FACULDADE DE EXCELÊNCIA – UNEX – ITABUNA

Lavínia de Carvalho Assunção

Rafael Pereira dos Santos

Vitória Lis Passos de Jesus.

Impactos emocionais e comportamentais do uso contínuo de esteroides anabólicos em atletas de fisiculturismo amador em Itabuna.

ITABUNA – BA
2025

Lavínia de Carvalho Assunção, Rafael Pereira dos Santos e Vitória Lis Passos de Jesus

Impactos emocionais e comportamentais do uso contínuo de esteroides anabólicos em atletas de fisiculturismo amador em Itabuna.

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado à UNEX - Faculdade de Excelência Itabuna, como exigência para obtenção do grau de Bacharel em Psicologia.

Orientadora:
Profª. Me. Geysa Angélica Andrade da Rocha

Itabuna – BA
2025

Lavínia de Carvalho Assunção, Rafael Pereira dos Santos e Vitória Lis Passos de Jesus

Impactos emocionais e comportamentais do uso contínuo de esteroides anabólicos em atletas de fisiculturismo amador em Itabuna.

Aprovado em:

Profª. Geysa Angélica Andrade da Rocha	**10/12/2025**
Profª. Flávia Suzanne Goiabeira Nery	**10/12/2025**
Profª. Ana Carolina Santana	**10/12/2025**

Itabuna – BA
2025

Impactos emocionais e comportamentais do uso contínuo de esteroides anabólicos em atletas de fisiculturismo amador em Itabuna.

Emotional and behavioral impacts of continuous use of anabolic steroids in amateur bodybuilding athletes in Itabuna.

Lavínia de Carvalho Assunção[1]
Rafael Pereira dos Santos[2]
Vitória Lis Passos de Jesus[3]
Geysa Angélica A. da Rocha[4]

1. RESUMO

O presente estudo investigou os impactos emocionais e comportamentais do uso contínuo de esteroides anabólicos androgênicos (EAA) entre fisiculturistas amadores na cidade de Itabuna-Ba. A crescente utilização dessas substâncias, motivada pela busca por estética e alta performance, tem levantado preocupações quanto aos seus efeitos psicológicos. Nesse sentido, o uso de EAA podem induzir sintomas psiquiátricos determinando alterações neuro adaptativas no circuito neural de recompensa ou afetando a vulnerabilidade ao estresse e o neurotropismo que estão no cerne dos transtornos psiquiátricos. A pesquisa objetivou compreender esses impactos emocionais e comportamentais percebidos por fisiculturistas amadores, descrever os efeitos neuropsicológicos, analisar fatores de risco e verificar a influência do meio social e esportivo no uso de EAA. Utilizou-se para pesquisa uma abordagem qualitativa de corte transversal, com elementos descritivos e exploratórios, buscando compreender as percepções e experiências dos atletas os dados foram coletados por meio de entrevistas semiestruturadas e de um questionário sociodemográfico, com o objetivo de traçar o perfil dos participantes, com amostragem de 10 a 15 participantes. A pesquisa resultou com a participação de 15 atletas amadores, majoritariamente homens. A maioria (80%) utiliza

[1] Discente Lavínia de Carvalho Assunção do curso de Psicologia da Faculdade de Excelência – UNEX, de Itabuna-Ba.
[2] Discente Rafael Pereira dos Santos do curso de Psicologia da Faculdade de Excelência – UNEX, de Itabuna-Ba.
[3] Discente Vitória Lis Passos de Jesus do curso de Psicologia da Faculdade de Excelência – UNEX, de Itabuna-Ba.
[4] Psicóloga Mestre em Políticas Públicas. Especialista em Psicologia Social. Docente do curso de Psicologia da Faculdade de Excelência – UNEX, de Itabuna-Ba. E-mail: grocha.ita@ftc.edu.br

esteroides anabólicos há mais de um ano. Em relação aos efeitos, também 80% relataram alterações de humor durante o uso. De modo geral, trata-se de um grupo predominantemente masculino, adulto e com uso prolongado, que tende a avaliar positivamente o uso, apesar dos relatos frequentes de mudanças de humor.

Palavras – chave: Impactos. Comportamentais. Esteroides anabólicos androgênicos (EAA). Fisiculturistas.

2. ABSTRACT

This study investigated the emotional and behavioral impacts of the continuous use of anabolic-androgenic steroids (AAS) among amateur bodybuilders in the city of Itabuna-BA. The increasing use of these substances, motivated by the pursuit of aesthetics and high performance, has raised concerns about their psychological effects. In this sense, the use of AAS can induce psychiatric symptoms, determining neuroadaptive alterations in the neural reward circuit or affecting vulnerability to stress and neurotropism, which are at the heart of psychiatric disorders. The research aimed to understand these emotional and behavioral impacts perceived by amateur bodybuilders, describe the neuropsychological effects, analyze risk factors, and verify the influence of the social and sporting environment on the use of AAS. A cross-sectional qualitative approach is used for the research, with descriptive and exploratory elements, seeking to understand the perceptions and experiences of athletes. Data will be collected through semi-structured interviews and a sociodemographic questionnaire, with the aim of profiling the participants, with a sample of 10 to 15 participants. The research resulted in the participation of 15 amateur athletes, mostly men (80%). The majority (80%) have been using anabolic steroids for more than a year. Regarding the effects, 80% also reported mood changes during use. As for the overall perception, 60% rated the experience as "very good," about a third as "relatively good," and a small percentage (6.6%) considered it neutral. In general, this is a predominantly male, adult group with prolonged use, which tends to positively evaluate the use, despite frequent reports of mood changes.

