

The background is a grayscale photograph of a gym interior, featuring various exercise machines and weight racks. Overlaid on this are several golden-yellow silhouettes of athletes in different poses: a runner on the left, a boxer in the upper left, a person with a barbell in the upper right, and a bodybuilder flexing a muscle in the lower right.

# ***MALEFÍCIOS DO USO DE ESTEROIDES E ANABOLIZANTES***

*Educação Física*

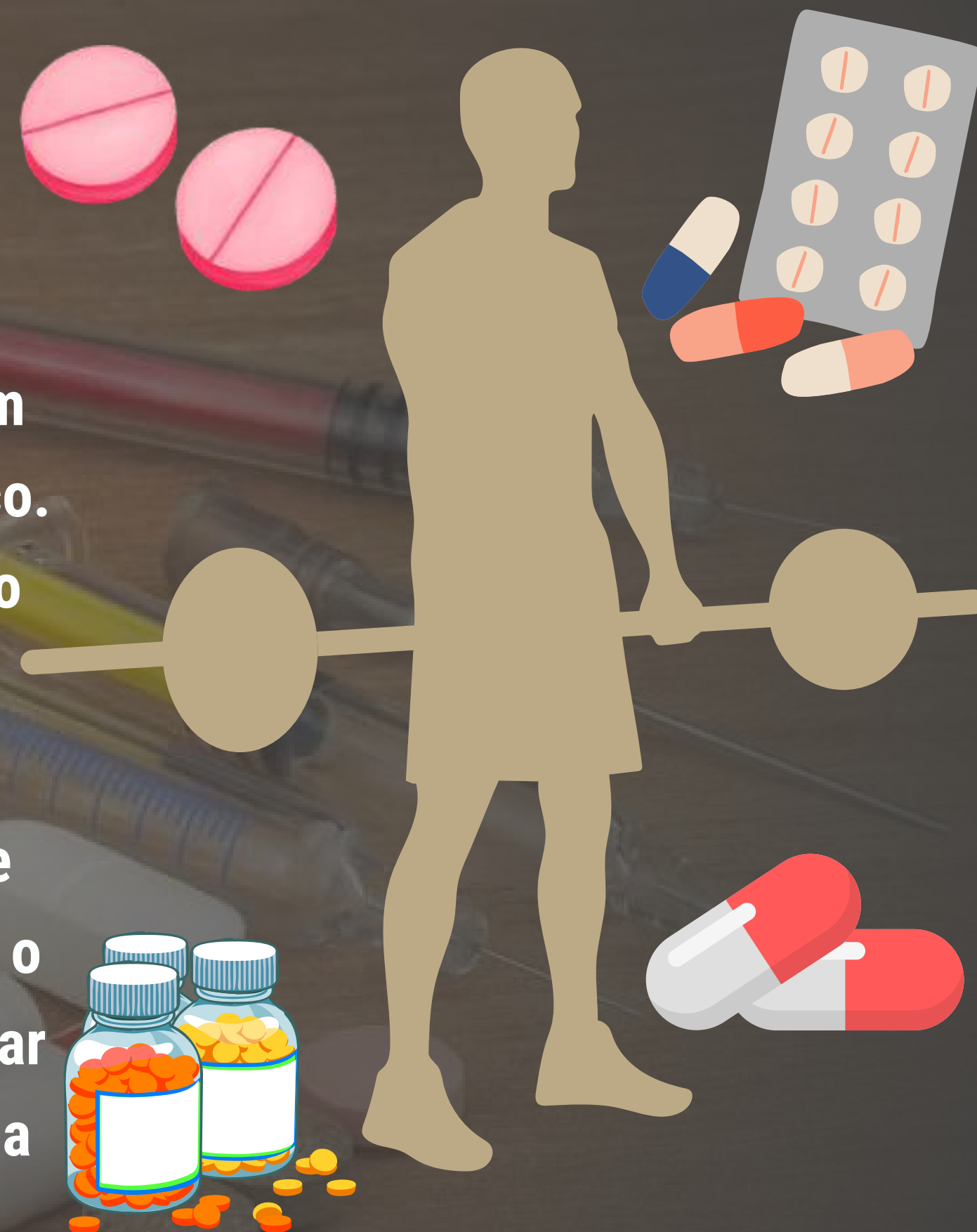
*Bernardo Sintra, Gabriel Sanches, Nicolle Forte, Lorena  
Andrade, Flávio Marques*



