**Anabolizantes e suas reações**

Bruna Soares

Carla Luciana

Luan Morais

Mariane Machado

Claudio Francisco

Rudjeris Fernandes

Igor Scherrer

Jeferson Scherrer

Wallas

Ramom Mesquita

**Resumo**

Este trabalho se trata de uma pesquisa feita pelos alunos acima sobre a importância da saúde nos esportes. Iremos mostrar através deste as consequências dos anabolizantes. E os benefícios dos suplementos,substancias usadas em academias. Mostrando suas reações, e as sequelas que podem vir ocorrer no corpo de quem ingere esta droga, ou os benefícios de quem usada adequadamente os suplementos.

**Palavra chave –** saúde, bem estar, esporte, corpo físico.

* Projeto dos alunos do 1º M03 da EEEFM “Coronel Gomes de Oliveira”
* Profª de Biologia e orientadora do projeto. BetaniaAlpoim

**Aprendendo sobre anabolizantes**

O que são anabolizantes? Os esteroides anabolizantes, são compostos, naturais ou artificias, derivados dos esteroides, relacionados diretamente com a testosterona, um hormônio masculino fabricado pelo testículos.

O uso indicado pela medicina, possuem vários usos clínicos cuja a função principal é a reposição da testosterona no organismo quando, por algum motivo, ocorra algum déficit. Mas os anabolizantes também tem a propriedade de aumentar a massa muscular.

Hoje os atletas e as pessoas muito preocupadas com a beleza física usam os anabolizantes para aumentar a massa muscular e melhorar a performance física .

 O uso indiscriminado dos anabolizantes ,sem indicação medica, podem causar graves problemas de saúde. Em geral os efeitos diversos são aumento de pressão sanquínea. Retenção de líquidos, acne severa, tremores, dores nas juntas, baixa no colesterol,(HDL),icterícia, e dores no fígado. Além disso, aqueles que utilizam a forma injetável e compartilham seringas nas academias, existe o risco de contrair infecção pelo HIV e hepatite. Além destes efeitos no homem os anabolizantes podem causar diminuição do tamanho dos testículos, impotência, desenvolvimento das mamas e redução na produção de espermatozoides, causando infertilidade, calvície, dificuldade para urinar e aumento da próstata. Já nas mulheres pode ocorrer crescimento de pelos no rosto, alterações ou ausência do ciclo menstrual, aumento de clitóris, voz grossa e diminuição dos seios.Os adolescentes podem sofrer consequências graves, os anabolizantes causam uma aceleração na puberdade, como os adolescentes ainda não tem o esqueleto totalmente maduro, podem levar a um crescimento pouco desenvolvido.

 Conhecidos como “bomba” , os anabolizantes são considerados “doping” que são, substancias proibidas que podem causar dependência. A “bomba” é similar ao vicio da cocaína e outras drogas. O comitê olímpico internacional, após exaustivos estudos, considerou os anabolizantes como drogas e seu uso foi totalmente banido de competições oficiais, sendo classificado como “doping”. O atleta infrator sofre penas, como, tem ocorrido frequentemente. O comitê divulgou um lista de 20 asteroides anabolizantes, entre eles o oximetolona, metantriol, metiltestosterona, fluoximetil testosterona e o mesterolona. Os mais utilizados no brasil são o nandrolona e a testosterona.

 Atletas e médicos relatam que anabolizantes aumentam a massa muscular, além de melhorar a força e a resistência.mas não há nenhum estudo comprovando algum beneficio.

**Conhecendo a diferença de anabolizantes e suplementos**

Muitos desses produtos, de fato, ajudam a obter uma performance esportiva melhor, além de diminuir o cansaço e fadiga muscular. No entanto, há diversas marcas não liberadas pela ANVISA – Agência Nacional de Vigilância Sanitária – que são vendidas livremente em lojas especializadas, até mesmo dentro da própria academia. “Esses produtos podem conter substâncias proibidas que oferecem riscos à saúde” mesmo os suplementos liberados, deve haver alguns critérios antes de tomá-los, pois há alguns mitos quanto a real funcionalidade de alguns, além das contraindicações. Por esta razão, a orientação do profissional é sempre muito importante. O uso de termogênicos, por exemplo, para perder peso, é contraindicado em pacientes com doenças cardiovasculares como hipertensão, uma vez que inúmeros compostos utilizados em formulações termogênicas podem aumentar a pressão. Nesse caso, é possível recorrer a suplementos ricos em cromo, magnésio, alguns fitoterápicos, com citrus, chá mate, irvingia, dentre outros”, indica Karina. Ela ainda recorda que um suplemento.

A creatina considerado um dos suplementos mais utilizados para oferecer força ao atleta, a creatina pode, dependendo da dose, causar problemas nos rins e no fígado, principalmente em pessoas que já apresentam anormalidades nesses órgãos.Ao longo do tempo, os suplementos podem deixar de fazer efeito, o treino deve ser regularmente alterado para causar estímulo aos músculos. Muitas vezes, o suplemento também requer ajuste de dose. Por isso, a necessidade de um profissional especializado.

No chá verde, há substâncias que aceleram a lipólise, quebra da gordura, que se encontra acumulada no tecido adiposo. No entanto, é preciso cautela, especialmente em pacientes com pressão alta, pois, dependendo da dose, o chá verde pode estar associado ao aumento da pressão.

Para desenvolver a musculatura, é necessário o estímulo, que vem do treino. O suplemento será o substrato necessário para a hipertrofia da célula. Por isso, sem treino, não há lugar para o suplemento.

**Justificativa e motivação**

Quando pensamos em “esporte e saúde” despertou em nos a preocupação com a saúde de muitos esportistas e ate mesmo pessoas que fazem apenas academia, mas não tem as informações corretas dos riscos e consequências de certos suplementos e anabolizantes. Nossa motivação é alerta do sérios riscos que com uso dessas substancias estas pessoas estão correndo. Principalmente entre nossos amigos, pessoas que convivemos e utilizam algumas dessas substancias, vimos neste projeto a possibilidade de alerta de alguma forma não só eles mais vários adolescentes, jovens e adultos que os utilizam.

**Objetivo**

Este projeto foi desenvolvido utilizando coisas simples do nosso dia a dia para demonstrar os riscos de anabolizantes e a comparação entra anabolizantes e suplementos.

**Objetivo geral**

Mostrar a todos um alerta de uma droga “disfarçada”

**Metodologia**

18/02 - fomos informados da feira com o tema “esporte e saúde”e tivemos a ideia de aborda o tema de anabolizantes

19/03 - Passamos a ideia para Ficha de Avaliação Técnica escolar.

22/03 - pesquisamos dados, estatísticas, sobre o tema.

29/03 - tivemos uma reunião sobre os gastos e materiais necessários.

12/04 - montamos nosso projeto para entregar.

16/04 - fizemos ajustes e melhorias no projeto.

19/04 – entregamos.

**Matérias utilizados**

* Linguiça
* Bixiga de festa
* Vasilha plástica
* Vasilha de vidro
* Cartaz
* Cola quente
* Baner
* Bombinha de encher Bixiga
* anabolizante
* suplementos

**Resultados esperados**

Nosso principal resultado foi alcançado mas ainda falta uma etapa. O principal era transmitir informações estamos conseguindo com sucesso. O outro é conseguir a liberação do anabolizante para levar para a feira, estamos encontrando muitas dificuldades e diversas opiniões sobre, o assunto positivas e negativas. Esperamos que tudo saia como o planejado pois de qualquer objetivo queremos mostrar a todos que podemos ter uma boa estética sem colocar nossa saúde em risco.