Keywords: Impacts. Behavioral. Anabolic-androgenic steroids (AAS). Bodybuilders

3. INTRODUÇÃO

O uso de esteroides anabólicos no fisiculturismo tem se tornado uma prática comum, impulsionada pelo desejo de melhorar a performance e a estética corporal. Segundo a Revista Brasileira de Fisiologia do Exercício, os hormônios são substâncias químicas segregadas de certa glândula gerando efeitos específicos. Para o fisicultor o hormônio de maior interesse e visibilidade é a testosterona (hormônio sexual masculino) que possui funções andrógenas responsáveis pelo desenvolvimento secundário masculino (timbre da voz, pelos, distribuição de gordura e anabólicas responsáveis pela regulação e manutenção da musculatura corporal (Grecco *et al*., 2025, p. 2). O uso de

esteroides anabólicos androgênicos (EAA) por leigos praticantes de musculação mostrou-se pouco frequente, apesar do elevado índice de indicação ao consumo proveniente de profissionais não habilitados ou pessoas do convívio social. Os efeitos adversos relatados foram, em sua maioria, a manifestação de acne, ginecomastia e irritabilidade (Neves, V. G. R., *et al*. (2024). Corrigan (1996) *apud* Silva e colaboradores(2002) categoriza os efeitos psicológicos dos EAA em três subdivisões. Na primeira enquadram-se os efeitos imediatos do mau uso: aumento da confiança, da energia e da auto-estima, acompanhados por um maior entusiasmo e motivação, além de insônia, menor fadiga, habilidade para treinar com dor, irritação, raiva e agitação, ou seja, estes efeitos estão ligados a mudanças de humor e euforia. Na segunda categoria, correspondente ao uso prolongado com doses exageradas, observa-se perda de inibição, com alterações ainda mais acentuadas do humor. Na terceira categoria, os efeitos tornam-se mais graves por haverem evoluído de sentimentos de agressividade para comportamentos violentos, hostis e anti-sociais. No entanto, Su e colaboradores assinalam que costuma haver um aumento tanto nas formas positivas quanto negativas do humor, ou seja, o indivíduo torna-se mais eufórico e mais irritável. Embora os efeitos fisiológicos dessas substâncias sejam amplamente estudados, seus impactos psicológicos ainda carecem de investigações mais aprofundadas.

Fisiculturistas amadores, indivíduos que praticam o fisiculturismo — atividade física voltada para o desenvolvimento muscular e definição corporal — de forma não profissional, muitas vezes com o objetivo de se tornar profissional no futuro, estão sujeitos a intensa pressão estética e social, o que pode influenciar a decisão de utilizar esteroides anabólicos. O comportamento humano é moldado e mantido por suas consequências; reforços positivos aumentam a probabilidade de repetição de um comportamento (B. F. Skinner,1974), isso pode significar que, se os atletas amadores experimentam resultados positivos, como aumento de massa muscular, melhora na aparência física ou reconhecimento social, esses efeitos funcionam como reforços positivos. Esses reforços incentivam a continuidade do uso de esteroides, pois o atleta associa o consumo dessas substâncias a benefícios percebidos, aumentando a probabilidade de repetição desse comportamento ao longo do tempo. Consequentemente, o uso prolongado de esteroides anabólicos androgênicos podem induzir sintomas psiquiátricos determinando alterações neuro adaptativas no circuito neural de recompensa ou afetando a

vulnerabilidade ao estresse e o neurotropismo que estão no cerne dos transtornos psiquiátricos (PIACENTINO *et al.,* 2022). Questões como alterações emocionais, dependência psicológica e transtornos de humor associados ao uso dessas substâncias são frequentemente relatadas, mas pouco abordadas em pesquisas acadêmicas no Brasil.

No entanto, a escassez de dados epidemiológicos no país dificulta a compreensão da real dimensão do consumo e de seus efeitos a longo prazo. Em um estudo realizado em Salvador-BA, verificou-se que um número significativo de fisiculturistas recorre a essas substâncias para alcançar resultados imediatos (Alberto; Jorge; Matos, 2002). Além disso, relatos da mídia frequentemente associam o uso indiscriminado de anabolizantes a consequências severas, incluindo problemas psiquiátricos e óbitos prematuros. Diante desse cenário, esta pesquisa revelou-se essencial para compreender os impactos emocionais e comportamentais do uso de esteroides anabólicos em fisiculturistas. Ao investigar essa relação, pretende-se fornecer subsídios para a criação de estratégias de conscientização e prevenção, promovendo a saúde mental desses atletas e auxiliando no desenvolvimento de práticas esportivas mais seguras e equilibradas. Dessa forma, o estudo contribui tanto para a literatura científica quanto para a formulação de políticas de intervenção no meio esportivo.

