

DISMORFIA MUSCULAR: OS RISCOS E CONSEQUÊNCIAS PSICOLÓGICAS DO USO NÃO ASSISTIDO DE ANABOLIZANTES

MORAIS, M. K. ¹; GARCIA, T. T ².

RESUMO

O presente artigo tem como objetivo identificar e discutir os efeitos colaterais psicológicos associados ao uso de drogas anabolizantes sem acompanhamento especializado e sua relação com a dismorfia muscular. Trabalho desenvolvido por meio de pesquisa bibliográfica qualitativa, com artigos extraídos de plataformas online como SciELO, livros e revistas eletrônicas. Seus resultados evidenciam os fatores sociais relacionados ao início do uso de EAA, motivado pela busca pela estética e aceitação, fatores que propiciam o adoecimento psicológico do usuário e favorecem o desenvolvimento da dismorfia muscular.

Palavras-chave: Dismorfia Muscular. Anabolizantes. Psicologia.

ABSTRACT

The present article aims to identify and discuss the psychological side effects associated with the use of anabolic steroids without specialized supervision and their relation with muscle dysmorphia. This work was developed through qualitative bibliographic research, using articles extracted from online platforms such as SciELO, books and electronic journals. The results highlight the social factors related to the initiation of AAS use, driven by the pursuit of aesthetics and acceptance, factors that foster the user's psychological distress and contribute to the development of muscle dysmorphia.

Keywords: Muscle Dysmorphia. Anabolic Steroids. Psychology.

¹ Maura Kamila Morais. Graduanda do Curso de Psicologia da Faculdade de Apucarana – FAP. Apucarana – Pr. 2025. Contato: maurakamilamoraes@gmail.com

² Taila Tatiane Garcia. Orientadora da pesquisa. Docente do Curso de Psicologia da Faculdade de Apucarana – FAP. Apucarana – Pr. 2024. Contato: tailatgarcia@hotmail.com

INTRODUÇÃO

Caracterizado como subtipo dos transtornos dismórfico corporais (TDC), a dismorfia muscular acomete principalmente o público masculino e passa a ser estudado em 1993, após a análise de uma amostra de fisiculturistas (Assunção, 2002). A dismorfia muscular trata-se da busca pela hipertrofia muscular, aumento das células musculares que resulta em músculos maiores e fortes.

Para atingir esse objetivo, o indivíduo é permeado por questões como alimentação alinhada ao ganho de massa muscular e rotina de exercícios. Frequentemente, o desejo exacerbado motiva ao uso de esteroides anabolizantes androgênicos (EAA) para acelerar o processo hipertrófico. No entanto, essa administração é frequentemente assistida somente por experiências alheias, agravando os riscos de efeitos colaterais físicos e psicológicos a curto e longo prazo.

OBJETIVO

Identificar e discutir os efeitos colaterais psicológicos associados ao uso de drogas anabolizantes sem acompanhamento especializado e sua relação com a dismorfia muscular.

MÉTODO

Trabalho desenvolvido por meio de pesquisa bibliográfica qualitativa, utilizando-se dos filtros: dismorfia muscular, vigorexia e anabolizantes. Foram extraídos artigos de plataformas online como scielo, livros e revistas eletrônicas, datados de 2002 a 2025 em língua portuguesa.

DESENVOLVIMENTO

A busca obsessiva por um corpo perfeito pré-estabelecido socialmente tem se tornado cada vez mais intensa na sociedade, levando ao sacrifício da saúde física e mental em função de resultados expressivos e imediatos (De Azevedo, 2007). Dietas restritivas, exercícios exacerbados, medicamentos e procedimentos cirúrgicos têm sido mais procurados diariamente, e as patologias relacionadas à alimentação e autoimagem vem aumentando significativamente no público jovem.

Caracterizada pela percepção distorcida do indivíduo em relação a sua aparência e força, a dismorfia muscular conduz o indivíduo a se ver fraco e pequeno

mesmo que sua estrutura muscular esteja desenvolvida (Camargo et Al, 2008). As consequências associadas à distorção incluem a sobrecarga ao fazer exercícios físicos, dietas extremistas e uso não assistido de suplementos anabolizantes.

Conforme Neves et Al (2021), é notável maior prevalência do uso de anabolizantes em praticantes masculinos de musculação e fisiculturismo (Azevedo, 2012). A Sociedade Brasileira de Endocrinologia e Metabologia classifica os hormônios disponíveis no comércio brasileiro como bioidênticos, dispensando a necessidade de prescrição médica para sua compra. A não obrigatoriedade de acompanhamento favorece o uso inadequado das substâncias anabolizantes, impulsionando as chances de efeitos colaterais diversos (Neves et Al, 2021).

Iriart e Andrade (2002) não identificaram em seus entrevistados a execução do ciclo sistemático previsto para o uso correto das substâncias anabólicas, mas sim usos contínuos ou interrompidos devido a efeitos colaterais e retorno pela falta de motivação para treinar e insatisfações com suas formas físicas sem o uso. O conhecimento acerca dos efeitos colaterais e riscos à saúde a longo prazo também não se demonstraram de conhecimento do público participante, relacionando-se a experiências empíricas próprias ou dos colegas que também fazem uso.

