
Educação Física

Gustavo Balbino

**Insatisfação corporal e o uso de esteroides
anabólicos em homens praticantes de
musculação**



Rio Claro
2015

Gustavo Balbino

Insatisfação corporal e o uso de esteroides anabólicos em homens
praticantes de musculação

Orientador: Afonso Machado

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Instituto
de Biociências da Universidade Estadual Paulista “Júlio de
Mesquita Filho” - Campus de Rio Claro, para obtenção do
grau de bacharel em Educação Física.

Rio Claro
2015

796.1 Balbino, Gustavo
B172i Insatisfação corporal e o uso de esteroides anabólicos em homens
 praticantes de musculação / Gustavo Balbino. - Rio Claro, 2015
 42 f. : il.

Trabalho de conclusão de curso (bacharelado - Educação Física) -
Universidade Estadual Paulista, Instituto de Biociências de Rio Claro
Orientador: Afonso Antonio Machado

1. Linguagem corporal. 2. Insatisfação corporal. 3. Vigorexia. 4.
Esteróides anabolizantes. 5. Imagem corporal. I. Título.

Agradecimentos

Agradeço aos membros do Laboratório de Pesquisas em Psicologia do Esporte - LEPESPE - em especial ao Bruno Bember Lofiego.

Agradeço a todos que, de maneira indireta ou direta, contribuíram para o desenvolvimento deste trabalho.

Finalizo meus agradecimentos fazendo uma justa e sincera homenagem aquela que faz jus ao título de professor, e mais nada, orientador: Prof. Dr. Afonso Antonio Machado

Resumo

Atualmente percebe-se um aumento no cuidado com o corpo nos indivíduos de nossa sociedade. O que antes era predominante no público feminino, hoje acomete de igual forma o público masculino. Este aumento tem sido relacionado aos padrões de beleza exigidos e expostos pelo mercado. Os meios de comunicação fortalecem esta ideologia, fazendo desfilar diante o sujeito corpos malhados e sarados. Esta imensa valorização da beleza em nossos tempos contribui no desenvolvimento de inúmeros transtornos relacionadas a imagem corporal.

A vigorexia é um destes transtornos, caracterizado predominantemente em homens, e sendo definido na literatura como “transtorno dismórfico muscular”. Tal transtorno é gerado através de auto percepção distorcida do corpo, a qual o indivíduo vê seu corpo menor do que realmente é, e através disso cria diversas estratégias para aumentar o tamanho deste.

Uma das estratégias utilizadas tem sido o uso de esteroides anabolizantes androgênicos. Tais substâncias auxiliam na síntese proteica muscular, ocasionando assim a hipertrofia. Deste modo, os sujeitos se lançam ao uso no intuito de acelerar seu trajeto ao corpo perfeito. Alerta-se que o uso desenfreado de esteroides anabolizantes androgênicos pode gerar sérios problemas de saúde.

Assim, o presente estudo se justifica na investigação dos mecanismos que atuam diretamente na construção da imagem corporal e no entendimento dos aspectos que norteiam a vigorexia. Como este transtorno se relaciona com o uso de esteroides anabolizantes androgênicos também foi objeto de estudo.

Palavras Chaves: Vigorexia, Esteroides Anabolizantes, Imagem Corporal.

Abstract

We can see a current increase in individuals' body care in our society. What happened predominantly with the female audience, today also affects the male one. This increase has recently been linked to the required and exposed standards of beauty by the consumer's culture. The media reinforce this ideology by exhibiting non-fat, Strong bodies. This huge appreciation of beauty in our time has generated numerous disorders related to body image.

The vigorexia is one of these disorders and it is predominantly characterized in men, and it has defined in the literature as "muscle dysmorphic disorder". Such disorder is generated through a self-distorted perception of the body in which the individual sees his body smaller than it really is, and thereby creates various strategies to increase their body size.

One of these strategies has been the use of anabolic androgenic steroids, such substances assist in muscle protein synthesis, thus leading to hypertrophy. Thus, the subjects are released for use with the sense to accelerate his path to the perfect body. Warning that the rampant use of anabolic-androgenic steroids can lead to serious health problems.

So, this study is justified by the investigation of the mechanisms that act directly in the construction of body image and by the understanding of the aspects that guide the vigorexia and also how it's related to the use of androgenic anabolic steroids.

Keywords: Vigorexia, Anabolic Steroids, Body Image

Sumário

1. Introdução.....	8
2. Objetivo Geral.....	11
3. Objetivos Específicos:.....	12
4. Justificativa	13
5. Revisão da Literatura.....	15
5.2 Complexo de Adônis ou “Vigorexia”	18
5.3 Esteroides Anabolizantes Androgênicos (EAA).....	22
6. Discussão	26
6.1 Vigorexia: Informações, tratamentos, prevenções e cuidados.....	32
7. Conclusão.....	38
Referências Bibliográficas	40

1. Introdução

Atualmente, vemos um grande aumento no número de matrículas nas academias, bem como o aumento pela procura de técnicas e estratégias para a manutenção do corpo aos padrões de beleza exigidos pela sociedade. Os cuidados com o corpo ganharam espaço na veiculação de informação midiática e cada vez mais o slogan do belo se faz recorrente na vida dos sujeitos de nossos tempos. Diante disso, percebe-se que muitos aspectos atravessam o sujeito nesta prática em se colocar o corpo nos padrões exigido. A imagem corporal, os transtornos relacionados a ela, bem como o uso de drogas relacionadas ao corpo são aspectos que perpassam e necessitam de cuidado.

O termo “imagem corporal” não pode ser compreendido somente pela tradução de seus termos. Há, neste conceito, elementos subjetivos que norteiam sua compreensão, sendo ela significada através da relação do sujeito com o ambiente, desenvolvida e ressignificada durante a vida toda (RUSSO, 2005). Assim, nota-se a imagem corporal como um aspecto subjetivo ao indivíduo, porém podendo ser interferida pelo meio em seu processo de construção.

Neste desenvolvimento da imagem corporal, a qual se identifica as artimanhas da sociedade em expressar como consumo um corpo belo, as vitrines do belo desrespeitam as diversas particularidades dos indivíduos, sendo alguma delas: etnia, cultura, socioeconômicas e socioculturais (ALVES et. al, 2009). Assim diante a essa homogeneização do padrão do corpo, muitos sujeitos se veem capturados pelos modelos idealizados e iniciam todo um trabalho de readequação do corpo ao padrão almejado. Esta dinâmica traz o corpo magro para as mulheres e o musculoso para os homens como modelos de exaltação na contemporaneidade (ALVARENGA et. al. 2010).

Com a busca pela adequação do corpo ao padrão do belo, os sujeitos acabam por desenvolver diversos transtornos relacionados a imagem corporal, sendo a anorexia e a bulimia as mais comuns em mulheres e a vigorexia em homens (SAIKALI et. al., 2004). A vigorexia se apresenta ao público masculino por ser um transtorno relacionado a uma percepção do corpo menor ao que ele

realmente é. Ou seja, isso é movido através das percepções do forte, do musculoso e do sarado como sinônimo de sucesso e masculinidade (FERREIRA et. al. 2009).

A vigorexia é uma psicopatologia que data das últimas décadas. Predominantemente acometia atletas de fisiculturismo e levantamento de peso, mas que recentemente acomete os mais diversos públicos. É predominantemente identificada no público masculino, mas não exclusivamente, podendo acometer pessoas dos 18 aos 65 anos (FALCÃO, 2008, POPE JR. et. al. 2000, PEYRÓ, 2006).

Os indivíduos com vigorexia muitas vezes demandam horas de seus dias com treinamentos intensivos de hipertrofia e redução de gordura. Se restringem a dietas específicas no intuito de colaborar com o objetivo de ficar maior e mais forte. Em muitos casos, somente o treinamento e a dieta não são suficientes para suprir as instantâneas necessidades de crescimento do vigorexo, obrigando a inserir em seu planejamento o uso de esteroides anabolizantes no intuito de acelerar o seu caminho na busca do corpo maior e mais forte (PEREIRA, 2009).

Pope et. al. (2000) trás ainda que os indivíduos com vigorexia acabam por evitar ambientes sociais, restringem relacionamentos amorosos por evitarem se colar a mostra e entende que uma “vida social” pode atrapalhar seus planejamentos. Andreola (2010) ainda acrescenta que os sujeitos com vigorexia se mostram excessivamente preocupados com a aparência, são insatisfeitos com o tamanho de suas musculaturas e apresentam uma busca desenfreada pelo corpo perfeito. Por fim, Severiano et. al. (2010) diz que os sacrifícios para o corpo desejado implicam em dor, tempo e dinheiro ao modo que o objetivo principal seja admiração e reconhecimento.