4. METODOLOGIA

A pesquisa foi realizada no Centro de Treinamento Especializado – Hebreus na cidade de Itabuna – BA, devido á presença elevada de grupos esportivos onde há prática recorrente do fisiculturismo amador. O presente estudo teve origem de natureza qualitativa de corte transversal, com elementos descritivos e exploratórios, buscando compreender as percepções e experiências dos atletas em relação ao uso contínuo de esteroides anabólicos e seus impactos comportamentais e emocionais.

Os dados foram coletados por meio de entrevistas semiestruturadas e de um questionário sociodemográfico, com o objetivo de traçar o perfil dos participantes. As entrevistas foram compostas com perguntas abertas, permitindo a livre expressão das experiências relacionadas ao uso de esteroides. A pesquisa seguiu os princípios da ética em pesquisa com seres humanos, conforme a Resolução nº 466/12 do CNS, garantindo

o anonimato, consentimento livre e esclarecido e a confidencialidade das informações. A análise e transcrição das entrevistas foram descritas manualmente, sendo submetido ao Comitê de Ética em pesquisa tendo como número de parecer aprovado 7.709.331.

Foram incluídos na pesquisa participantes com idade igual ou superior a 18 anos, praticantes amadores de fisiculturismo que possuiam os seguintes requisitos para categoria como, competir em ligas ou federações de nível amador, como a NPC (National Physique Committee) nos EUA ou categorias amadoras da IFBB (International Federation of Bodybuilding and Fitness), não receber remuneração principal pelo esporte, embora possa ganhar prêmios simbólicos, do sexo masculino e feminino, que relatem uso contínuo de esteroides anabólicos, com estimativa de 10 a 15 participantes. Não participaram da pesquisa atletas profissionais de fisiculturismo, menores de 18 anos, que fazem uso esporádico de esteroides anabólicos.

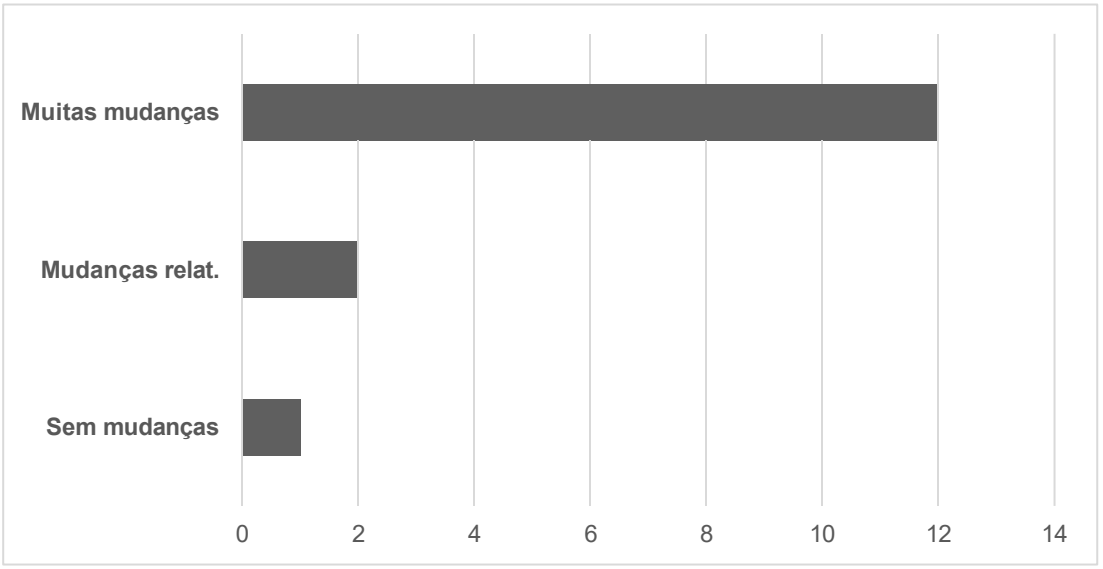
A Definição da Amostra foi não probabilística e intencional, a escolha buscou garantir que os sujeitos tivessem vivência direta com o objeto de estudo. Dessa forma, a análise dos dados seguiu uma abordagem qualitativa, voltada para a interpretação e compreensão das falas dos participantes, buscando significados e padrões de comportamento. Os dados obtidos nas entrevistas foram tratados por meio da análise de conteúdo, que seguiu a proposta de Laurence Bardin (2011), com identificação de categorias temáticas emergentes de forma manual que evidenciaram os impactos emocionais e comportamentais percebidos pelos participantes.

