



Anabolizantes y otras sustancias dopantes

¿Lo sabes todo?



Son ampliamente conocidos los beneficios que aportan el ejercicio físico y el deporte en la vida de las personas.

Debido a la evolución social tendente a obtener logros cuanto más rápido mejor y con el menor coste físico posible, a veces ocurre que a lo que en principio sería una práctica saludable, se le suman actitudes que pueden llevar al uso y abuso de sustancias químicas (anabolizantes) para acelerar la consecución de esos y otros objetivos (cultura de lo físico, hedonismo,...).

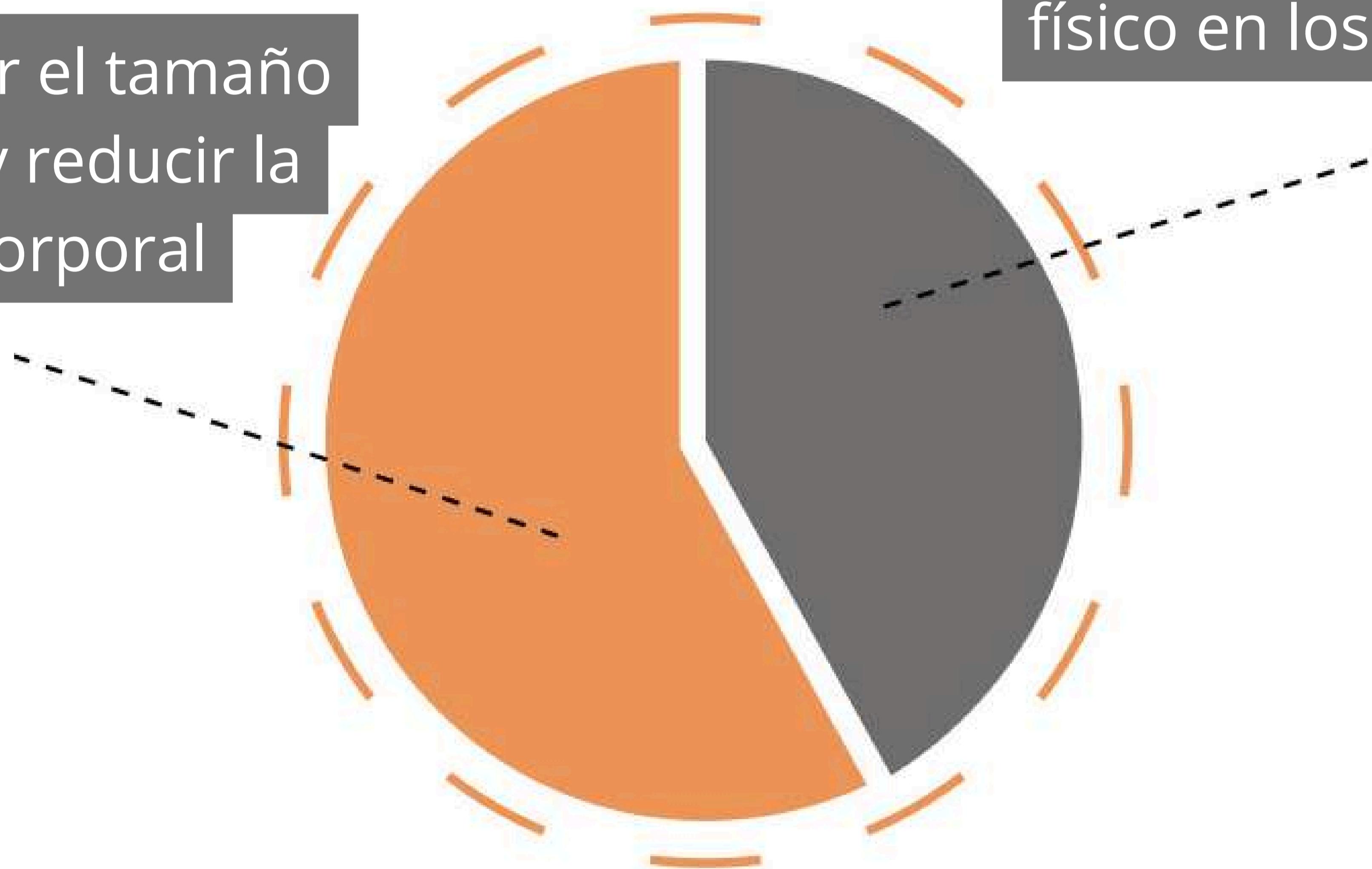
Actualmente, su uso se está extendiendo incluso más allá del ámbito deportivo y su consumo se ha apreciado como droga de abuso, a menudo con fines estéticos, para mejorar la imagen corporal o para superar pruebas físicas selectivas. Las personas que abusan de los anabolizantes presentan un comportamiento adictivo, incluyendo un síndrome de abstinencia, cuyo síntoma más peligroso es la depresión.