# ***INTRODUÇÃO***

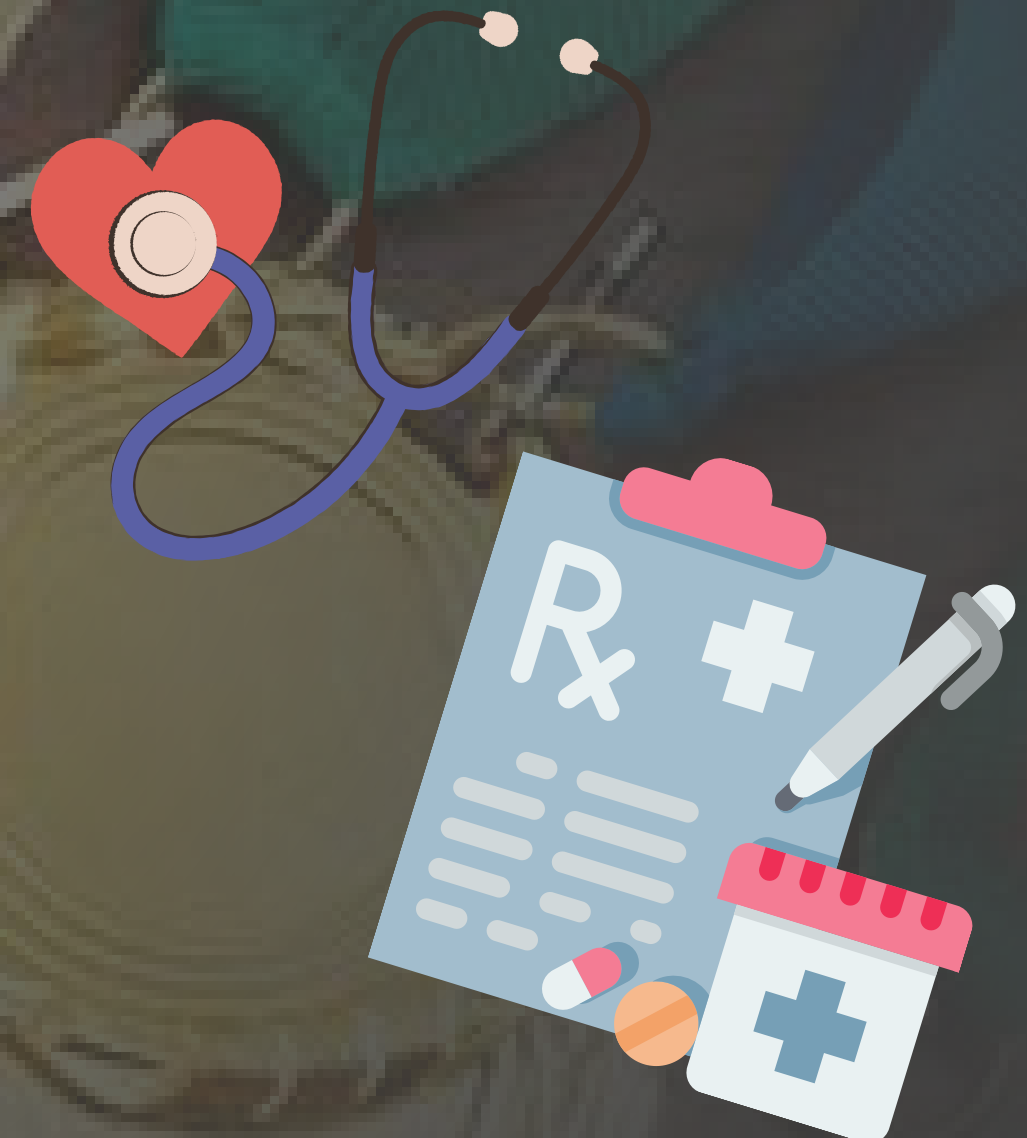
O uso de esteroides e anabolizantes tem se tornado cada vez mais comum, especialmente entre jovens e atletas que buscam resultados rápidos na estética corporal e no desempenho físico. No entanto, os efeitos colaterais e os riscos associados ao uso indiscriminado dessas substâncias são graves e muitas vezes irreversíveis.