5. RESULTADOS

A amostra da pesquisa foi composta por 15 participantes, sendo 80% do gênero masculino e 20% do gênero feminino, indicando predominância expressiva de homens entre os respondentes. Em relação à faixa etária indicada, 20% dos participantes possuem entre 18 e 24 anos, ~26,67% entre 25 e 34 anos, ~26,67% entre 35 e 44 anos, 20% entre 45 e 54 anos, e ~6,67% têm entre 55 e 64 anos. Essa distribuição revela uma concentração maior de indivíduos nas faixas de 25 a 44 anos, correspondendo ao período de vida adulta jovem e de meia-idade. Quanto ao tempo de uso de esteroides anabólicos, 80% dos participantes relataram utilizar essas substâncias há mais de um ano, enquanto 20% afirmaram ter iniciado o uso entre seis meses e um ano. No que se refere aos efeitos percebidos, 80% dos participantes relataram alterações de humor

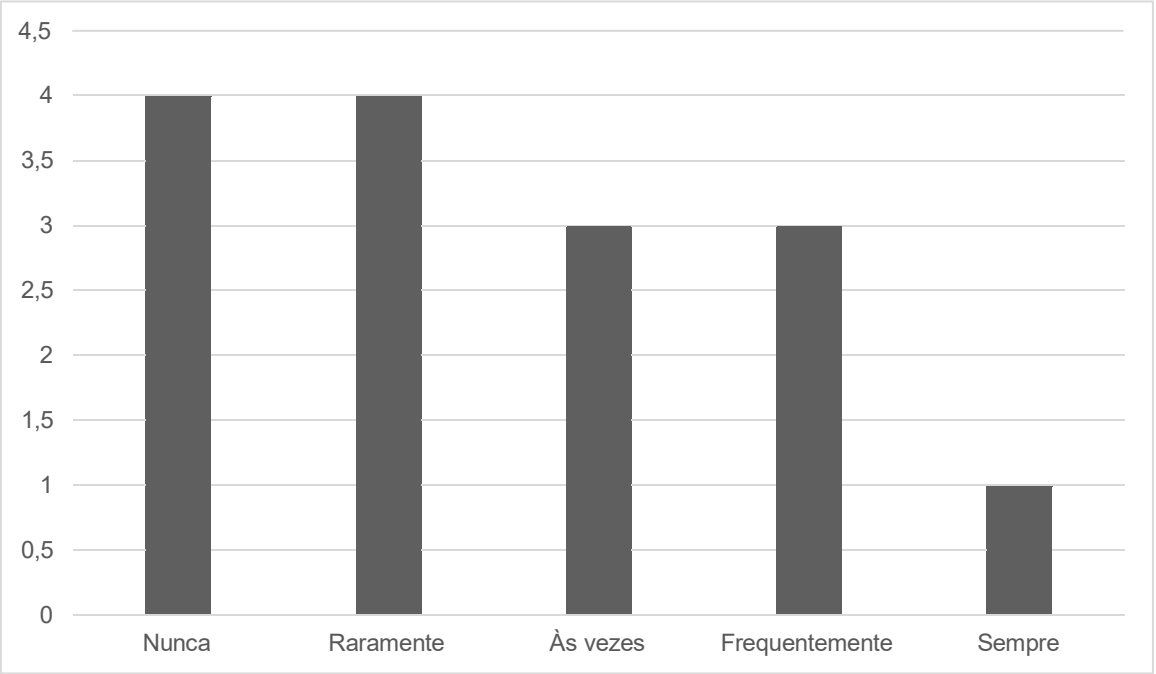
durante o uso dos esteroides, ao passo que 20% afirmaram não perceber mudanças significativas nesse aspecto. No entanto, sobre a percepção geral em relação ao uso de esteroides, 60% dos participantes o classificaram como “muito bom”, aproximadamente 33,3% consideraram o uso “relativamente bom”, e cerca de 6,6% avaliaram a experiência como “nem positiva nem negativa”. De mareira ampla, os resultados indicaram uma amostra predominantemente masculina, adulta e com histórico prolongado de uso de esteroides, além de uma tendência positiva na percepção dos efeitos, ainda que acompanhada por relatos expressivos de alterações de humor.

Figura 1. Autoanálise das percepções relacionadas a mudanças comportamentais



Fonte: Dados da pesquisa, 2025.

Figura 2. Análise da frequência de preocupação com a saúde



Fonte: Dados da pesquisa, 2025.