O abuso do uso não terapêutico dos anabolizantes pode gerar consequências sérias, como disfunções hepáticas e câncer de fígado. No entanto, acima de riscos à saúde, valoriza-se a busca do corpo ideal masculino e o status associado, o aventurar-se entre as probabilidades negativas do uso crendo que não será afetado, como transparecido nos relatos dos entrevistados tanto de Iriart e Andrade (2002) quanto de Checcheto e Moraes (2012), a masculinidade relacionada ao perigo favorece a percepção de que os indivíduos estão com o controle dos riscos em suas mãos.

Miranda (2025) aponta a frequente associação do uso dos esteroides anabolizantes androgênicos (EAA) a transtornos psiquiátricos, como o transtorno bipolar, episódios de euforia e irritabilidade, psicose e ideação suicida. A privação do uso das drogas anabolizantes pode gerar sintomas como fadiga, dores e insônia, e fatores psicológicos como a depressão profunda (Miranda, 2025). Desta forma, reforça-se um ciclo de dependência e a constante busca da hipertrofia muscular. O cessar do uso é permeado por dificuldades e receios para além do sofrimento da abstinência, sendo possível identificar em relatos o medo de perderem sua qualidade de vida e em prejuízos à visão dos demais sobre si (Miranda, 2025).

O social do indivíduo em uso abusivo também pode vir a sofrer comprometimentos devido a instabilidade emocional decorrente da administração da EAA (Miranda, 2025). Pesquisas apontam déficits na capacidade de interpretação das emoções de outrem, falta de empatia e condutas impulsivas, comportamentos antissociais e reatividade do sujeito, inclusive em relação a profissionais da saúde, aos quais os usuários tendem a omitir seu uso em atendimentos. A incidência de retomada do uso em tentativas de cessar relaciona-se principalmente aos efeitos da falta, incluindo questões como ansiedade, distúrbios do sono, desregulações emocionais, irritabilidade e disfunções sexuais (Miranda, 2025).

Referente aos indivíduos que não procuram assistência médica durante a administração das substâncias, justifica-se pela percepção de que os efeitos colaterais que apresentam não são tão graves ou incômodos para justificar atendimento ou o cessar das aplicações, em comparativo com os benefícios da hipertrofia e da satisfação da obsessão estética da dismorfia muscular, um dos principais impulsionadores da utilização de EAA.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O uso desassistido de EAA representa uma das consequências da exposição exacerbada a conteúdos midiáticos e da crescente preocupação social com a opinião alheia, promovendo comportamentos de risco. A não racionalização das motivações do uso e suas condições torna-se uma porta de entrada a transtornos como a dismorfia muscular, problemáticas emocionais graves e consequências físicas a longo prazo, todas em nome da busca por uma imagem perfeitamente idealizada, um objetivo comum que subjuga o indivíduo a uma posição desfavorável caso não se adeque aos padrões instituídos. Para além da problemática da administração desacompanhada, as consequências individuais e coletivas também representam situações de alerta.

A distorção de imagem proporcionada pela exposição excessiva configura desafios sociais a serem trabalhados coletivamente, por meio de ações de conscientização e trabalho em rede para fornecer o cuidado necessário ao público fragilizado. A regulamentação do acesso às EAA se faz necessária para contribuir à obrigação do uso acompanhado por profissionais capacitados, a fim de diminuir os impactos físicos e psíquicos da administração e reduzir as chances de complicações extremas, como suicídio e agressões.

REFERÊNCIAS

ASSUNÇÃO, Sheila Seleri Marques. **Dismorfia muscular**. Brazilian Journal of Psychiatry, v. 24, p. 80-84, 2002.

AZEVEDO, Andréa Pires et al. **Dismorfia muscular: A busca pelo corpo hiper musculoso**. Motricidade, v. 8, n. 1, p. 53-66, 2012.

CAMARGO, Tatiana Pimentel Pires de et al. **Vigorexia: revisão dos aspectos atuais deste distúrbio de imagem corporal**. Revista brasileira de psicologia do esporte, v. 2, n. 1, p. 01-15, 2008.

CECCHETTO, Fátima; MORAES, Danielle Ribeiro de; FARIAS, Patrícia Silveira de. **Distintos enfoques sobre esteroides anabolizantes: riscos à saúde e hipermasculinidade**. Interface-Comunicação, Saúde, Educação, v. 16, p. 369-382, 2012.

DE AZEVEDO, Shirlaine Nascimento. **Em busca do corpo perfeito: Um estudo do narcisismo**. 2007.

IRIART, Jorge Alberto Bernstein; ANDRADE, Tarcísio Matos de. **Musculação, uso de esteróides anabolizantes e percepção de risco entre jovens fisiculturistas de um bairro popular de Salvador, Bahia, Brasil**. Cadernos de saúde pública, v. 18, p. 1379-1387, 2002.

MIRANDA, Ana Carolina et al. **EFEITOS PSICOLÓGICOS CAUSADOS PELO USO DE ESTEROIDES ANABOLIZANTES ANDROGÊNICOS: UMA REVISÃO INTEGRATIVA**. Pensar Acadêmico, v. 23, n. 1, p. 69-88, 2025.

NEVES, Valdênia Gomes da Rocha et al. **PREVALÊNCIA DO USO DE ANABOLIZANTES PELO ESPORTISTA AMADOR-O PERFIL DOS USUÁRIOS E OS EFEITOS COLATERAIS**. Revista Brasileira Interdisciplinar de Saúde–ReBIS, v. 3, n. 2, 2021.