



# 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.

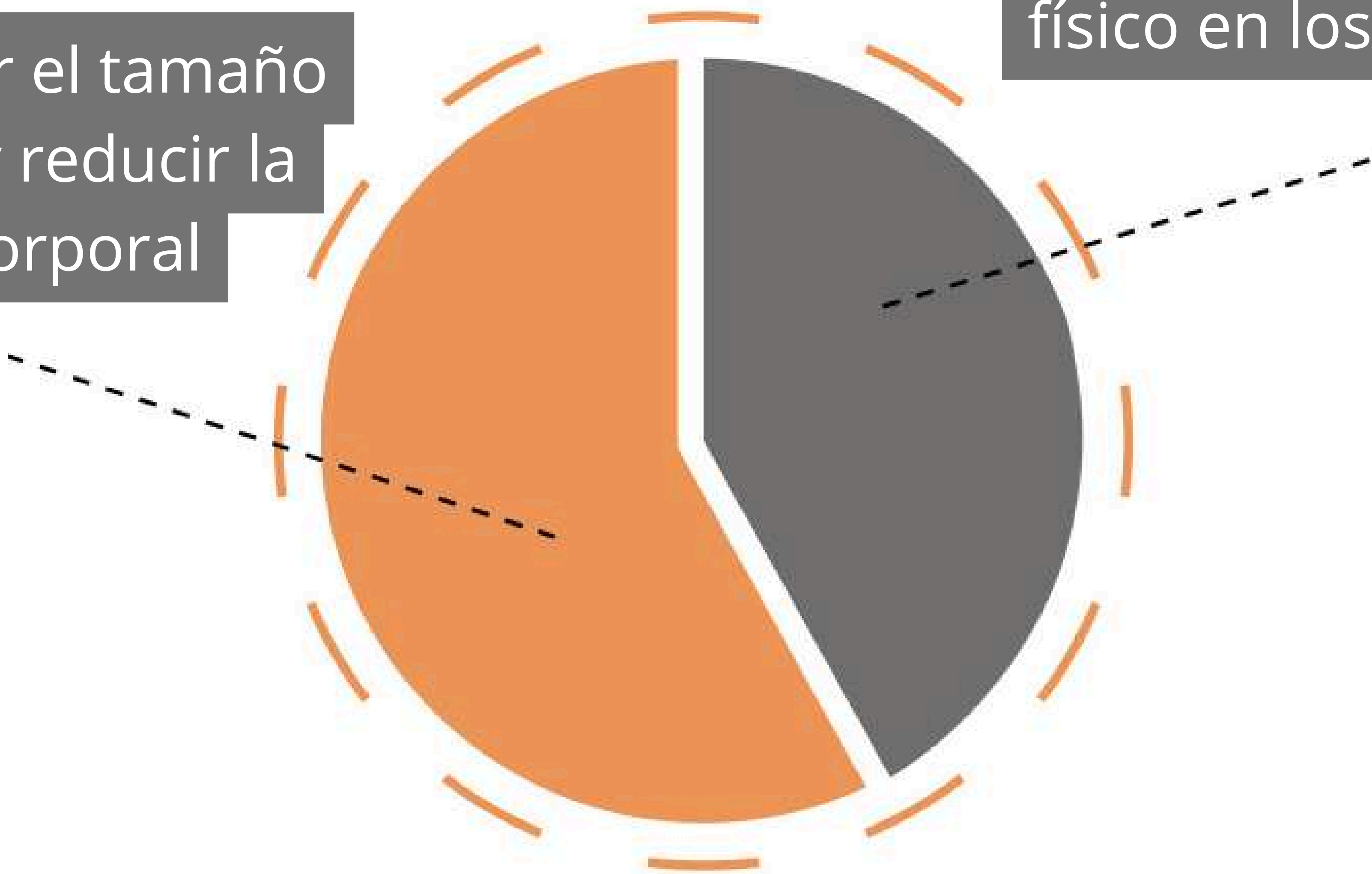


	Esteroides Anabólicos-Androgénicos (EAA)	SARMs	Estimulantes y "Quemadores"
Qué son	Sustancias sintéticas basadas en testosterona	Compuestos que se unen selectivamente a receptores de andrógenos	Sustancias que aumentan actividad SNC
Presentación	Inyecciones intramusculares, comprimidos orales, cremas 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

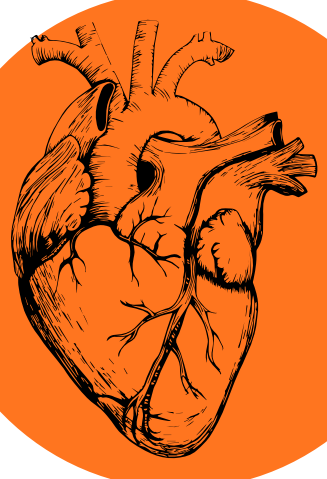
### ADOLESCENTES

- 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



Hipertensión arterial



Aumento del colesterol



Infartos



Derrame cerebral



Trastornos anímicos  
y depresión



Episodios maníacos e  
hipomaniacos



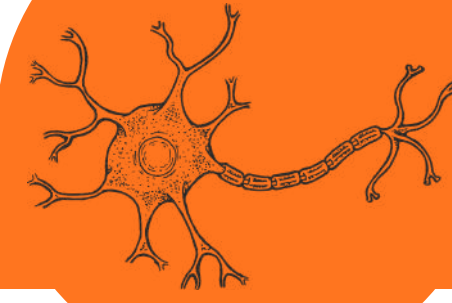
Episodios psicóticos



Euforia / Distracción



Olvidos / Confusión



Temblor



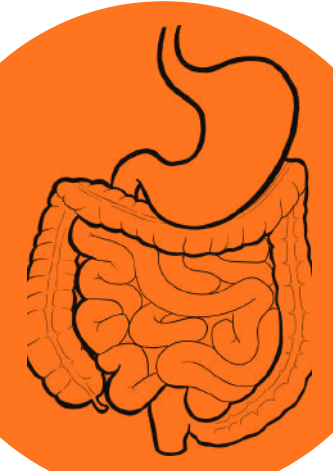
Palpitaciones



Agresividad



Otros problemas



Tumores hepáticos



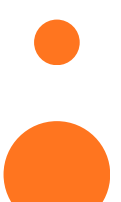
Acné/Pelo graso



Quistes



Debilidad muscular/  
Osteoporosis



Cataratas/Glaucoma



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

ANTE CUALQUIER DUDA CONTACTA CON TU MÉDICO DE ATENCIÓN PRIMARIA