Os primeiros grandes usos dos EAA ocorreram nos jogos olímpicos nos períodos entre a década de 70, onde as potências esportivas administravam hormônios sintetizados em seus atletas no intuito de aumentarem seus desempenhos. Após a proibição dos EAA em eventos esportivos, seu uso se deslocou para o público de praticantes de academia. Visto que os EAA estimulam a síntese proteica muscular, desempenhando assim seu papel de hipertrofia, tal substância se mostrou facilitadora nesta busca pelo corpo forte e musculoso.

Os prejuízos nesse deslocamento estão primeiramente relacionados aos meios de compra que os EAA estão implicados a esse grupo. Sendo proibido seu comércio sem receitas médicas, muitos dos usuários acabam por conseguirem as substâncias através do mercado negro, onde a procedência e qualidade são duvidosos (BARQUILHA, 2009). O uso indiscriminado de EAA pode também trazer sérias preocupações à saúde, sendo os principais: câncer hepático, impotência e atrofia testicular para os homens, e para as mulheres, alteração ou ausência no ciclo menstrual, alteração na voz, hipertrofia clitoriana e crescimento de pelos, deste modo nota-se o quanto de risco está presente nesta relação do sujeito com o EAA (RIBEIRO, 2001). Diante a esses riscos que o uso de EAA traz percebe-se o cuidado necessário que se deve ter com o indivíduo que apresenta quadros de vigorexia. Pereira (2009) expressa que além da conscientização, é necessário também todo um acompanhamento psicológico ao indivíduo com este transtorno e que o uso de antidepressivos pode apresentar resultados positivos.

Mediante as idealizações do belo impostas em nossa sociedade, o aparecimento de transtornos relacionados à imagem corporal, o surgimento de diversas estratégias e de drogas que aproximam o sujeito desta idealização, percebemos que se faz necessário investigar e conscientizar acerca destes aspectos que atravessam o sujeito em sua relação com meio e com o social.

2. Objetivo Geral

- Correlacionar a insatisfação corporal, a vigorexia e o uso de esteroides anabolizantes androgênicos em praticantes de musculação do sexo masculino.

3. Objetivos Específicos:

- Investigar os mecanismos que atuam diretamente na construção da imagem corporal;
- Entendimento dos aspectos que norteiam a vigorexia;
- Relacionar a vigorexia com o uso de EAA, bem como suas implicações no indivíduo;

4. Justificativa

Estima-se que a insatisfação corporal acometa entre 17,4% a 82% da população brasileira (BOSI et. al., 2008; PINHEIRO & GIUGLIANI, 2006; apud QUADROS et. al., 2010).

Sabe-se, por estudos realizados pelo Centro Brasileiro de Informações sobre Drogas Psicotrópicas (CEBRID), que o consumidor preferencial de EAA está entre 18 e 34 anos de idade e, em geral, é do sexo masculino. Pode-se estimar que 1% da população brasileira entre 18 e 65 anos já utilizou pelo menos uma vez na vida os EAA (CEBRID, 2005).

Em um comparativo entre os anos 2001 e 2005, pode-se estimar que a população usuária de EAA triplicou e que a estimativa, em 2005, era de que 2,1% dos homens (497 mil) já tivessem utilizado os EAA pelo menos uma vez na vida (CEBRID, 2005).

Comparando com as estimativas de Pope Jr. e colaboradores (2000), os Estados Unidos estaria com uma população usuária de EAA quase seis vezes maior que a brasileira, entre 2 e 3 milhões de usuários. Há pesquisas que revelam que a utilização desses EAA nos Estados Unidos vem ocorrendo inicialmente por volta dos 15 e 18 anos, e que visam sua utilização para maximizar seu rendimento esportivo (RIBEIRO, 2001, apud FERREIRA et. al., 2007).

Seu uso nas academias se dá pela constante insatisfação com a imagem corporal de seus praticantes, visando um enquadramento ao padrão ideal da sociedade ocidental (musculoso e definido) e pelo contato com usuários, que aconselham os iniciantes a também fazerem uso para reverter esse mal-estar gerado por sua insatisfação corporal. Com isso, cada vez mais se restringem ao universo das academias, das dietas e dos anabolizantes, no intuito de modificar o quadro corporal em que se encontram, e, em casos mais extremos, como é o caso da vigorexia, deixando de se sociabilizar.

Segundo Iriart e Andrade (2002), o uso dessas substâncias encontra seu pico nos meses que antecedem as grandes datas festivas no país, como o réveillon e o carnaval, onde o objetivo dos praticantes de

musculação e usuários de EAA é *“estar com o corpo bem desenvolvido para ser exibido no verão”*.

Sendo assim, justifica-se este estudo na crescente insatisfação corporal da população diante de seus corpos, agravando ainda mais distúrbios de imagem como a vigorexia. Esta população, muitas vezes, faz uso de esteroides anabolizantes androgênicos sem conhecimento dos seus agravantes.

5. Revisão da Literatura

5.1 Imagem Corporal (IC)

Na atualidade o termo “imagem corporal” ultrapassou os limites da ciência e se faz intensamente presente no cotidiano da sociedade. Salões de beleza e academias estão lotados para suprir as exigências de uma idealização do corpo. Estereótipos são montados e desmontados para atender uma forte demanda do mercado, os meios de comunicação e mídia fortalecem esta demanda criando uma poderosa padronização em nossa estética corporal. O grau de satisfação e insatisfação com a imagem corporal são medidos sobre fortes padrões impostos pelo “mercado do corpo”, que vende uma beleza desigual para os diferentes tipos de corpos presentes nesta vasta sociedade de consumo.

De acordo com Slade (1994, apud QUADROS et al, 2010), a imagem corporal pode ser definida como uma ilustração que se tem na mente acerca do tamanho, da aparência e da forma do corpo, assim como das respostas emocionais a ele associados. A formação da imagem corporal está relacionada ao grau de precisão com que o tamanho do corpo é percebido e ao nível de satisfação ou rejeição corporal. Diante esta definição, consegue-se perceber o conceito de imagem corporal como um aspecto que atravessa o sujeito em sua construção perante a realidade.

Essa imagem criada na mente do sujeito muitas vezes pode ser gerada sofrendo algumas distorções. A ideia que o indivíduo tem de si não é a mesma da real imagem que seu corpo contém, podendo assim o sujeito se reconhecer mais gordo do que seu corpo realmente é, ou mesmo o contrário deste exemplo. Essa insatisfação com a imagem corporal pode trazer diversos distúrbios mentais ao sujeito (FREIRES, 2013). Bruch (1962, apud SAIKALI et al.; 2004) foi o primeiro a desenvolver uma teoria sistêmica a respeito da imagem corporal com os transtornos alimentares. Diante desta relação entre imagem corporal e os transtornos alimentares, consegue-se perceber o quanto uma imagem distorcida do corpo pode desenrolar diversos transtornos, ao passo que a realidade deste sujeito, fica também comprometida.

Segundo Petroski, Pelegrini e Glaner (p. 1072, 2012)

“A imagem corporal pode ser conceituada como uma construção multidimensional, e pode ser vista como a relação entre o corpo e a pessoa, como ela sente, pensa e se comporta de acordo com sua imagem, através de processos cognitivos como crença, valores e atributos individuais”.

Diante desta definição dos três autores, é possível compreender a influência que a imagem corporal exerce sobre o indivíduo e o quanto esta influência está diretamente relacionada com a interação do sujeito com o meio. A imagem construída a partir daquilo que o sujeito sente e pensa muito compromete o seu comportamento e sua relação com o meio. Numa desassociação da imagem corporal com a real imagem do corpo podem ser encontrados diversos problemas de sociabilidade, e em casos mais extremos um total fechamento do indivíduo para as relações sociais.

A ideia de a imagem corporal ser uma construção multidimensional, a qual os autores trazem, ajuda no entendimento e na visualização dos fatores que atravessam a construção da imagem corporal. É possível então perceber que não é somente a atitude individual que constrói a imagem corporal, nesta construção perpassam outros aspectos como: influência midiática, estereótipos, mitos, cultura, crenças, valores e entre outros aspectos que estejam ligados nessa construção multidimensional da imagem corporal.