	Esteroides Anabólicos-Androgénicos (EAA)	SARMs	Estimulantes y "Quemadores"
Qué son	Sustancias sintéticas basadas en testosterona	Compuestos que se unen selectivamente a receptores de andrógenos	Sustancias que aumentan actividad SNC
Presentación	Inyecciones intramusculares, comprimidos orales, cremas o geles	Líquidos en frascos goteros, cápsulas, vendedores online no regulados	Cápsulas "quemagrasas", pre-entrenos en polvo, anfetaminas disfrazadas
Mecanismo de acción	Se unen a receptores androgénicos, estimulan síntesis proteica y crecimiento muscular	Actúan preferentemente en músculo y hueso, menor efecto en otros tejidos	Aumentan liberación de catecolaminas, aceleran metabolismo
Objetivos juveniles	Aumento rápido de masa muscular, mejora rendimiento físico, reducción fatiga	Ganancia muscular " limpia ", menos efectos secundarios (falso), evitar detección	Pérdida rápida de grasa, mayor energía entrenamiento, supresión apetito

Motivos de abuso

Incrementar el tamaño muscular y reducir la grasa corporal

Mejorar el rendimiento físico en los deportes



Efectos secundarios

ANABOLIZANTES



MUJERES

- Masculinización
- Aumento vello facial
- Cambios del ciclo menstrual
- Aumento del clítoris
- Cambio de la voz más grave



HOMBRES

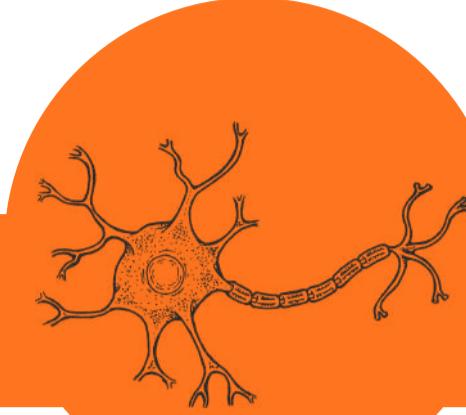
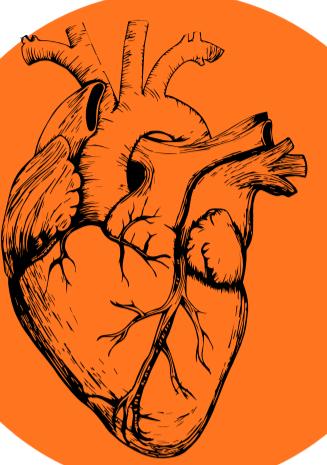
- Impotencia
- Atrofia testicular
- Aumento de próstata
- Aumento de mamas
- Calvicie prematura
- Menos espermatozoides

ADOLESCENTES

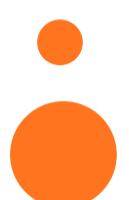
- Aceleramiento de la pubertad
- Cese precoz del crecimiento óseo