O uso de esteroides sem prescrição médica é ilegal no Brasil e em muitos outros países. Além disso, no esporte profissional, o uso dessas substâncias é considerado doping, podendo resultar em punições severas, como suspensão de competições e perda de títulos.



# ***IMPACTOS NA SAÚDE FÍSICA:***

- **Desequilíbrio hormonal:** O corpo deixa de produzir hormônios naturalmente, o que pode causar infertilidade, ginecomastia (crescimento das mamas em homens), queda de cabelo e alterações na voz.
- **Problemas cardiovasculares:** Aumento da pressão arterial, alterações no colesterol e maior risco de infarto.
- **Danos hepáticos e renais:** O fígado e os rins são sobrecarregados, podendo desenvolver doenças graves como hepatite medicamentosa.
- **Alterações dermatológicas:** Acne severa, estrias e retenção de líquidos.



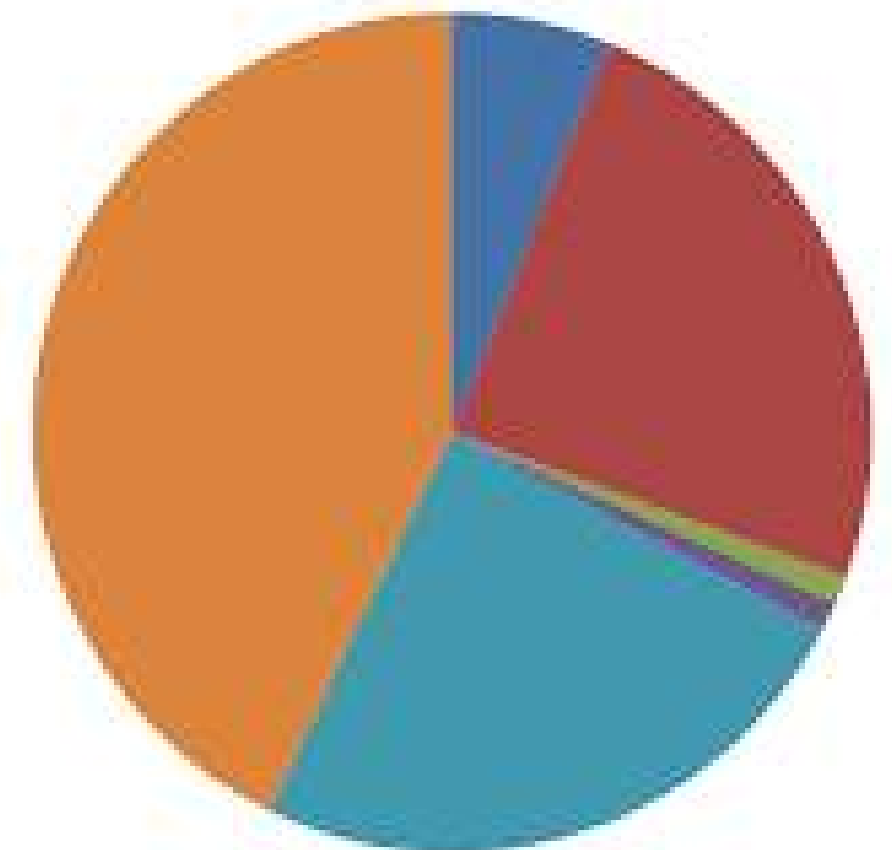
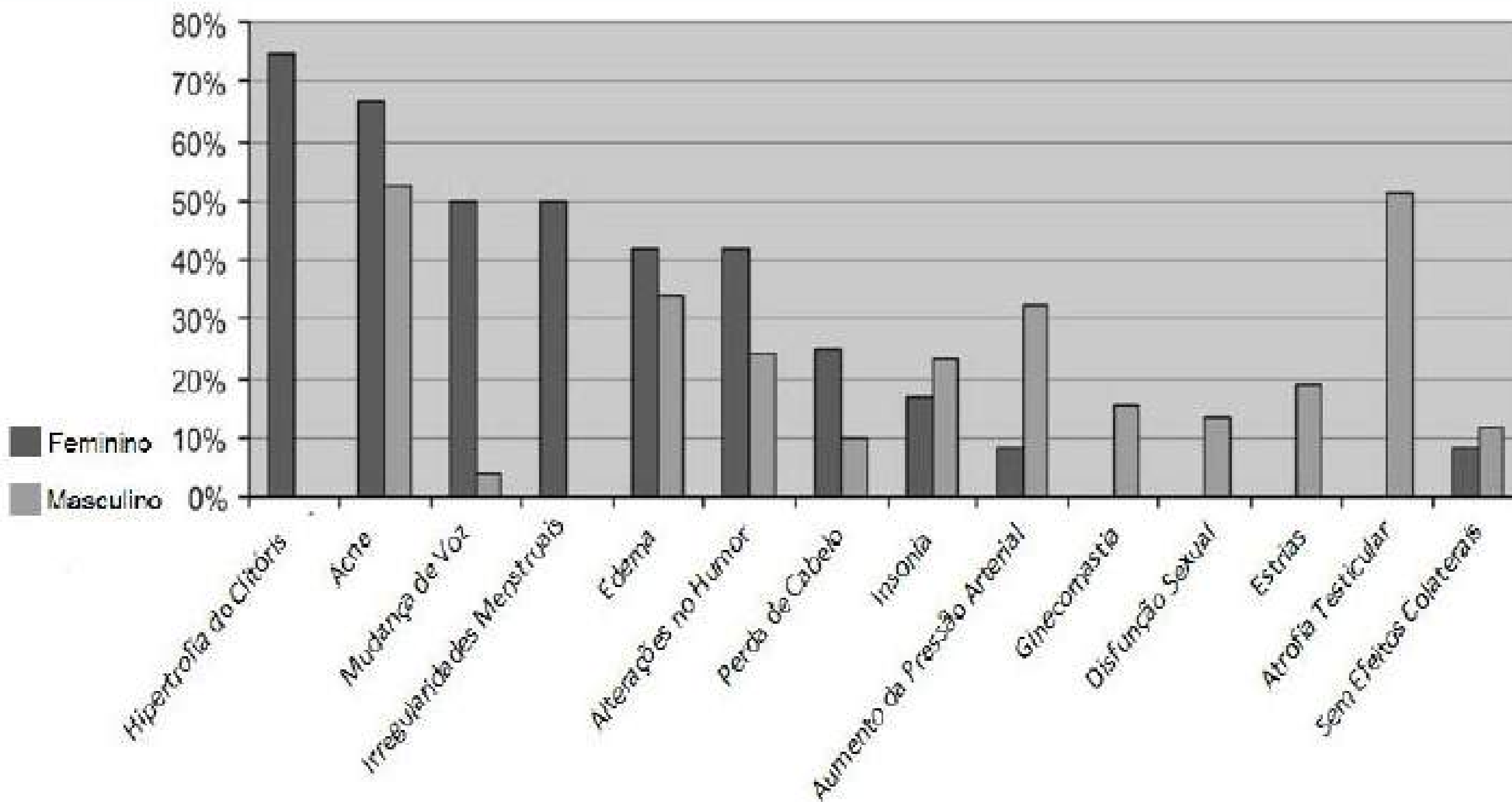


