

LEAL, Edson de Oliveira. Esteróides anabolizantes androgênicos (EAAS) x nutrição em praticantes de musculação. Bragança Paulista, SP: FESB, 2014. (IMPRESSO)

RESUMO

A busca pelo corpo perfeito é nos dias atuais a principal preocupação de todos. Academias cheias, corpos sarados, mas a que custo? Não existe nenhum método milagroso que faça com que pessoas alcancem resultados de anos em meses sem pagar o preço. Preço esse que por muitas vezes pagam com a própria vida. Tentar pular etapas importantes só faz com que os riscos a saúde sejam elevados. O uso de esteroides anabolizantes androgênicos (EAAs) e suplementos são comuns hoje em dia em diversas modalidades do esporte, porém mais comum dentro dos praticantes de musculação, fisiculturistas ou não. Existem aquelas pessoas que nunca estão satisfeitas com seus corpos, o que faz com que procurem outros recursos chamados de recursos ergogênicos a fim de melhorar seus corpos num curto espaço de tempo, pulando etapas importantes que fazem parte do desenvolvimento natural do corpo, vindo a administrar quantidades absurdas de hormônios. Tanto homens, quanto mulheres estão suscetíveis a esse processo de aceleração de resultados. Baseado em artigos científicos e livros especializados da área, essa revisão bibliográfica apresenta os esteroides anabolizantes androgênicos mais usados e conhecidos no meio dos esportes e dentro das academias, seus efeitos colaterais físicos e psicológicos. Apresenta também a importância de se ter um acompanhamento profissional não só na administração de esteroides anabolizantes androgênicos, mas também nos quesitos alimentação correta e treino perfeito. Explica brevemente os perigos do Doping, pois aquele que faz uso de substâncias ilícitas a fim de melhorar seu desempenho dentro do esporte estará sujeito a penas severas. Também entra na questão esteróides anabolizantes androgênicos e sua relação com os adolescentes, que cada vez mais, estão consumindo abusivamente essas substâncias, sem necessidade e sem qualquer informação, acarretando riscos futuros ao seu próprio desenvolvimento.