Estudos recentes que investigam a relação da imagem corporal na fase da adolescência, bem como sua satisfação e insatisfação, trazem como resultados um aumento significativo da insatisfação com o corpo neste período de desenvolvimento do sujeito. A adolescência uma fase marcada por modificações fisiológicas como alterações hormonais e modificações físicas como a maturação dos órgãos reprodutores, aumento de massa muscular, aparecimento de pelos e surgimento de características de diferenciação de gêneros, também é um período em que o indivíduo inicia a formação de sua imagem corporal. Neste desenvolvimento de sua imagem corporal, o adolescente, muitas as vezes desorientado, acaba se fixando aos padrões de beleza imposto pela sociedade para assim criar sua imagem corporal, o que muitas vezes pode não condizer com seu fenótipo, obrigando-o a iniciar uma incessante busca para encaixar seu corpo nesta

sua imagem distorcida pelos estereótipos fornecidos pelos padrões de beleza. (PETROSKI et. al. 2012; CONTI et. al. 2010)

Acerca da criação de estereótipos que elevam a beleza a um patamar inalcançável Derenne e Beresin (2006, apud QUADROS et al. p. 79, 2010) diz que “os meios de comunicação em massa têm um papel fundamental no estabelecimento de um “padrão de beleza” da população”. As exposições de corpos “perfeitos” nos meios de comunicação exercem uma enorme influência sobre a imagem corporal. É como se fosse comunicado aos sujeitos o modelo de corpo necessário para se estar na sociedade. Através desta dinâmica de mensuração da beleza, a imagem corporal do indivíduo se anexa ao padrão imposto pela mídia e direciona o sujeito a uma busca implacável para encaixar o corpo neste modelo idealizado de corpo belo.

Nesta assiduidade em tornar o corpo um padrão é que se encontram os distúrbios de imagem corporal. Muitas das vezes os sujeitos veem em sua rotina elementos que os distanciam de sua imagem corporal, com isso assumem posturas que muitas vezes danificam suas relações sociais e também realizam atitudes que colocam suas vidas em xeque. Essa idealização ao corpo belo na atualidade, faz presente o surgimento de transtornos relacionados a imagem corporal como a bulimia, anorexia e vigorexia (PEREIRA, 2009).

Diante a toda revisão acerca da imagem corporal, é possível notar o real peso e influência na formação do sujeito na sociedade atual. Intui-se também que os meios de comunicação desempenham um papel fundamental no aparecimento de transtornos mentais relacionados a imagem corporal, colocando os indivíduos defronte a perigosas armadilhas com seu corpo.

5.2 Complexo de Adônis ou “Vigorexia”

Com o frequente bombardeio dos padrões de beleza impostos pelos meios de comunicação sob a construção da imagem corporal dos sujeitos, houve o aparecimento de diversos transtornos relacionados a imagem corporal. Os primeiros aparecimentos de tais transtornos foram mais evidentes no público feminino trazendo para a literatura científica o aparecimento de conceitos acerca destes transtornos como é o caso da anorexia e da bulimia (CORDAS E CLAUDINO, 2002). As patologias foram primeiramente diagnosticadas ao grupo de mulheres por evidenciar que neste grupo apresenta-se uma maior predisposição a ceder aos padrões perfeitos impostos pelo mercado, bem como uma forte alienação ao modelo magro de corpo.

O aparecimento de distúrbios no público feminino inclinou pesquisadores a procurar em grupos masculinos distúrbios relacionados a imagem corporal. Pope Jr. et al. (2000) constatou o aparecimento de um transtorno dismórfico muscular no público masculino, a qual o autor chamou primeiramente de “anorexia reversa” e após a publicação de seu livro, adjunto a colaboradores, “O Complexo de Adônis” em 2000, utilizou o título para nomear o transtorno dismórfico muscular. Neste livro o autor utilizou da mitologia grega de Adônis para figurar o impacto dos padrões de beleza na condição do homem em nossa sociedade. Neste mesmo livro o autor faz aparecer o conceito de vigorexia para também representar esse transtorno dismórfico muscular.

Segundo Pope et al. (2000, apud PEREIRA, p. 7, 2009) a vigorexia traz às pessoas uma obsessividade com sua imagem corporal, atuando fortemente no tamanho e definição muscular, gerando assim uma frenética busca por um corpo mais musculoso e definido. Através dessa definição, percebe-se sobre quais mecanismos este transtorno se sustenta. O sujeito, quando se defronta com o espelho, se vê inserido num sentimento de insatisfação onde ele se percebe distante de sua auto imagem corporal construída. Para Graves e Welsh (2004, apud PEREIRA 2009) a vigorexia se caracteriza como algo multifactorial que engloba predisposições genéticas, socioculturais e personalidade, mas que não se pode

negar que a mídia também desempenhe um papel crucial no desenvolvimento deste distúrbio.

De acordo com Harvey e Robison (2003, apud FREIRES, p. 37, 2013) “Nas últimas décadas ocorreu uma transformação no modo como o homem vê e pensa seu próprio corpo”. A constatação trazida pelos autores evidencia uma nova ótica que tem se instaurado em nossos tempos e que reorganiza as relações do sujeito masculino com seu corpo. Nesta nova reorganização, as definições de força e tamanho são valorizadas acerca de outros aspectos que também perpassam no desenvolvimento do corpo como um todo.

A atenção, especificamente para a força e tamanho, vem como resposta a um problema evidenciado por alguns autores como a “masculinidade ameaçada” (POPE et al. 2000, apud PEREIRA 2009). Este sentimento social provém da reestruturação que a pirâmide social sofre nos últimos tempos de nossa sociedade. No decorrer da história, os homens sempre tiveram sua masculinidade relacionada as tarefas exercida por eles na sociedade. Atividades como caçar, pescar e oferecer proteção estavam diretamente relacionadas ao fazer do homem. Com isso se atrelou a todas as essas práticas um sentimento de masculinidade acerca delas.

No desenvolvimento da sociedade contemporânea, os afazeres que antes eram somente da prática de homens passaram a fazer parte das atividades femininas. Neste processo de divisão de afazeres, presente na contemporaneidade, o homem, nesta perda de espaço, viu sua masculinidade ameaçada, como se não fosse mais possível possui-la tal qual anteriormente diante a esta divisão de espaço com as mulheres. A remediação para este desconforto, gerado pelo sentimento de perda da masculinidade, ocorreu na valorização da força e do tamanho do corpo masculino. Foi encontrado um meio a qual o homem pudesse se apegar para então reencontrar a sua masculinidade tão ameaçada nos tempos de hoje. De grosso modo esta valorização da força e do tamanho carrega consigo a ideia de que a mulher pode fazer tudo que o homem faz, mas jamais conseguirá a força e o tamanho que são permitidos ao público masculino (PEREIRA, 2009).

Estudos feitos para analisar tal reagrupamento da posição da masculinidade na sociedade têm evidenciado um aumento na publicidade de

informações atrelada ao treinamento do corpo para os fins de aumento de tamanho e força (CESARO, 2013).

Um outro estudo feito por Pope Jr (2000, apud PEREIRA 2009) verificou as dimensões das musculaturas de bonecos e figuras de ação, utilizados como brinquedos principalmente por meninos. O resultado trouxe dados alarmantes, os escores obtidos pela mensuração das dimensões de musculaturas dos brinquedos ultrapassou as medidas dos *bodybuilders*, que inicialmente foram usadas como parâmetros para a confecção desses brinquedos. Tal estudo apresenta uma das diversas formas de se construir na sociedade este pensamento de que quanto maior e mais forte o homem for, mais propício a fazer parte da sociedade este ele está.

Diante desta idealização do corpo junto a “masculinidade ameaçada” citada anteriormente, muitos homens se desdobram para atender as exigências que lhe são atribuídas aos seus corpos. Nesta dinâmica reconhece-se a presença de distúrbios como a vigorexia. Com uma inalcançável ideia de imagem corporal, estes homens partem para praticas muitas vezes depreciativa ao próprio corpo e também à suas relações interpessoais.

De modo direto, a necessidade de se ter um corpo mais musculoso e forte obriga o indivíduo a procurar espaços que possibilitem a realização de treinamentos voltados para a hipertrofia, como exemplo as academias. Decorrente a busca implacável pela conquista de sua imagem corporal, esses indivíduos acabam depositando em seus treinamentos uma motivação fora do normal, gerando consequentemente uma dependência a prática de exercícios voltados para o ganho de massa muscular. Nesta dependência os sujeitos se desprendem dos cuidados necessários com a saúde e inserem seus corpos a treinamentos demasiadamente intensos, que muitas vezes mais ferem do que auxiliam.

Nestes incessantes treinamentos e ainda na busca (infinita) por um corpo maior e mais forte, os sujeitos se veem atentados a tomar outras medidas além do exercício físico para alcançar seus desejados fins. É neste ponto que o aparecimento do uso de esteroides anabolizantes se faz como auxiliador no processo de aumento monstruoso das medidas musculares e antropométricas. Há muito o que se advertir sobre o uso de esteroides anabolizantes. Desinformação,

recrutamentos de profissionais fora da área e mal uso destas substâncias é a junção perfeita para se colocar o corpo sob grande perigo (BARQUILHA 2009).