# ***IMPACTOS NA SAÚDE MENTAL:***

- Oscilações de humor: Irritabilidade, agressividade e episódios de depressão são comuns.
- Dependência: O usuário pode desenvolver uma relação de dependência com a substância, dificultando a interrupção do uso.
- Distúrbios de imagem corporal: A busca por um “corpo ideal” pode levar a transtornos como vigorexia.



# GRÁFICOS:



- Celulite (5,5%)
- Aumento de massa/ hipertrofia (22,2%)
- Definição muscular (5,5%)
- Flacidez (5,5%)
- Resultados Rápidos (22,2%)
- Estética (38,8%)



# ***CONCLUSÃO DO TRABALHO***

Este trabalho tem objetivo conscientizar e informar sobre os riscos e consequências do uso abusivo de esteroides e anabolizantes abordando seus efeitos a saúde física, mental e emocional. Mostrando quando utilizadas sem acompanhamento médico, podem causar desequilíbrios hormonais, problemas cardíacos, danos ao fígado e alterações de comportamento, colocando em risco a vida do usuário.

Além disso, o trabalho busca refletir sobre as principais causas que levam ao uso indevido, como a busca por resultados rápidos a pressão social. Também tem como meta promover a conscientização sobre a importância de práticas saudáveis, como alimentação equilibrada, exercícios físicos regulares e acompanhamento de profissionais capacitados, mostrando que é possível atingir bons resultados de forma natural.







***OBRIGADO!***