6. DISCUSSÃO

Os resultados desta pesquisa evidenciam que o uso contínuo de esteroides anabólicos androgênicos está fortemente associado a alterações emocionais e comportamentais em atletas amadores de fisiculturismo. O fato de 80% dos participantes terem relatado muitas mudanças comportamentais e 60% terem percebido alterações de humor corrobora os achados da literatura científica internacional e nacional sobre o tema. Estudos recentes demonstram que o uso de EAA está associado a elevados níveis de depressão e ansiedade entre fisiculturistas. Karagun e colaboradores (2024) conduziram um estudo transversal comparando 25 fisiculturistas usuários de EAA com um grupo controle de não usuários, utilizando os inventários de Beck para ansiedade e depressão. Os resultados mostraram que os escores de depressão e ansiedade foram significativamente maiores no grupo usuário de EAA ($p < 0,0001$), com sete indivíduos relatando ansiedade leve e sete apresentando sintomas depressivos (quatro leves e três moderados), enquanto o grupo controle não apresentou tais sintomas. Estes achados são consistentes com os resultados da presente pesquisa, onde 33,3% dos participantes relataram irritabilidade, 20% ansiedade e 13,3% tristeza profunda. A convergência entre os dados locais e a literatura internacional reforça a validade dos achados e aponta para

a universalidade dos efeitos neuropsicológicos dos EAA, independentemente do contexto cultural.

Mecanismos Neuropsicológicos dos Impactos Emocionais

A literatura científica oferece explicações neurobiológicas para os impactos emocionais observados nesta pesquisa. Os EAA têm a capacidade de alterar o equilíbrio hormonal natural do organismo, resultando em oscilações de humor, irritabilidade e contribuindo para o desenvolvimento transtornos como, depressão e ansiedade. Mais especificamente, essas substâncias afetam sistemas de neurotransmissores cerebrais, notadamente a serotonina e a dopamina, que desempenham papel fundamental na regulação do humor. Pedroso (2012) destaca que estudos em modelos animais demonstraram que o uso crônico de esteroides anabolizantes (stanozolol) reduz os níveis de fator neurotrófico derivado do cérebro (BDNF) e dopamina no hipocampo e córtex pré-frontal. Adicionalmente, observou-se redução na expressão dos receptores de glucocorticoides no hipocampo e aumento dos níveis basais matinais de cortisol plasmático. Estas alterações metabólicas têm sido relacionadas a distúrbios do humor, particularmente à depressão. A presente pesquisa identificou tanto sintomas depressivos (tristeza profunda em ~13,3% dos participantes) quanto sintomas de ativação excessiva (irritabilidade em ~33,3% e agressividade em ~13,3%), sugerindo que diferentes participantes podem apresentar respostas neurobiológicas distintas aos EAA, possivelmente relacionadas a fatores como dosagem, tipo de substância utilizada, tempo de uso e vulnerabilidade individual.

Alterações no Sistema de Recompensa Cerebral e Dependência

Um aspecto crítico identificado na pesquisa foi a dificuldade de interrupção do uso de EAA, com 66,7% dos participantes afirmando não pensar em parar, mesmo diante de efeitos adversos reconhecidos. Este achado pode ser compreendido à luz da literatura sobre o sistema de recompensa cerebral e dependência. O sistema de recompensa cerebral, composto pela área tegmentar ventral (ATV), núcleo accumbens (NAcc), amígdala e córtex pré-frontal, está envolvido na promoção das sensações de prazer, euforia e na busca por ações ou substâncias que possam promover essas sensações. O uso recorrente de esteroides anabolizantes pode alterar o funcionamento deste sistema, resultando em neuroadaptação e, consequentemente, em toxicodependência. A

perspectiva behaviorista proposta por B. F. Skinner (1974) oferece um modelo complementar para compreender a manutenção do uso de EAA. Segundo a teoria do condicionamento operante, o comportamento humano é moldado e mantido por suas consequências. Reforços positivos — consequências favoráveis que seguem um comportamento — aumentam a probabilidade de repetição desse comportamento. No contexto do fisiculturismo amador, os resultados físicos visíveis (aumento de massa muscular, definição corporal), o aumento da autoestima (relatado por ~66,7% dos participantes), o reconhecimento social e a melhora percebida no desempenho funcionam como potentes reforçadores positivos. Por conseguinte, estudos contemporâneos sendo principal objetivo voltado para Terapia de Aceitação e Compromisso (ACT) é justamente desenvolver o repertório oposto: a flexibilidade psicológica. Trata-se da capacidade de entrar em contato de maneira consciente com o momento presente e manejar o comportamento em direção aos próprios valores, de acordo com as condições determinadas pelo contexto (Luoma, Hayes & Walser, 2017).O relato do participante P012 ilustra claramente este mecanismo: "Atraía mulheres, era notado. Me sentia bem, meu corpo transformou e autoestima também". Tais reforços sociais e psicológicos incentivam a continuidade do uso de esteroides, pois o atleta associa o consumo dessas substâncias a benefícios percebidos, aumentando a probabilidade de repetição e manutenção desse comportamento ao longo do tempo. Esta dinâmica de reforço positivo torna-se particularmente problemática quando os benefícios imediatos e tangíveis (ganhos musculares, reconhecimento social) são contrapostos a riscos de saúde futuros e menos imediatos, levando a uma desconsideração dos efeitos adversos a longo prazo.