Esta zona de perigo que muitos vigorexos se encontram propicia o aparecimento de problemas decorrentes deste distúrbio. O primeiro deles é o aparecimento de lesões musculares e articulares, ocasionadas pelas intensas rotinas de treinamento. O vigorexo, se desprende dos avisos de seu corpo diante a tamanhas séries de treinamento e dá atenção somente ao seu real objetivo o de ficar maior e mais forte. Os usos desenfreados de esteroides anabolizantes aumentam os riscos sob o corpo trazendo problemas além dos musculares e articulares como também problemas cardíacos, renais, hepáticos além de muitos outros (PEREIRA, 2009).

No campo das relações interpessoais, a vigorexia também traz diversos malefícios. Para atender as necessidades que as rotinas de alimentação, treinamento e utilização de esteroides demandam, o vigorexo acaba colocando em xeque muitas das suas relações sociais. Para que sua busca ao corpo perfeito não seja atrapalhada o indivíduo se fecha em seus próprios hábitos de treinamento, não deixando espaço para qualquer outro tipo de interação social que possa desvia-lo de sua meta.

Diante destes diversos conflitos que o sujeito com vigorexia enfrenta e através desta revisão de literatura, alguns estudos intuem que o tratamento para a vigorexia seja através de terapias cognitiva-comportamental, e que para casos mais extremos de vigorexia o uso de antidepressivos seja uma possibilidade que tem apresentado resultados positivos (POPE et al 2000, apud PEREIRA 2009).

Deste modo não é de se espantar que tal reorganização da estética corporal masculina, bem como os efeitos da masculinidade ameaçada, possa fazer surgir distúrbios tais como complicações na construção da imagem corporal de sujeitos da nossa sociedade. Identifica-se a vigorexia como um distúrbio provindo da modernidade, que fora construída através de uma idealização do belo. Nos tempos atuais, é um distúrbio que se fortifica com o apoio que os mecanismos de comunicação dão para esta idealização.

5.3 Esteroides Anabolizantes Androgênicos (EAA)

Hormônios são substâncias químicas produzidas naturalmente pelo corpo, ou sintetizadas artificialmente em laboratórios, como é o caso dos EAA. Seu papel é o de regular funções metabólicas do organismo. Quando tais substâncias, excretadas por seus produtores, caem na corrente sanguínea e chegam as células alvo, exercem respostas fisiológicas como anabolismo e catabolismo. Os hormônios, com base nas suas estruturas químicas, podem ser dos seguintes grupos: aminas, proteicos e peptídeos, e esteroides derivado do colesterol. Outro modo de se classificar os hormônios é através de sua solubilidade, os lipossolúveis são: Hormônios esteroides e tireoidianos. E os hidrossolúveis são: Adrenalina, Noradrenalina, peptídicos e proteicos. (CUNHA; MOURA; MARCONDES; 2004)

Os esteroides androgênicos referem-se aos hormônios sexuais masculino, sendo o mais conhecido a testosterona, onde a maior parte de sua produção se dá nos testículos pelas células de *Leydig*. As glândulas supra-renais, por pouco que seja, também realizam a síntese de testosterona. Nas mulheres também há a presença de testosterona, mas em menor concentração e sua produção se dá nos ovários.

Os EAA são substâncias produzidas artificialmente, semelhantes ao hormônio masculino testosterona. O uso destas substâncias acarretam no aumento da massa muscular através da hipertrofia, do acúmulo de líquido na musculatura e também no aparecimento de caracteres masculinos. O aumento de massa se dá, além da retenção de líquido, por causa do aumento na capacidade do organismo em absorver proteína. (SOUZA, 2007, apud PEREIRA 2009).

A testosterona exógena foi descoberta em meados de 1930 pelo Dr. Charles Kochakian, considerado o pai dos EAA. Deste então, sua utilização tem sido feita para fins terapêuticos e experimentais, servindo potencialmente para o tratamento de diversas doenças como: Hipogonadismo, casos de anemia, puberdade retardada, politraumatismo, entre outras diversas doenças.

O primeiro fato de grande uso de EAA se deu no período da segunda guerra mundial, onde soldados, além de utilizarem a substância para tratamento

médico, também usufruíam na intenção de aumentar a agressividade nos campos de confronto. O maior uso, com o intuito de aprimoramento das capacidades físicas, aconteceu no período da “corrida olímpica” gerado pelo clima da Guerra Fria. Nesta época atletas de grandes polos olímpicos utilizavam dos EAA para se sobressair nas competições. Primeiramente foram administrados em atletas de esportes a qual a capacidade de força física fazia total diferença. Após o sucesso nas modalidades de força, os EAA passaram a ser utilizados em demais modalidade. O COI (comitê olímpico internacional), somente em 1976, nas olimpíadas de Montreal, criou o primeiro controle a uso de EAA por atletas olímpicos (FERREIRA et. al., 2007).

Tal atenção ao uso destas substancias pelos atletas acabou gerando para a mídia diversos escândalos de medalhistas olímpicos que usufruíam de EAA, o caso mais notório, e que teve repercussão mundial, foi o do corredor canadense Ben Johnson, que foi pego no doping através da substancia “*estanozolo*”. Um outro caso que também teve bastante notoriedade foi o do ciclista americano Lance Armstrong, campeão de diversas provas e internacionalmente conhecido pelos seus êxitos na mais renomada prova do ciclismo, o “*tour de france*”.

O aparecimento do uso de EAA por atletas, principalmente nos praticantes de fisiculturismo e levantamento de peso, acarretou no surgimento do uso em indivíduos que praticavam atividade física com fins recreativos e estéticos. Nesta situação a utilização dos EAAs recebe a função de auxiliar no treinamento de força, na busca por aumento da musculatura e na queima da massa lipídica.

Esta procura pelos EAA que também acometeu os praticantes de atividade física, porém traz diversos problemas consigo. Sendo a compra legal destas substancias feita através de receitas médicas, muitos dos praticantes, por não conseguir tais receitas, acabam partindo para o comercio destas substancias no “mercado negro” sem quaisquer orientações de um profissional. Portanto, acabam usando estas substancias de modo errado, ou em casos mais sérios consumindo EAAs de procedências e qualidades questionáveis.

No estudo de Barquilha (2009), jovens da cidade de Bauru foram submetidos a um questionário que tentava analisar a maneira como usuários de EAA conseguiam tais substancias. A pesquisa traz dados bastantes preocupantes: mais da metade dos entrevistados assumiu conseguir as substancias em farmácias,

mesmo sendo proibida a venda sem prescrição médica. Uma outra parcela assume que adquire os EAA através de amigos e em lojas de suplementos. O estudo também traz um fato curioso: o de que muitas receitas médicas estão sendo falsificadas ou somente assinadas e entregues em branco possibilitando que os próprios usuários façam suas prescrições.

Se a utilização de EAA pela medicina necessita de muito acompanhamento, atenção e mesmo assim pode oferecer riscos aos pacientes, o uso destas substâncias provindas do mercado negro por praticantes de atividade física, apresenta um risco potencialmente maior. Pereira (2009) aponta diversas complicações físicas que o uso não orientado e indiscriminado de EAA pode trazer ao usuário como: Doenças coronárias, hipertensão, tumores hepáticos, entre outros. Devido ao desregulamento dos hormônios sexuais, também se faz comum o aparecimento das seguintes mudanças: aumento da próstata e atrofia testicular em homens, e nas mulheres alteração na voz e hipertrofia do clitóris.

Outros estudos também discutem acerca dos riscos do uso irresponsável de EAA e associação a problemas psicológicos enfrentados pelo usuário. São apresentados alguns como: alteração de humor, irritabilidade, agressividade, prejuízo de julgamento e mania de grandeza (BARQUILHA, 2009, QUADROS, 2010; SANTOS, 2012; PEREIRA, 2009).

Um outro estudo vai além e buscou investigar os prejuízos psicológicos que o usuário enfrenta tanto em picos de uso quanto em períodos de abstinência, concluindo que:

Os principais quadros associados ao uso de EAA envolvem sintomatologias psicóticas e maníaco-depressivas na vigência do seu uso e sintomas depressivos aquando da sua abstinência. (POPE et. al., 2004; apud PEREIRA, p. 22, 2009)

Diante desta revisão, nota-se a necessidade de cautela mediante a utilização de esteroides anabolizantes androgênicos, tanto para fins medicinais quanto esportivos e recreativos. Entende-se também que os padrões de beleza, muito apoiados pelos mecanismos de comunicação, tem direcionado cada vez mais sujeitos ao uso indiscriminado, além de dificultar uma necessária conscientização acerca do uso de EAAs.