E F E C T O S S E C U N D A R I O S



Retención de líquidos



Trastornos anímicos
y depresión



Tremblor



Tumores hepáticos



Hipertensión arterial



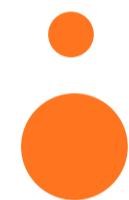
Episodios maníacos e
hipomaníacos



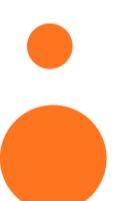
Palpitaciones



Acné/Pelo graso



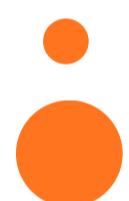
Aumento del colesterol



Agresividad



Quistes



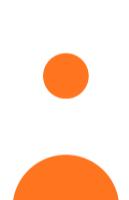
Infartos



Episodios psicóticos



Debilidad muscular/
Osteoporosis



Derrame cerebral



Euforia / Distracción

Otros problemas



Cataratas/Glaucoma

Olvidos / Confusión



Infecciones por técnicas de inyección no estériles

HEPATITIS B
HEPATITIS C



VIH

Efectos secundarios

SARMs

- Toxicidad hepática
- Supresión testosterona natural
- Aumento colesterol LDL
- Problemas cardiovasculares

ESTIMULANTES Y "QUEMADORES"

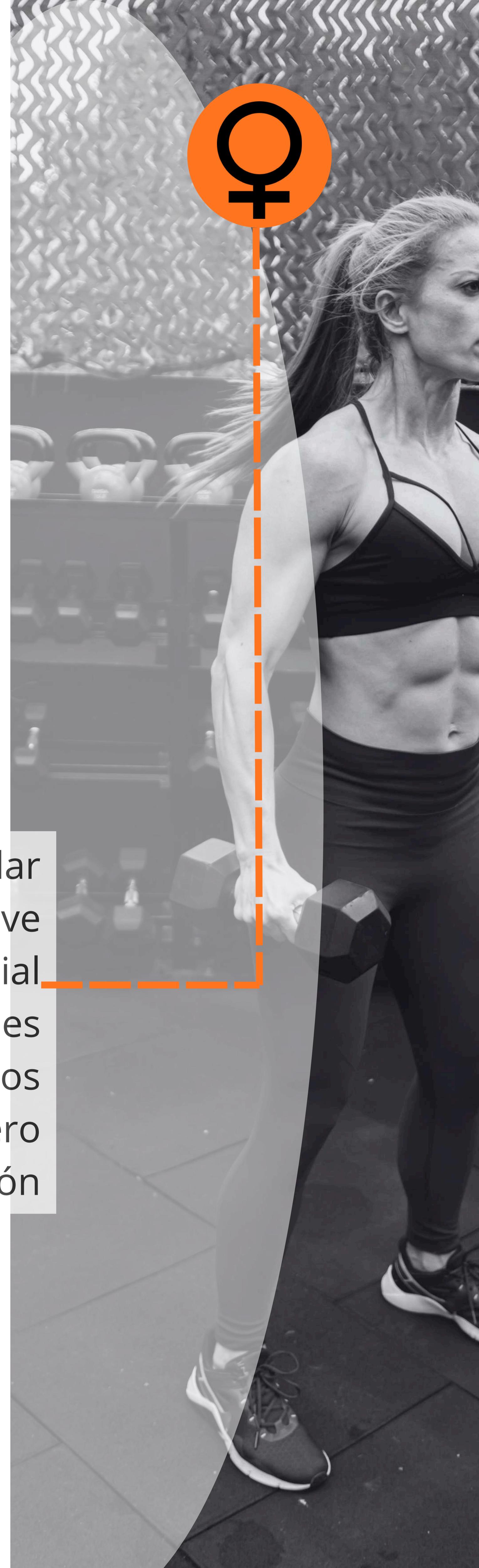
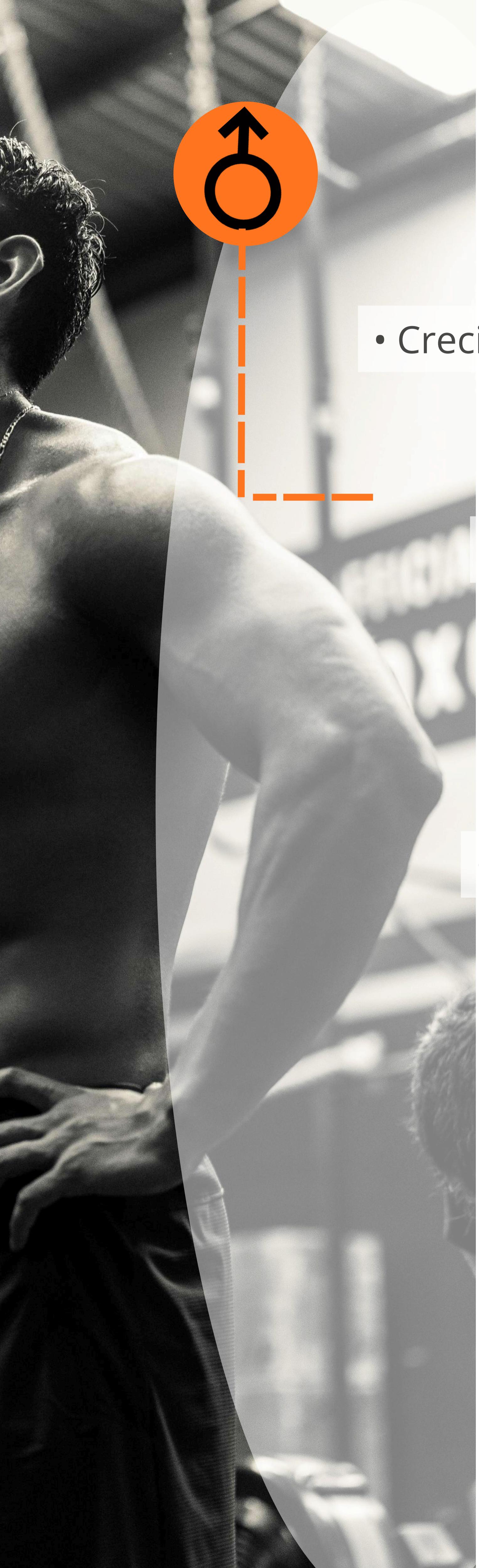
- Ansiedad y ataques pánico
- Arritmias cardíacas
- Insomnio crónico
- Dependencia psicológica



