

As reflexões que ficaram

O nutricionista Bruno Correia, 29 anos, sabe bem o que essa realidade significa. Há uma década, movido pelo desejo de ser fisiculturista, começou a usar hormônios. No entanto, ao perceber que não tinha a genética privilegiada, acabou tomando rumos diferentes — mas sem deixar de tomar as doses. Por quase oito anos, ele fez uso de trembolona, hemogenin, proviron, dianabol, oxandrolona, masteron, deca e estano. “Os colaterais do começo eram mais espinha e mudanças de humor”, relembra.

Atualmente, ele relata que tem muito pelo corporal e sente calor excessivo. “Alguns exames nunca mais voltam ao normal”, revela. Contudo, o cenário de momento é diferente. Bruno, agora, faz apenas uso de testosterona. E assim que virou um profissional da saúde, tornou-se mais criterioso quanto à utilização de substâncias, principalmente em jovens.

“Prefiro nunca indicar, ainda mais como nutricionista. Nunca recomendo, a não ser que conheça os riscos e que pretenda usar por um tempo mais prolongado do que só um ciclo. Não vale a pena, sempre se perde no pós-uso. O alto desempenho físico não é natural, ele vem com um recurso a mais. A reflexão é clara: cuidado com o exagero, não há dose segura, não há como usar sem risco, mas tem formas de amenizá-lo”, acrescenta.

O que a medicina diz?

Para Érika Fernanda de Faria, médica endocrinologista do Hospital Santa Lúcia Norte, da Asa Norte, o maior perigo da normalização é transformar uma intervenção hormonal (com critérios específicos de uso) em hábitos de academia. “Creatina é um nutriente estudado; anabolizante é uma droga hormonal que interfere no cérebro, testículos e ovários, fígado, coração, pele, fertilidade e comportamento”, alerta a especialista. Em jovens, segundo ela, o risco é maior porque o corpo ainda está calibrando o eixo hormonal.

“Esteroides podem desligar o eixo hipotálamo-hipofise-gonadal: o cérebro reduz LH e FSH, os testículos diminuem produção de testosterona e espermatozoides,