6. Discussão

Após exposição de alguns dos conceitos que cercam a imagem corporal, a vigorexia e o uso de esteroides anabolizantes, partiremos agora para uma análise do modo como estes indivíduos estão aplicados e situados na sociedade. Visto que uma distorção da autoimagem corporal possa fazer surgir o aparecimento do transtorno dismórfico vigorexia, gerando como consequência o uso de EAAs, tentaremos prever também quais são os fatores que atravessam e se chocam nesta intensa busca do sujeito em colocar seu corpo nas abstrações geradas por sua autoimagem.

Nesta dinâmica onde se encontram amarrados todos esses fatores relacionados a vigorexia, percebemos o corpo como uma matéria que sente e cria significações através de seu movimento na vida. Deste modo, percebemos o quanto esses aspectos ligados diretamente ao corpo podem comprometer a situação e ação deste na sociedade. Entendemos que no corpo atravessam dois tipos de relação: a do sujeito com o mundo e a do sujeito com o outro. Em relação ao mundo, o sujeito cria seus símbolos, bem como se identifica e se situa neste campo. Já na relação com o outro, o sujeito se inclina para a produção de sentidos bem como para a construção de conexões com esses “outros” sujeitos.

De acordo com Ferreira et. al. (2005), o corpo é visto como algo complexo que gera para si sentimentos, sensações e pensamentos, expressando todo um movimento da vida, possibilitando que se crie para a história uma densidade e consistência. Essa definição do autor nos permite perceber a força que contem o corpo em sua prática com vida, ao modo que também seja possível compreender que as construções geradas por esse corpo não só tenham consequências no campo singular do indivíduo, como também desenvolvem toda uma expressão e diálogo com a realidade, bem como nas relações sociais presentes nesse território.

Sendo o corpo a matéria ativa nessa relação com o outro e com o mundo, já se pode relacionar o quanto uma autoimagem distorcida da realidade tem a gerar dificuldades nesse diálogo do sujeito com o mundo e com o outro. Este conflito com a própria imagem é acometido através de uma dificuldade do indivíduo em perceber e lidar com seu corpo perante a sociedade. Ferreira et. al. (2005) ainda conclui em

seu estudo acerca da obsessão masculina pelo corpo belo, de que o homem ultimamente tem encontrado muitos problemas ao ver e lidar com seu corpo, e que isso tem sido gerado através de muitos mitos e preconceitos criado acerca de seu próprio corpo.

Entendemos que tais preconceitos e mitos que norteiam e atrapalham a construção da imagem corporal estão relacionados a uma cultura produzida e ansiada em nossa atualidade. Cultura esta que já se encontra presente antes mesmo do individuo ser colocado no mundo, e é construída sobre fortes representações de idealização. Esses mecanismos de idealização acabam por muitas vezes capturando diversos aspectos que atravessam a construção do sujeito. Através desta cultura é ditado, de forma imperativa, todo o movimento do individuo.

A cultura apresenta poderosamente uma enorme rotulação dos corpos nos sujeitos em nossa sociedade. É prescrito através dela o modo como o corpo masculino e feminino devam estar presentes na sociedade, sendo respectivamente um corpo forte e grande para os homens e um corpo delicado e magro para as mulheres. Nesta enorme diferenciação do estereótipo feminino e masculino é possível perceber toda uma dinâmica de poder que cerca essa idealização dos corpos, uma vez que fica nítida nessa diferenciação aspectos históricos atrelados a uma sociedade construída através do patriarquismo, onde se coloca a mulher e seu corpo como algo subalterno ao corpo masculino.

Ainda nos estudos de Ferreira (2005) trazemos uma constatação valiosa do autor acerca do papel, bem como as consequências, desta cultura de nossa atualidade:

Assim, a cultura determina aspectos do nosso corpo, tornando-se necessário examinar os modos particulares de como isso processa-se em diferentes sociedades, levando-se em conta também o papel das imagens sobre nossas percepções de corpo e os modos como a construção das identidades depende da construção das imagens do corpo.

No decorrer da história da humanidade, a forma como os homens e as mulheres trataram e continuam tratando o corpo revestiu-se e reveste-se de uma quase total irracionalidade. Percebe-se essa, numa certa padronização, estabelecida por diferentes critérios em diversos momentos da história, assim, em todas as épocas, a

sociedade determinou e privilegiou um tipo de corpo.(FERREIRA et. al. 2005, p. 168)

Diante a esta constatação, percebe-se que durante todo o trajeto do homem sobre o mundo foi criada, carregada e transformada uma cultural que também desempenhou um papel atuante no movimento do homem sobre o mundo. Não ficando preso aos diversos tipos de corpos que se firmaram como modelos na história da sociedade, nos atentamos, nessa discussão, em analisar somente o modelo de corpo que vem sendo criado e sustentado nos tempos atuais.

Este modo de se fazer corpo, a qual a cultura de nosso tempo tem nos direcionado, apresenta uma extrema e intensa exaltação das medidas corporais. Deste modo, essa idealização cria para a sociedade uma estreita mensuração e validação do corpo belo. Decorrente disso começam a surgir inúmeras formas de se fazer “possível” o encaixe do corpo aos padrões tão exigidos. Assim, nossa época fica marcada pelo aparecimento de incontáveis estratégias relacionadas a nutrição, treinamento e medicação que aproxime o sujeito de seu objetivo nessa busca por um *status* de belo na sociedade. É nesse ponto em que nossa pesquisa se justifica, no aparecimento de transtornos relacionado a imagem corporal, a constatação do surgimento do complexo de adônis e o uso desenfreado de esteroides anabolizantes são indicativos consequentes dessa idealização do corpo.

Nesta busca, muitas as vezes “cega”, pelo corpo belo vemos os sujeitos de nossos tempos cada vez mais acometidos por um sentimento de impotência mediante a sua imagem corporal. Visto que os padrões de beleza se relacionam diretamente com o *status* de sucesso na sociedade, faz surgir o aparecimento de diversas insatisfações atrelada a autoimagem do indivíduo. Estima-se que 17,4% a 82% da população brasileira esteja insatisfeita com sua imagem corporal (BOSI et. al., 2008; PINHEIRO & GIUGLIANI, 2006; apud QUADROS et. al. , 2010).

Outro estudo, o de Quadros et. al. (2010), selecionou um grupo de 2290 universitários da região Sul do Brasil e investigou níveis de insatisfação corporal presentes nesse publico. A pesquisa constatou que 77,6% das pessoas estudadas apresentavam insatisfação com sua imagem corporal. Indo além, o mesmo estudo mostra que os homens têm predisposição para atrelar sua insatisfação corporal com a magreza. Diante disto, pesquisadores relacionaram os resultados acerca da

magreza com os imc desses indivíduos e obteve como resultados que grande parte dos indivíduos apresentavam seus imcs nos padrões normais.

Assim, é possível perceber o aumento excessivo pela procura de espaços para a prática de atividade física, como academias, parques e clubes, como um fenômeno que se faz presente atualmente e que muito dialoga com os dados apresentados acerca da insatisfação corporal. Uma vez que o sujeito não percebe seu corpo da mesma forma que sua autoimagem, a procura por atividade física se faz necessária no intuito de sanar, através da prática de atividade física, todas as características de seu corpo que o afastam de sua percepção ideal.

Tal procura aos espaços de pratica de atividade física neste primeiro momento não apresenta qualquer problematização, uma vez que entendemos que seja necessário e benéfico para qualquer individuo a prática de atividade física. Os problemas começam a surgir num segundo momento, onde o sujeito passa a questionar a eficácia da atividade física em seus objetivos e passa a recrutar de outras estratégias que possam acelerar e potencializar este trabalho na conquista de sua meta.

Assim, começam a surgir novas possibilidades de treinamento, nutrição e medicamento. O preocupante nisso tudo é que a grande maioria dessas possibilidades desempenham atenção somente no objetivo do individuo, sem se atentar as questões de saúde, que muitas vezes estão seriamente comprometidas nessas possibilidades. É neste cenário que o uso de esteroides anabolizantes se faz presente.

Dados obtidos através do CEBRID, Centro Brasileiro de Informação sobre Drogas Psicotrópicas, demonstra que a idade preferencial para o uso de EAAs está entre os 18 e 34 anos e que 1% da população brasileira já utilizou pelo menos uma vez destes medicamentos (CEBRID, 2005).

Esta pesquisa nos mostra dados alarmantes e também nos traz uma segunda constatação acerca da idade dos usuários de EAA. Se englobando a uma parcela jovem, o uso de EAA se torna preocupante por identificarmos nesse grupo uma maior predisposição para assumir ações instantâneas para sanar sua insatisfação com a imagem corporal. Assim, presume-se que estes jovens não

meçam os esforços nem as consequências, acabando por se colocar em situações que muitas as vezes colocam seus corpos em risco, como é o caso do uso abusivo de EAA, bem como o desrespeito aos períodos de utilização dos medicamentos.