Identidade Atlética e Pressão Estética

Um dos achados mais significativos desta pesquisa foi a forte associação entre o uso de EAA e a construção da identidade atlética, com 80% dos participantes considerando os esteroides essenciais para o desempenho e a identidade de atleta. As falas dos participantes P012 ("É essencial, sem ele você não parece atleta") e P013 ("Sim, sem ele não existe atleta") evidenciam como o uso de EAA transcende a questão do desempenho físico, tornando-se elemento constitutivo da própria percepção de si como atleta. Este fenômeno está relacionado ao que a literatura denomina de pressão estética no fisiculturismo. Atletas desta modalidade são julgados primariamente por sua

aparência, não por performance esportiva no sentido tradicional. A International Federation of Bodybuilding and Fitness (IFBB) avalia o desenvolvimento muscular de todas as partes do corpo de forma harmônica e equilibrada, criando um padrão estético específico que, na percepção dos atletas e da classe, é inatingível sem o uso de EAA. Estudos sobre autoimagem em fisiculturistas demonstram que estes atletas frequentemente apresentam insatisfação com sua imagem corporal e idealizam um corpo perfeito, utilizando diferentes estratégias, incluindo o uso de EAA, para atingir tal objetivo. A facilidade de acesso a conteúdos nas redes sociais, mencionada pelo participante P011, amplifica esta pressão estética, criando padrões corporais cada vez mais irrealistas e potencialmente inatingíveis sem o uso de substâncias ergogênicas.

Efeitos Paradoxais na Autoestima

Embora ~66,7% dos participantes tenham relatado aumento da autoestima com o uso de EAA, a pesquisa identificou um caso paradoxal (P011) em que o uso de esteroides contribuiu para o desenvolvimento de transtorno dismórfico corporal e redução da autoestima. O participante relatou: "Criou uma psicose de ter um corpo grande e vício de autoimagem" e "Houve baixa autoestima, pois eu queria ficar do jeito que as pessoas queriam". Este caso ilustra um aspecto crítico discutido na de maneira que, quando o uso de EAA é motivado primordialmente pela busca de validação externa, pode ocorrer o desenvolvimento de uma dependência psicológica da substância para manutenção da autoestima, criando um círculo vicioso difícil de romper.

Categorização dos Efeitos Psicológicos segundo Corrigan

A análise dos resultados à luz da categorização proposta por Corrigan (1996) *apud* Silva e colaboradores, (2002) permite uma compreensão sistemática dos efeitos psicológicos observados. Corrigan categoriza os efeitos psicológicos dos EAA em três subdivisões: Primeira categoria - Efeitos imediatos do uso: aumento da confiança, energia e autoestima, acompanhados por maior entusiasmo e motivação, além de insônia, menor fadiga, irritação e agitação. Estes efeitos foram amplamente identificados na presente pesquisa, com ~33,3% participantes relatando aumento de confiança, outros ~33,3%, disposição durante o cotidiano e ~66,7% relatam aumento na autoestima, mas também sintomais como irritabilidade e ansiedade.

Segunda categoria - Uso prolongado com doses exageradas, resultando em perda de

inibição e alterações mais acentuadas do humor. Os relatos do participante P002, usuário desde os 12 anos, e P015, que descreveu oscilações de humor e necessidade de buscar equilíbrio emocional, exemplificam esta categoria. Terceira categoria - Efeitos graves: evolução de sentimentos de agressividade para comportamentos violentos, hostis e antissociais. Embora casos extremos não tenham sido plenamente documentados nesta pesquisa, os relatos de P002 ("excesso de fúria") e P011 ("Potencializou o ódio que sentia dentro de mim") sugerem aproximação com esta categoria, indicando risco potencial de evolução para comportamentos mais graves.

Impactos nas Relações Sociais

Os resultados revelaram padrões diferenciados de impacto nas relações sociais. Enquanto ~26,7% dos participantes relataram melhorias nas relações, especialmente com colegas de treino que compartilham a mesma prática, ~13,3% reportaram deterioração das relações familiares. Este padrão sugere que o uso de EAA pode facilitar a integração em subculturas esportivas específicas, mas ao mesmo tempo criar distanciamento de círculos sociais não relacionados ao fisiculturismo. O relato do participante P002 exemplifica esta dualidade: melhorias nas relações com colegas de treino ("estávamos sempre falando a mesma língua, interação muito boa") contrastam com dificuldades nas relações familiares ("nas relações dentro de casa com os familiares, mudanças bruscas"). Este fenômeno pode estar relacionado tanto às alterações de humor provocadas pelos EAA quanto ao isolamento social que pode ocorrer quando os interesses e prioridades do indivíduo se concentram excessivamente na prática esportiva.

