

## **Bom senso no uso de esteroides: uma perspectiva endocrinológica**

A humanidade vive uma nova era marcada pela superficialidade das relações e adoração à beleza, na qual a busca pelo corpo perfeito tornou-se uma meta obsessiva para muitas pessoas. Em meio ao desejo de alcançar padrões estéticos inatingíveis, exaltados pelas mídias sociais, a sociedade contemporânea acaba por negligenciar as complexidades e nuances da saúde física e mental.

A “ditadura da estética”, alimentada por imagens artificiais e corpos esculpido digitalmente, leva a uma crescente cultura de comparação. Esse fenômeno pode resultar em decisões extremas e, por vezes, prejudiciais no que se refere à saúde. Uma delas diz respeito à utilização de hormônios esteroides para aprimorar a estética corporal. Essa prática é cada vez mais comum e gera grande preocupação para os endocrinologistas, que lidamos com diversas complicações decorrentes do uso hormonal para fins estéticos.

De fato, há indicações precisas para a terapia de reposição hormonal. Estas envolvem principalmente os casos de deficiência hormonal, em que por diversas etiologias, o indivíduo é incapaz de manter uma produção hormonal adequada. Exemplos comuns são os casos de hipogonadismo, congênito ou adquirido, pan-hipopituitarismo, terapia hormonal pós-menopausa, deficiência de hormônio do crescimento, entre outros. Além destas, outras situações que podem indicar o uso de esteroides são casos específicos de paciente críticos, com desnutrição grave, grandes queimados e sarcopenia avançada.

Desde a década de 70, os esteroides anabolizantes vêm sendo utilizados para aumento de desempenho, em jogos olímpicos e competições de alta performance. No início por atletas e fisiculturistas, e mais recentemente por entusiastas da atividade física e até mesmo praticantes de musculação. Segundo levantamentos recentes, o volume de vendas de anabolizantes no Brasil cresceu 45% entre 2019 e 2021. Do uso indiscriminado ao abuso, os riscos à saúde associados ao uso de terapias anabolizantes cresceram de forma galopante, levando jovens sem comorbidades previamente conhecidas a desfechos dramáticos como, por exemplo, inúmeros casos de morte súbita.

Em março de 2023, ocorreu o posicionamento de oito sociedades científicas que emitiram um documento ao Conselho Federal de Medicina (CFM) com o objetivo de pedir atenção em relação a regulamentar o uso de esteroides anabolizantes para fins estéticos e de performance. Assinaram essa carta: a Sociedade Brasileira de Endocrinologia e Metabologia (SBEM), Sociedade Brasileira de Cardiologia (SBC), a Sociedade Brasileira de Medicina do Exercício e do Esporte (SBMEE), Federação Brasileira de Gastroenterologia (FBG), a Federação Brasileira das Associações de Ginecologia e Obstetrícia (FEBRASGO), a Sociedade Brasileira de Urologia (SBU) e a Federação Brasileira de Gastroenterologia (FBG). O CFM acabou se posicionando em abril de 2023, e aprovou a decisão na qual fica vedada a “prescrição médica de terapias hormonais baseadas em esteroides androgênicos e anabolizantes (EAA), com finalidade estética, para ganho de massa muscular e/ou melhora do desempenho esportivo, seja para atletas amadores ou profissionais, por inexistência de comprovação científica suficiente que sustente seu benefício e a segurança do paciente”.

Dentre as substâncias mais procuradas estão a testosterona e seus derivados, como a oxandrolona, oximetolona, estanozolol e di-hidrotestosterona, com o objetivo de aumento do metabolismo, da massa muscular, redução da gordura corporal e melhora da libido. Quanto às doses, na maioria das vezes, são administradas totalmente ao acaso. No caso do cipionato de testosterona, por exemplo, o uso terapêutico na Endocrinologia é geralmente realizado a cada 14 dias. Para fins estéticos, é cada vez mais comum indivíduos que aplicam diariamente, em doses suprafisiológicas. E é claro que tantos excessos irão provocar consequências.

O maior encanto na Endocrinologia é o fato de nossas glândulas produzirem exatamente a quantidade de hormônios que necessitamos, tudo dentro de um ajuste fino e perfeito, através de *feedbacks* positivos e negativos que mantêm nosso corpo em equilíbrio. Assim, quando o organismo recebe hormônios exógenos, para tentar evitar o excesso deletério, as glândulas deixam de produzir aquele hormônio que está sendo administrado. No caso da testosterona, por exemplo, os testículos deixam de produzir este hormônio enquanto a pessoa estiver usando e leva ao que se chama de hipogonadismo induzido por esteroides anabolizantes. Esse problema pode inclusive tornar-se irreversível, mesmo após a suspensão da testosterona exógena.

E as consequências não param por aí. Pode haver hepatotoxicidade, aumento do risco cardiovascular, com dislipidemia e aumento da pressão arterial, infertilidade, efeitos masculinizantes nas mulheres (aumento do clitóris, excesso de pelos, voz grave), ginecomastia, acne, aumento da oleosidade da pele e cabelos, calvície, e alterações do humor como irritabilidade e agressividade. Quando os indivíduos cessam o uso, o organismo sente falta, levando a sintomas de baixa libido, humor deprimido, cansaço e redução da força e massa muscular. Isso gera um ciclo vicioso, que causa a dependência do uso de esteroides.

Vive-se uma epidemia sem perspectiva lúcida em relação ao uso de hormônios anabolizantes e o modelo social atual. A busca por resultados extraordinários, muitas vezes, pode obscurecer os riscos inerentes ao uso indiscriminado de esteroides anabolizantes. Mas não há ilusões: as promessas de falsos atalhos geram consequências que, muitas vezes, são irreversíveis. A medicina baseada em evidências científicas é a bússola confiável que deve guiar práticas seguras. Portanto, ao considerar quaisquer intervenções que afetem o corpo e a saúde, isso deve ser feito com discernimento, guiado por profissionais comprometidos com a ética médica e com respaldo científico. É necessária uma conscientização urgente. **Um corpo esteticamente saudável não necessariamente implica em saúde.**

Renata Moreira Marques Passos

Endocrinologista

Especialista pela Sociedade Brasileira de Endocrinologia e Metabologia (SBEM)