Partindo destes indicativos esse crescente de usuários de EAA se dê pela facilidade com que tais medicamentos têm sido comercializados. Visto que pela legislação brasileira o comercio destas substancias seja realizado somente em locais regulamentados e mediante a apresentação de receitas médicas, a enorme busca por esses medicamentos acarretou no surgimento de diversas possibilidades de se conseguir as substancias “por de baixo dos panos”, sendo algumas dessas formas: Receitas médicas em branco, farmácias de manipulação, lojas de suplemento alimentar e através de vendedores particulares.

Vale ressaltar que todas essas possibilidades de obtenção dos medicamentos acontecem por meio do mercado negro, uma vez que tal prática é vista como ilegal em nosso país. O CEBRID nos fornece outro alertar com uma pesquisa de 2001 que investigou, através dos entrevistados, a facilidade de se conseguir os EAA, a pesquisa constatou que 50% dos entrevistados julgavam ser muito fácil a obtenção destas substancias (CEBRID, 2002).

Onde antes o uso de EAA era predominantemente encontrado nos meios esportivos por propiciar uma melhora nos resultados, principalmente no fisiculturismo e levantamento de peso, os tempos atuais, com essa massificação do padrão de beleza, acabou por direcionar praticantes recreacionais de academias também para o uso destas substancias. Essa reestruturação de usuários de EAA traz uma enorme diferença quando olhamos para a intenção do uso. O que para os esportistas teria como fim um melhoramento de seus escores, para o publico recreacional de academias o uso se justifica pelo fim estético.

Soler et. al. (2013) realizou um estudo que comparou os níveis de vigorexia, bem como a dependência de exercício físico, de praticantes de academia com atletas de fisiculturismos. Os pesquisadores chegaram ao resultado de que não há diferenças significativas nos níveis de vigorexia, e nem de dependência de exercício, para os grupos comparados. Outro dado interessante apresentado na pesquisa é que o aumento do nível de vigorexia cresce proporcionalmente ao de dependência de exercício. Através destes dados é possível perceber que problemas,

como a vigorexia, que antes estavam atrelados predominantemente a grupos de prática esportiva, se faz presente, nos tempos atuais, em praticantes recreacionais de academia. Os riscos aparecem quando vemos enormes diferenças no modo de usar de atletas com o modo de usar tais substancia exercido pelos praticantes recreacionais de academias.

Os atletas, na maioria das vezes, recebem apoio multidisciplinar em seus períodos de uso, enquanto os praticantes de academia seguem orientações através de colegas, praticantes experientes e internet. Onde para o atleta existe um ambiente bastante controlado de uso, até mesmo na qualidade das substancias, para os praticantes de academia observa-se um território obscuro e com um enorme potencial de risco, uma vez que as orientações são duvidosas e a procedência das substancias não apresenta quaisquer seguranças. Deste modo percebe-se o risco que o individuo vigorexo se coloca, sem comedimento algum.

6.1 Vigorexia: Informações, tratamentos, prevenções e cuidados.

Diante dos riscos que o sujeito com vigorexia se coloca, Pope et. al. (2000. Apud. PEREIRA, 2009) resume seus 15 anos de estudos acerca da vigorexia em 5 pontos pertinentes que devemos nos atentar diante a este tema:

- Não “comprar” as imagens veiculadas pelos *Media*;
 - Lembrar-se de que muitos corpos masculinos e supermusculosos são apenas produto de drogas;
 - Lembrar-se de que a indústria lucra fazendo o homem sentir-se inseguro em relação ao seu corpo;
 - A masculinidade não é definida apenas pela aparência física;
 - É bom ter um aspecto saudável e não existe nenhum problema em se ter uma aparência “normal”.
- (POPE et. al. 2000, apud. PEREIRA, 2009, p. 15)

Vale-nos agora tratar singularmente destes 5 pontos apresentados pelos atores, ao modo que seja possível compreender quais dinâmicas estão ligadas intrinsecamente em cada um desses 5 pontos.

“Não comprar as imagens veiculadas pelos Media;”

Neste primeiro ponto o autor nos alerta acerca da ação massiva que os veículos de informação realizam sob o modelo de corpo idealizado. A apresentação de corpos musculosos e sarados nas telas de tv e computador ajudam a propagar esse estereótipo forte e grande impostos no padrão de corpo masculino.

Um estudo que se faz interessante acerca deste primeiro alerta é o de Beiras et. al. (2007) que relacionou as imagens e desenhos de super-heróis das histórias de quadrinho com a construção do corpo masculino através desta norma estética atual. Os pesquisadores defendem que as imagens de corpos musculosos junto as ações heróicas dos personagens de quadrinhos inclina o leitor a relacionar o corpo musculoso e forte como sinônimo de sucesso e aceitação social. Entendendo que a maioria dos leitores de histórias em quadrinhos se encontram na fase infanto-juvenil percebemos o quanto essa cultura que edifica o belo, o musculoso e o forte, é construída desde muito cedo no indivíduo.

Essa cultura que se relaciona com os *status* de sucesso e poder em nossa sociedade, e que é apoiada pela mídia, lança nos sujeitos que se defrontam com ela um sentimento de impotência perante a sua imagem, que não condiz com o que dita os padrões. Este sentimento muitas as vezes pode propiciar o surgimento de uma enorme necessidade de desfrutar deste sucesso e poder. Com isso, o indivíduo assume para si, sem comedimento ou conscientização, formas que o aproximarão desses padrões impostos pelos meios de comunicação.

Outro estudo investigou, através da análise de discurso, a influência da mídia na imagem corporal de 386 jovens e nos traz dados alarmantes. Através dos discursos analisados 95% deles apresentavam indicativos de que a mídia exercia forte representação em sua imagem de corpo, além disso constatou-se que somente em 25% dos discursos vê a mídia como propagadora de uma cobrança de ideal físico. (CONTI et. al. 2010).

Ferreira et. al. (2005) traz reflexão sobre este fenômeno midiático acerca dos padrões de beleza:

A busca frenética do corpo ideal pelo ser humano, produzido pela mídia e desfilado em revistas, filmes e novelas tem acarretado uma falta de bom senso e critério, em que o importante é estar dentro dos padrões determinados, independente das consequências. A beleza é buscada e comprada a qualquer preço e a qualquer custo (FERREIRA et. al. 2005, p 170)

Este “bom senso” e “critério” que os autores nos advertem muito dialoga com este primeiro ponto apresentado por Pope, esta falta de bom senso e critério muito pode alavancar os níveis de vigorexia, uma vez que tais aspectos são fundamentais para a frenagem deste transtorno. Deste modo, entendemos como crucial a ação da mídia na propagação de estereótipos idealizados de corpo.

“Lembrar-se que muitos corpos masculinos e supermusculosos são apenas produto de drogas”

O segundo ponto se relaciona intensamente com o uso de EAAs. Essa estética musculosa oferecida ao pensamento da sociedade traz consigo diversos assuntos que são escondidos no momento de exibição deste padrão. O que se omite é todo o trabalho realizado para a obtenção deste corpo, o que muitas vezes

acontecem sob uso de EAAs. Assim, exhibe-se apenas o supra sumo desta idealização do corpo masculino, forte e musculoso.

Neste modo de se apresentar o corpo forte e musculoso sem a exibição dos caminhos percorridos por esse modelo, mostra-se este corpo idealizado como algo ausente de quaisquer problemas, exibindo somente o momento de sucesso e reconhecimento deste corpo. O indivíduo que se defronta com este corpo musculo vê nele uma identidade atrelada a um reconhecimento positivo na sociedade, desta forma os risco e malefícios dos usos de EAAs são ultrapassados por essa instantaneidade no reconhecimento social.

Barquilha (2009) traz resultados que dialogam com esses risco e malefícios que o usuário de EAAs toma para si. Na pesquisa se obteve como resultado que 77,5% dos entrevistados assumiram terem tido efeitos colaterais indesejados durante a administração de EAA. O estudo também mostra que os efeitos mais destacados pelos entrevistados são: Acne, agressividade, perda de libido, ginecomastia e aumento da pressão arterial, sendo os dados obtidos de 52,5%, 32,5%, 30%, 25% e 15% respectivamente.

Deste modo podemos perceber que mesmo com os efeitos colaterais sendo de conscientização dos usuários eles não exercem um papel de conscientização acerca do uso de EAA, uma vez que muitos indivíduos mantêm o uso mediante aos diversos efeitos colaterais que possam aparecer.