Início Precoce e Uso Prolongado

Um aspecto particularmente preocupante identificado na pesquisa foi o caso de P002, que relatou uso desde os 12 anos de idade. O início precoce do uso de EAA apresenta riscos amplificados, pois ocorre em período crítico do desenvolvimento neuropsicológico e hormonal. Este participante relatou múltiplos efeitos adversos ao longo do tempo, incluindo excesso de fúria, compulsões alimentares e alterações comportamentais, além de ter considerado interromper o uso devido aos efeitos colaterais, mas continuar devido a "disfunções", sugerindo possível dependência hormonal. A literatura do esteroides anábolicos androgênicos e sua relação com a prática desportiva documenta que o uso de EAA durante a adolescência pode resultar em

alterações permanentes no eixo hipotálamo-hipófise-gonadal e ocorrência de alterações eletrocardiográficas, com consequências duradouras para a saúde física e mental. O fato de 80% dos participantes da presente pesquisa utilizarem EAA há mais de um ano indica que a amostra é composta predominantemente por usuários crônicos, grupo no qual os efeitos neuroadaptativos do sistema de recompensa cerebral e a dependência psicológica tendem a estar mais estabelecidos.

Consciência dos Riscos e Minimização de Danos

A pesquisa revelou diferentes níveis de consciência e preocupação com os efeitos colaterais. Embora ~33,3% dos participantes tenham demonstrado preocupação ativa, um número igual (~33,3%) mostrou-se consciente, mas sem preocupação imediata, e outros ~33,3% apresentaram baixa ou nenhuma preocupação com os riscos à saúde.
Esta variabilidade sugere a necessidade de estratégias diferenciadas de intervenção. Parte dos usuários demonstra consciência dos riscos, mas faz uso do que considera "minimização de danos" — como acompanhamento médico, uso de substâncias para mitigar efeitos colaterais, e monitoramento de parâmetros bioquímicos. P004 exemplifica esta abordagem: "Não sinto impacto emocional, faço terapia e uso quantidade mínima de hormônios". No entanto, a percepção de "uso consciente" pode criar falsa sensação de segurança, já que mesmo doses consideradas baixas e uso supervisionado não eliminam os riscos neuropsicológicos e físicos associados aos EAA, especialmente no uso prolongado.

Período de Abstinência e Sintomas de Retirada

Embora a presente pesquisa não tenha focado especificamente no período de abstinência, estudos da Associação Médica Brasileira (2012) indicam que a dependência irá se instalar com os efeitos cumulativos de altas doses associados à vulnerabilidade genética individual e, nessa fase, o uso se dá pelos efeitos mioativos e psicoativos. Apesar da controvérsia entre pesquisadores sobre a existência da dependência de anabolizantes, evidências têm apontado para sua existência. O uso de EAA pode desencadear depressão e ansiedade durante o período de retirada, com indivíduos apresentando risco notável de episódios depressivos maiores nos primeiros meses após a descontinuação. Este aspecto pode contribuir para a dificuldade de interrupção do uso

observada na pesquisa, já que os sintomas de abstinência podem ser interpretados como necessidade de retomar o uso. P010 relatou durante a sua participação: "Não, meu corpo não produz mais naturalmente", evidenciando dependência hormonal que torna a interrupção do uso particularmente desafiadora, pois pode resultar em hipogonadismo e síndrome de abstinência com manifestações físicas e psicológicas significativas.

Comparação com Estudos Nacionais

Os achados desta pesquisa são consistentes com estudos anteriores realizados no Brasil. Iriart e Andrade (2002) investigaram jovens fisiculturistas de um bairro popular de Salvador-BA e identificaram que o uso de esteroides estava associado à busca por padrões estéticos e reconhecimento social, com relatos de alterações comportamentais. Da mesma forma, a presente pesquisa evidencia que a motivação estética e a construção de identidade atlética são fatores centrais no uso de EAA em Itabuna-BA. A convergência entre os achados de diferentes regiões do Brasil sugere que os fatores motivacionais e os impactos psicológicos do uso de EAA no fisiculturismo amador apresentam padrões relativamente consistentes no contexto nacional, possivelmente relacionados a aspectos culturais compartilhados e à influência globalizada de padrões estéticos promovidos por mídias sociais e pela indústria do fitness.

7. CONSIDERAÇÕES FINAIS

O presente estudo permitiu compreender, de forma aprofundada, os impactos emocionais e comportamentais decorrentes do uso contínuo de esteroides anabólicos androgênicos (EAA) entre fisiculturistas amadores na cidade de Itabuna-BA. A análise dos dados evidenciou que, embora os participantes reconheçam benefícios estéticos e funcionais associados ao uso de tais substâncias — frequentemente reforçados pelo meio social e pelas exigências da prática esportiva, esses efeitos positivos convivem com alterações emocionais e comportamentais significativas, indicando risco potencial para o desenvolvimento de quadros psicológicos adversos. Os resultados revelaram que grande parte dos participantes relatou oscilações de humor, irritabilidade, ansiedade, tristeza profunda e, em alguns casos, sinais de dependência psicológica e hormonal. A percepção predominante de que os esteroides são “essenciais” para o desempenho, a estética e até mesmo para a identidade atlética demonstra que o uso dessas substâncias ultrapassa a

dimensão física, chegando a influenciar a construção subjetiva desses atletas. Esse dado reforça o papel da pressão estética e dos reforços sociais, especialmente no contexto das redes sociais e da cultura fitness — como fatores que mantêm e intensificam o uso de EAA. É importante reconhecer as limitações desta pesquisa.

