Isso é influenciado pelos padrões culturais de sucesso e perfeição corporal, fortemente difundida pelas mídias sociais que também favorecem a indústria da beleza e do consumo indiscriminado de produtos para o rejuvenescimento e tonificação dos corpos, por exemplo, os esteroides anabolizantes (Kotze; Antonopoulos, 2021).

A pressão exercida pela mídia, incluindo redes sociais, promove padrões de beleza inatingíveis, levando indivíduos a se automedicarem em busca desses ideais. A exposição a imagens ilusórias e a publicidade enganosa contribuem para a insatisfação corporal e o uso inadequado de medicamentos e produtos. Essa busca incessante pelo corpo perfeito, impulsionada pela mídia, pode resultar em riscos à saúde e bem-estar dos indivíduos, destacando a importância de uma abordagem crítica e informada diante dessas influências (Torres et al., 2022).

Todos os participantes, exceto Durateston que realiza acompanhamento médico, obtém de maneira clandestina os esteroides anabolizantes, sendo vendidos, inclusive, pelos professores de musculação de suas respectivas academias. A compra dessa maneira não garante a qualidade do que está sendo usado.

Os esteroides anabólicos androgênicos apresentam efeitos estéticos positivos, como o aumento da massa muscular e a redução das reservas de gordura, resultando em um físico corporal mais musculoso e definido. Além disso, essas substâncias possuem efeitos anabólicos positivos, incluindo o aumento da síntese proteica, a retenção de nitrogênio, a elevação da concentração de hemoglobina e hematócrito e o estímulo à formação óssea. Esses efeitos contribuem para o desenvolvimento muscular e a melhoria do desempenho físico, sendo desejados por muitos atletas e praticantes de atividades físicas (Ferreira et al., 2007).

Nas entrevistas realizadas evidenciamos que todos os participantes entendem os possíveis efeitos colaterais do uso dos esteroides anabolizantes para fins estéticos. Os principais riscos à saúde incluem efeitos fisiológicos como ginecomastia, atrofia testicular, acne, alargamento do clitóris, entre outros, além de efeitos psicológicos como o risco de dependência e sintomas de abstinência, caso deixem de usá-los sem um desmame adequado (Bezerra et al., 2022). Portanto, é importante destacar que um corpo perfeito que se adequa aos padrões sociais de beleza não é sinônimo de corpo saudável (Passos, 2023).

4 CONCLUSÃO

Essa pesquisa constatou que a pressão social por um corpo perfeito impulsiona o uso de esteroides anabolizantes, mesmo diante dos riscos à saúde conhecidos e que podem ter efeitos desastrosos nas vidas de quem os usa sem o devido acompanhamento médico ou de uma equipe multiprofissional. Existe, sobretudo, o prazer do risco de se obter um corpo perfeito, mesmo que isso custe efeitos colaterais na saúde de quem os usa.

Os participantes destacaram a influência dos padrões de beleza veiculados nas redes sociais e na mídia que promovem a busca por um corpo esteticamente ideal. Nesse contexto, é fundamental promover uma visão mais equilibrada dos padrões de beleza e conscientizar

as pessoas sobre os impactos negativos do uso dessas substâncias. Portanto, a reflexão sobre as motivações por trás do uso de esteroides anabolizantes e a conscientização dos riscos associados a essa prática são passos importantes para a promoção de uma cultura de saúde e autoaceitação corporal que leve em consideração um corpo saudável e não somente um corpo belo e esteticamente perfeito com baixos percentuais de gordura.

REFERÊNCIAS

- BEZERRA, A. S.; SIQUEIRA, I. F.; OLIVEIRA, S. L.; LOPES, T. R. S. Riscos relacionados ao uso de anabolizantes esteróides para fins estéticos. **Research, Society and Development**, v. 11, n. 7, 2022.
- CASTILHO, B. V.; RUELA, L. P.; GRASSELLI, L. M.; NUNES, Y. T.; CERDEIRA, C. D.; SANTOS, G. B.; PONCIANO, A. esteroides anabolizantes androgênicos: conscientização sobre uso indiscriminado, utilização na terapêutica e relação risco-benefício. **Vittale – Revista de Ciências da Saúde**, v. 33, n. 3, p. 89-95, 2021.
- DIAS, E. G.; MISHIMA, S. M. Análise temática de dados qualitativos: uma proposta prática para efetivação. **Revista Sustinere**, v. 11, n. 1, p. 402-411, 2023.
- FERREIRA, U. M. G.; FERREIRA, A. C. D.; AZEVEDO, A. M. P.; MEDEIROS, R. L.; SILVA, C. A. B. Esteróides anabólicos androgênicos. **RBPS**, v. 20, n. 1, p. 267-275, 2007.
- IRIART, J. A. B.; CHAVES, J. C.; ORLEANS, R. G. Culto ao corpo e uso de anabolizantes entre praticantes de musculação. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 25, n. 4, p. 773-782, abr. 2009.
- IZZAT, N.; ABU-FARHA, R.; AL-MESTARIHI, E. et al. The awareness and experience of healthcare providers with the use of anabolic androgenic steroids by gym users. **International Journal of Legal Medicine**, v. 137, p. 1705-1711, 2023.
- KOTZE, J.; ANTONOPOULOS, G. A. Boosting bodily capital: Maintaining masculinity, aesthetic pleasure and instrumental utility through the consumption of steroids. **Journal of Consumer Culture**, v. 21, n. 3, p. 683-700, 2021.
- MARTINS, A. B. S.; OLIVEIRA, P. F. M. Impactos na saúde decorrentes do uso de anabolizantes: explorando os efeitos colaterais e suas implicações. **Revista Multidisciplinar em Saúde**, v. 5, n. 2, p. 20-26, 2024.
- MINAYO, M. C. Amostragem e saturação em pesquisa qualitativa: consensos e controvérsias. **Revista Pesquisa Qualitativa**, v. 5, n. 7, p. 1-12, 2017.
- NEVES, D. B.; CALDAS, E. D. Determination of caffeine and identification of undeclared substances in dietary supplements and caffeine dietary exposure assessment. **Food and Chemical Toxicology**, v. 105, p. 194-202, 2017.
- OLIVEIRA, S.; GUIMARÃES, O. M.; FERREIRA, J. L. As entrevistas semiestruturadas na pesquisa qualitativa em educação. **Revista Linhas**, v. 24, n. 55, p. 210-236, 2023.
- PASSOS, R. M. M. Bom senso no uso de esteroides: uma perspectiva endocrinológica.

Revista Científica do Iamspe, v. 12, n. 14, p. 7-8, 2023.

SOUSA, S. L.; SILVA, S. P.; FERREIRA, T. V. 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.

TORRES, S. P.; LEAL, T. O. S.; OLIVEIRA, V. P.; SOUSA, J. A. Impactos da mídia para a busca do corpo ideal: automedicação para fins estéticos. **Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação**, v. 8, n. 5, p. 1578-1588, 2022.