Além do uso de EAA, surge outro problema nessa identificação do indivíduo com o corpo musculoso e forte quanto as intensidades e duração dos treinamentos desses indivíduos. O indivíduo, para atender a demanda que os padrões exigem, se colocam a serie de treinamento exaustivos, ultrapassam as horas necessárias de pratica de atividade física e muitas vezes realizam treinamentos até mesmo com algumas lesões. Zimmermann (2013) traz resultados que evidenciam este outro problema que acomete o sujeito vigorexo. Em sua pesquisa o autor entrevistou 61 homens praticantes de musculação, com idades que variavam de 18 a 35 anos. Foi constatado que 32,8% faz uso de EAA, que 68,9% apresentam sentimento de culpa quando faltam na academia, e que 59% dos entrevistados já realizou treinamento mesmo com algum tipo de lesão. Esta pesquisa evidencia ainda mais o quanto o indivíduo deixa de lado seu corpo e sua saúde para atingir seu objetivo de ficar mais forte e mais musculoso.

“A indústria lucra fazendo o sentir-se inseguro em relação ao corpo”

Aqui se apresenta uma dinâmica de mercado que a todo momento fere o homem e seu corpo. Nessa ótica, são vendidos a todo momento um corpo mais forte e mais belo. São trocados, como se troca de roupa, os modelos que preenchem as revistas e outdoors por outros modelos cada vez mais forte. Isso coloca no indivíduo um sentimento de insegurança em relação ao seu próprio corpo, uma vez que a todo momento surge um novo corpo a qual ele deva se apegar.

Cesaro (2013) nos trás um estudo que nos ajuda a perceber essa dinâmica de mercado bem como ela se aplica no corpo do homem. Investigou-se as edições da revista “*Men’s Health*”, que é produzida através de um teor *fitness* para o publico masculino, foram consultadas 12 edições do ano de 2009. O autor em sua análise percebe que a revista propicia o aparecimento de transtornos relacionados a imagem, bem como o atenua em indivíduos que apresentam algum transtorno. Também se percebe a intensão da revista em propagar meios instantâneos de obtenção das estruturas ideias desse padrão de beleza. Por fim é valioso demais apresentar a própria constatação do autor acerca de sua pesquisa.

“Para a *Men’s Health*, seus leitores estão sempre “correndo” contra o tempo para alcançar o corpo ideal, aquela única formatação corporal que pode e deve ser exibida nos mais diversos locais.” (CESARO, 2013, p. 4).

Desta forma, é possível perceber as ações do mercado acerca desta padronização de nossa estética corporal, bem como se identifica infinitos produtos nas prateleiras com os fins de aproximar sujeitos do “corpo ideal” imposto.

“A masculinidade não é definida apenas pela aparência física”

Neste ponto, cabe discutir a percepção do quanto a masculinidade se anexou ao formato de corpo na atualidade. Visto que no decorrer do movimento do homem no mundo foram criadas diversas rotulações tanto para as ações femininas quanto para as masculinas, nos tempos atuais essas categorizações se anexaram exorbitantemente a imagem do corpo. No senso comum, perpetua-se a ideia de força para os aspectos masculinos. Deste modo a idealização do belo criou para o

corpo masculino a percepção de que tamanho, em nossa sociedade, seja sinônimo de força.

É neste pensamento que se percebe o cerne desta ânsia que o sujeito vigorexo se coloca ao buscar o aumento de suas medidas corporais. Através desta errônea ideia, o sujeito se vê na posição de tentar conquistar o maior corpo para então assumir seu lugar de prestígio e poder na sociedade.

“É bom ter um aspecto saudável e não existe problema em se ter uma aparência normal”

Este último ponto nos faz referencia a uma necessária conscientização acerca desta idealização do corpo, bem como um ponto de partida para o tratamento de transtornos relacionados as insatisfação corporal. A “aparência normal” evidencia a importância de nos percebermos como sujeitos singulares perante a sociedade, e que qualquer “padronização” deve antes ser vista com muito cuidado e reflexão. O “aspecto saudável” vai em choque ao uso desenfreado de EAA e também as intensidade e duração de treinamentos, uma vez que tais praticas se distanciam e muito de critérios saudáveis para o corpo.

Deste modo, ainda acerca da conscientização, trazemos um estudo que demonstra uma enorme dificuldade em aproximar o sujeito vigorexo da conscientização que seu corpo tanto necessita. Santos et. al. (2012), através de um relato de experiência, mostra como foi difícil a adesão de um projeto que visava o tratamento e conscientização de indivíduos com transtornos de imagem. A pesquisa mostra que mesmo com uma boa divulgação do projeto, o contato do vigorexo com o tratamento ainda necessita de mais estudos e estratégias. Os autores trazem a preocupação de que mesmo com as medidas necessárias de promoção do projeto, foram registradas apenas 12 pessoas interessadas, sendo que 5, dentro dessas 12, eram de familiares que suspeitavam que algum parente apresentava o transtorno de imagem. A procura de familiares para o tratamento de parentes a qual eles perceberam apresentar sintomas da vigorexia demonstra que os problemas não só acometam o individuo em si, como também toda a sua rede de conexões.

A conscientização do sujeito com vigorexia é demais de importante e se faz necessária para o inicio de qualquer tratamento. Diante disso, Rodrigues, Araújo e Alencar (2008) propuseram um questionário que identificasse possíveis

transtornos relacionados a vigorexia. O questionário foi composto por questões as quais os entrevistados responderiam sim ou não, ao modo que de acordo com a resposta o entrevistado somava um certo numero de pontos. Os pontos serviriam para identificar sujeitos com vigorexia, sendo a contagem de pontos de 0 a 7 para indivíduos que não apresentam predisposição para a vigorexia, de 8 a 10 sujeitos que apresentam comportamento normal, mas que atenção e cuidados são necessários, de 11 a 15 para sujeito com inicio da vigorexia e de 16 a 21 pontos para indivíduos que certamente apresentam vigorexia e devem procurar auxilio para tal.

Tais ações por parte dos pesquisadores se apresentam como auxilio da compreensão acerca da vigorexia, uma vez que através do questionário o sujeito possa se direcionar para uma reflexão critica acerca de sua pratica com seu corpo. Por fim, percebemos através dessa discussão que inúmeras pesquisas vêm sendo geradas acerca da imagem corporal, da vigorexia e do uso de EAA. As pesquisas aqui consultadas apresentam uma enorme preocupação com o modo como essa idealização do corpo tem atuado em nossa sociedade. Assumimos que tais transtornos devam ser analisados por diversas faces,

cercam estes transtornos, como também no campo das humanas, onde se visualiza e perceber todo um indivíduo e suas relações. A conscientização se mais faz do que necessária para o inicio do tratamento, uma vez que inseridos nessa dinâmica estética os sujeitos não estejam inclinados a perceber as implicações que este modo trás para seu corpo e para sua vida.

7. Conclusão

Após a presente revisão e discussão acerca da vigorexia, seu surgimento em homens praticantes de academia e o uso de EAA, nota-se algumas consequências e problemas que a insatisfação corporal pode trazer aos indivíduos. Destaca-se que cada vez mais a filosofia “no pain, no gain” (“sem dor, sem ganhos”, em tradução livre) tem sido buscada como exercício de vida destes sujeitos. Mediante a isso trazemos as constatações de Sabino e Luz (2010) acerca deste fenômeno da dor relacionada ao treinamento:

Ao submeter seu corpo à dor, é como se o bodybuilder sacrificasse sua própria carne aos deuses da estética contemporânea. Um dos objetivos é encarnar, buscando copiar as práticas e as formas das figuras dos grandes ícones do panteão mítico – midiático da boa forma física.

(p. 482)

Deste modo, através da dor, conseguimos trazer à tona toda uma relação de sofrimento que se edifica no sentimento de dor. O sacrifício demonstra o quanto os sujeitos de nosso tempo estão dispostos a enfrentar inúmeros sacrifícios desde que se sintam mais próximos de seu objetivo do corpo perfeito. Neste sacrifício identificamos também que muitas vezes os indivíduos não medem esforços e acabam por colocar suas vidas em xeque. Uma das atitudes, identificadas por nós, que os colocam em risco é o uso desenfreado de esteroides anabolizantes. Entendemos também que os meios de compra e administração desta substância aumenta ainda mais os perigos.

Identificamos alguns mecanismos presentes na ótica do mercado que interferem negativamente na autoimagem dos sujeitos. Tais ferramentas contribuem para o aparecimento de transtornos relacionados a imagem corporal. A vigorexia se mostra como um transtorno, provindo das últimas décadas e que pode acometer a todos a partir dos 18 anos, estando diretamente relacionada aos sentimentos de frustração perante a uma sociedade que exige a todo momento sucesso e status social.

A conscientização se faz urgente e necessária, uma vez que se identifica o uso indiscriminado de EAA pelas pessoas que são acometidas pela vigorexia. O

tratamento deve orbitar um acompanhamento psicológico, a qual o uso de medicamentos antidepressivo tem se mostrado na literatura, em alguns casos, com resultados positivo.