A amostra de 15 participantes, embora adequada para uma pesquisa qualitativa exploratória, limita a generalização dos achados. Além disso, a natureza transversal do estudo não permite estabelecer relações causais definitivas entre o uso de EAA e os impactos emocionais observados. Estudos longitudinais seriam necessários para compreender a evolução temporal dos efeitos psicológicos e identificar fatores de risco e proteção a longo prazo. Adicionalmente, pesquisas futuras poderiam incorporar instrumentos psicométricos padronizados, como os inventários de Beck para ansiedade e depressão, além de avaliações neuropsicológicas mais abrangentes. Ademais, outra limitação importante é a ausência de grupo controle de fisiculturistas não usuários de EAA, o que dificultou a discriminação entre efeitos específicos dos esteroides e características psicológicas prévias dos indivíduos atraídos para o fisiculturismo. Estudos comparativos futuros poderiam esclarecer esta questão.

Os dados obtidos possuem importantes aplicações práticas, especialmente para o campo da Psicologia, da Educação Física e da Saúde Coletiva. Eles podem subsidiar estratégias de prevenção, programas de psicoeducação, políticas institucionais em academias e centros esportivos, e campanhas de conscientização sobre os riscos do uso contínuo de esteroides. Profissionais de saúde mental, por sua vez, podem se beneficiar desses resultados ao compreender melhor a dinâmica emocional, motivacional e identitária que permeia o uso de EAA entre fisiculturistas amadores.Recomenda-se que pesquisas futuras ampliem o número de participantes, incluam instrumentos psicométricos específicos e adotem metodologias longitudinais que permitam acompanhar os efeitos do uso e da abstinência ao longo do tempo. Ademais, estudos que considerem também variáveis socioculturais, familiares e econômicas podem aprofundar a compreensão dos determinantes desse fenômeno. Por fim, espera-se que este estudo contribua para ampliar o debate sobre o tema, fomentando práticas esportivas mais saudáveis e conscientes, além de promover reflexões sobre a complexa relação entre corpo, identidade e saúde mental na contemporaneida

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ASSOCIAÇÃO MÉDICA BRASILEIRA; ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE PSIQUIATRIA. Abuso e dependência de anabolizantes. Elaboração final em: 30 nov. 2012. Disponível em: http://www.projetodiretrizes.org.br/projeto_diretrizes2013/abuso_e_dependencia_de_anabolizantes.pdf. Acesso em: 19 novembro.2025.

CUNHA, T. S. et al.. Esteróides anabólicos androgênicos e sua relação com a prática desportiva. Revista Brasileira de Ciências Farmacêuticas, v. 40, n. 2, p. 165–179, abr. 2004.

Iriart, J. A. B., & Andrade, T. M. de .. (2002). Musculação, uso de esteróides anabolizantes e percepção de risco entre jovens fisiculturistas de um bairro popular de Salvador, Bahia, Brasil. Cadernos De Saúde Pública, 18(5), 1379–1387. **https://doi.org/10.1590/S0102-311X2002000500031**

MEGA MARTINS, Cristiane *et al* . Efeitos psicológicos do abuso de anabolizantes. Ciênc. cogn., Rio de Janeiro , v. 5, n. 1, p. 84-91, jul. 2005 . Disponível em <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1806-58212005000200007&lng=pt&nrm=iso>. acessos em 08 maio 2025.

Neves, V. G. R., *et al*. (2024). "Prevalência do uso de anabolizantes pelo esportista amador - O perfil dos usuários e os efeitos colaterais." Revista Brasileira Interdisciplinar de Saúde – ReBIS.

SAKAI, Jennifer David Silva; CUNHA, Olívia Rodrigues da. Terapia Focal de Aceitação e Compromisso (FACT): revisão de literatura. Rev. SBPH, São Paulo , v. 25, n. 1, p. 109-121, jun. 2022 . Disponível em <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1516-08582022000100010&lng=pt&nrm=iso>. acessos em 20 nov. 2025. https://doi.org/10.57167/Rev-SBPH.v25.033.

SENA, H. L. P. de; QUEIROZ, F. J. G. O uso dos esteroides anabolizantes androgênicos: uma revisão da literatura. Revista JRG de Estudos Acadêmicos , Brasil, São Paulo, v. 5, n. 11, p. 76–87, 2022. DOI: 10.5281/zenodo.7114038. Disponível em: https://revistajrg.com/index.php/jrg/article/view/394. Acesso em: 8 maio. 2025.

Silva, P. R. P. da ., Danielski, R., & Czepielewski, M. A.. (2002). Esteróides anabolizantes no esporte. Revista Brasileira De Medicina Do Esporte, 8(6), 235–243. **https://doi.org/10.1590/S1517-86922002000600005**

SKINNER, B. F. Sobre o Behaviorismo. São Paulo: Cultrix, 1974.