CAMBIOS FÍSICOS

ANABOLIZANTES/SARM'S

- Crecimiento muscular muy rápido
 - Acné severo
 - Alopecia
 - Voz más grave
- Aumento del vello corporal
 - Marcas de inyección
 - Atrofia testicular
 - Ginecomastia
- Aumento rápido de masa muscular
 - Voz grave
 - Aumento del vello facial
 - Alteraciones menstruales
 - Mandíbula/ cuello marcados
 - Acné severo
 - Marcas de inyección



CAMBIOS PSICOLÓGICOS

- Irritabilidad extrema
- Agresividad (roid rage)
- Euforia exagerada
- Depresión en periodos sin uso
- Obsesión corporal
- Aislamiento social
- Baja autoestima

CAMBIOS CONDUCTUALES

- Obsesión excesiva con físico
- Gastos económicos inexplicables
- Aislamiento social
- Negativa hablar sobre rutina



¿Cómo puedo ayudar?



- No confrontar agresivamente** Evitar acusaciones directas
- Escuchar sin juzgar** Crear espacio seguro para diálogo
- Ofrecer apoyo** Expresar preocupación desde el cariño
- Sugerir profesional** Proponer consulta médica o psicológica
- No ser cómplice** No cubrir ni justificar el comportamiento
- Educarse** Informarse sobre riesgos reales
- Mantener comunicación** Seguir disponible para conversar
- Buscar apoyo** Contactar líneas de ayuda o grupos apoyo
- Establecer límites** Definir qué conductas no se tolerarán
- Plan de acción** Desarrollar estrategia gradual de intervención