Apesar das inúmeras pesquisas acerca deste tema, identificamos que ainda faltam estudos que analisem novas e possíveis estratégias de prevenção, compreensão e tratamento da vigorexia. Também sentimos falta de pesquisas relacionadas a análise de relatos de indivíduos com vigorexia.

Por fim, identificamos que o uso desenfreado de EAA por indivíduos que apresentem quadros de vigorexia é algo que deve-se ter muita atenção, uma vez que os indivíduos acometidos por este transtorno podem apresentar atitudes sem antes medir suas consequências, bem como influenciar os que estão em seu entorno a prática sem nenhum tipo de acompanhamento e reflexão acerca de causas e consequências.

Referências Bibliográficas

- ALVARENGA, M. S. et al . **Insatisfação com a imagem corporal em universitárias brasileiras**. J. bras. psiquiatr., Rio de Janeiro , v. 59, n. 1, p. 44-51, 2010 .
- ALVES, D. et al. **Cultura e imagem corporal**. Rev. Motricidade. [online]. 2009, vol.5, n.1, pp. 1-20.]
- ANDREOLA, N. M. **O culto ao corpo sob o olhar da psicanálise**. Belo Horizonte: EdUFMG, 2010.
- BARQUILHA, G. **Uma análise da incidência de efeitos colaterais em usuários de esteróides anabolizantes praticantes de musculação da cidade de bauru**. São Paulo, SP: Revista Brasileira de Prescrição e Fisiologia do Exercício, v.3, n. 4, p. 146-153, 2009.
- BEIRAS, A.; LODETTI, A.; CABRAL, A.G.; TONELI, M.J.F.; RAIMUNDO, P. **Gênero e super-heróis: o traçado do corpo masculino pela norma**. Florianópolis, SC: Psicologia e Sociedade, v.19, n. 3, p. 62-67, 2007.
- CARLINE, E. A.; GALDURÓZ, J. C. F.; NOTO, A. R.; NAPPO, S. A. **I Levantamento domiciliar sobre o uso de drogas psicotrópicas no Brasil : estudo envolvendo as 107 maiores cidades do país: 2001**. São Paulo, SP : CEBRID, 2002.
- CARLINI, E. A.; GALDURÓZ, J. C. F.; NOTO, A. G.; FONSECA, A. M.; **V Levantamento nacional sobre o consume de drogas psicotrópicas entre estudantes do ensino fundamental e médio da rede pública de ensino nas 27 capitais brasileiras: 2004**. São Paulo: CEBRID, 2005.
- CESARO, H. **Entre a visibilidade e a dívida eterna: uma análise do corpo masculino na revista Men's Health**. Caixias do Sul, RS: Do Corpo: Ciências e Arte, v. 1, n. 3, p. 1-11, 2013.
- CONTI, M. A.; BERTOLIN, M. N. T.; PERES S. V.; **A mídia e o corpo: o que o jovem tem a dizer** Rio de Janeiro, RJ: Revista Ciência & Saúde Coletiva, v. 15, n. 4, p. 2095-2103, 2010.
- CORDAS, T. A.; CLAUDINO, A. M.; **Transtornos Alimentares: Fundamentos Históricos** São Paulo, SP: Rev. Bras. Psiquiatr, v. 22, Supl. III, p. 3-6, 2002.
- CUNHA, T. S.; CUNHA, N. S.; MOURA, M. J. C. S.; MARCONDES, F. K. **Esteróides anabólicos androgênicos e sua relação com a prática Desportiva**. Piracicaba, SP:Revista Brasileira de Ciências Farmacêuticas,v. 40, n. 2, p. 165-177, 2004.
- FALCÃO, R. S. **Interfaces entre dismorfia muscular e psicologia esportiva**. São Paulo, SP: Revista Brasileira de Psicologia do Esporte, v. 2, n. 1, p. 1-21, 2008.

FERREIRA, M. E. C.; CASTRO, A. P. A.; GOMES, G. **A obsessão masculina pelo corpo: malhado, forte e sarado**. Campinas, SP: Rev. Bras. Cienc. Esporte, v. 27, n. 1, p. 167-182, 2005

FERREIRA, U. M. G.; FERREIRA, A. C. D.; AZEVEDO, A. M. P.; MEDEIROS, R. L.; SILVA, C. A. B. **Esteroides anabólicos androgênicos**. Fortaleza, CE: Revista Brasileira em Promoção da Saúde, v. 20, n. 4, p. 267-275, 2007.

FREIRES, L. A. **Bases Valorativas da preocupação masculina com a aparência**. João Pessoa – PB: Dissertação de Mestrado apresentada à UFPB/CCHL, 2013.

PEREIRA, I. A. T. S. **A vigorexia e os esteroides anabolizantes androgênicos em levantadores de pesos**. Porto, Portugal: Dissertação de Licenciatura apresentada à FADEUP, 2009.

PETROSKI, E. L.; PELEGRINI, A.; GLANER, M. F. **Motivos e prevalência de insatisfação com a imagem corporal em adolescentes**. Rio de Janeiro, RJ: Revista Ciência & Saúde Coletiva, v. 17, n. 4, p. 1071-1077, 2012.

PEYRÓ, C. F. **La apariencia y características físicas de los modelos publicitarios: códigos no verbales de la realidad en el discurso publicitario, como factor de influencia social mediática en la vigorexia masculina**. Tese de doutorado – Departamento de Filosofia, Sociologia, Comunicação Audio Visual e Publicidade – Universidade Jaume I, Castellón, Espanha, 2006.

POPE JR., H. G.; PHILLIPS, K. A.; OLIVARDIA, R. **O complexo de Adônis: a obsessão masculina pelo corpo**. Rio de Janeiro, RJ: Editora Campus, ed. 1, 2000.

QUADROS, T. M. B.; GORDIA, A. P.; MARTINS, C. R.; SILVA, D. A. S.; FERRARI, E. P.; PETROSKI, É. L. **Imagem corporal em universitários: associação com estado nutricional e sexo**. Rio Claro, SP: Revista Motriz, v. 16, n. 1, p. 78-85, jan./mar., 2010.

RIBEIRO, P. C. P. **O uso indevido de substâncias: esteróides anabolizantes e energéticos**. *Adolesc. Latinoam.*, mar. 2001, vol.2, no.2, p.97-101.

RODRIGUES, J. B.; ARAÚJO, F. A.; ALENCAR, E. F. **Modelo experimental de questionário para identificação de possíveis indivíduos que apresentam indícios de vigorexia**. São Paulo, SP: Revista Brasileira de Nutrição Esportiva, v. 2, n. 12, p. 390-395, 2008.

SABINO, C.; LUZ, M. T. **Forma da dor e dor da forma: significado e função da dor física entre praticantes de bodybuilding em academias de musculação do Rio de Janeiro**. Rio de Janeiro, RJ: Physis Revista de Saúde Coletiva, v. 24, n. 2, p. 467-490, 2014.

SAIKALI, C. J.; SOUBHIA, C. S.; CORDAS, T. A. **Imagem corporal nos transtornos alimentares**. São Paulo, SP: Rev. Psiqu. Clin., v.31, n. 4, p. 164-166, 2004.

SANTOS, N. O.; MARQUE, V. G.; SANTOS, A. M.; BENUTE, G. R. G.; LUCIA, M. C. S. **Vigorexia, uso de anabolizantes e a (não) procura por tratamento psicológico: relato de experiência.** Belo Horizonte, MG: Psicologia Hospitalar, v. 10, n. 1, p. 2-15, 2012.

SEVERIANO, M. F. V.; RÊGO, M. O.; MONTEFUSCO, É, V. R. **O corpo idealizado de consumo: paradoxos da hipermodernidade.** Fortaleza, CE: Revista Mal-Estar e Subjetividade, v. 10, n. 1, p. 137-165, mar., 2010.

SOARES, C. (org.). **Corpo e história.** Campinas, SP: Autores Associados, ed. 2, c. 4, p. 61-77, 2001.

SOLER, T. P.; FERNANDES, H. M.; DAMASCENO, V. O.; NOVAES, J. F. **Vigorexia e níveis de dependência de exercício em frequentadores de academias e fisiculturistas.** Porto Alegre, RS: Rev. Bras. Med. Esporte, v. 19, n. 5, p. 343-348, 2013.

ZIMMERMANN, F. **Indícios de vigorexia em adultos jovens praticantes de musculação em academias de Biguaçu-SC.** Florianópolis, Dissertação de Bacharelado apresentada à UFSC, 2013.

Gustavo Balbino
Aluno

Prof. Dr. Afonso Antonio Machado
Orientador