

# ANABOLITZANTS: AIXÍ PAGA EL COS LA RECERCA ARTIFICIAL DE RESULTATS

30 maig, 2023

**Font: *salud+deporte***

Tots hem sentit històries sobre el consum d'anabolitzants per "obsessos" de les càrregues i el gimnàs. El seu consum no és general, però si està prou estès com perquè mereixi la nostra

atenció i que li dediquem aquest article.

Hem preguntat pels riscos del consum d'anabolitzants a un dels majors especialistes en medicina de l'esport i en dopatge. Franchek Drobnic, qui dirigeix el grup d'investigació del CAR (Centre d'Alt Rendiment de Sant Cugat), col·labora amb el servei mèdic del FC Barcelona i és membre del comitè d'exempcions d'ús terapèutic de l'Agenda Espanyola Antidopatge (AEPSAD)

### **¿Què són els anabolitzants?**

Per començar, convé aclarir la relació entre els anabolitzants (o esteroides anabòlics andrògens) i la testosterona, una hormona que el nostre cos sintetitza de forma natural a partir del colesterol. També les dones sintetitzen aquesta hormona, malgrat en una quantitat molt inferior respecte als homes.

El pas de la testosterona per alguns teixits produeix efectes androgènics molt coneguts. Així, la testosterona és responsable del pèl facial i corporal dels homes, la calvície androgènica o el creixement de la pròstata. Però a més, produeix efectes anabolitzants, entre els que està l'increment de la massa muscular, estimulants la síntesi de proteïnes.

A partir de la testosterona se sintetitzen els anabolitzants, compostos químics que serveixen fonamentalment per accelerar el creixement dels teixits. És a dir, i per la qual cosa que ens interessen, serveixen per guanyar massa muscular i facilitar l'emmagatzemat d'energia. Els anabolitzants són, per tant, fàrmacs derivats de la testosterona que tenen efectes anabòlics (de reparació i construcció muscular) i androgènics, de forma que "masculinitzen" a qui els pren.

El doctor Franchek Drobnic explica que la seva utilització medicinal és escassa. Hi ha persones que pot necessitar petites dosis, generalment aplicades mitjançant cremes. Però, l'expert assenyala que "el marge terapèutic no és molt ampli, els efectes col·laterals apareixen amb certa facilitat en tractaments de duració llarga, i hi ha idiosincràsies particulars.

Així i tot, altra cosa és ús per l'activitat esportiva. "Els anabolitzants serveixen per facilitar una recuperació dels

teixits amb major rapidesa. Això es trasllada a l'esport facilitant la recuperació d'una sessió de treball a altre", explica l'expert. L'explicació és senzilla: "si es recupera millor la fibra i aguanta millor les sessions, menys fibres s'ha de recompondre l'endemà". L'ús més conegut es dona en esports com el culturisme, perquè millora la massa muscular.

Però si la utilització és continuada i en dosi orientada al treball, pot servir també per millorar aspectes específics del rendiment, com la potència de salt, la velocitat o les qualitats de resistència, il·lustra el doctor Drobnic: "Es facilita una millor adaptació a les càrregues de treball, però s'ha de tenir en compte que si no treballa el múscul, l'anabolitzant no serveix per res".

### **Efectes secundaris per consumir anabolitzants**

L'expert antidopatge ressalta que la finalitat en un ús esportiu són antiètics. "El primer risc que té un esportista és que donarà positiu. El sancionaran i possiblement també sancionen a tot el seu entorn" adverteix. Però a més de les conseqüències legals, el consum d'anabolitzants té efectes físics i fins i tot psicològics:

- Es produeixen una sèrie de canvis estètics, com un major hirsutisme (desenvolupament de pèl excessiu), disposició de greix més masculina, o el canvi del to de veu. En els barons s'accentua la tendència a l'alopecia.
- Es produeixen alteracions en els nivells de lípids en sang (amb un augment de colesterol).
- Hi ha una alteració en la sensibilitat dels capil·lars per contraure's al fred o dilatar-se a la calor.
- Segons el doctor, "tot facilita que pugui haver-hi zones en les quals es limiti el trànsit d'hematies, de manera que en el múscul es creu una zona d'isquèmia", on l'aportació sanguínia arterial estigui disminuït.
- El cor també pateix una certa hipertròfia, perquè es produeix un creixement de la massa muscular".
- "Hi ha efectes en l'àmbit cardíac, sembla també que augmenta el nombre de glòbuls vermells i algunes persones poden tenir

problemes de deshidratació" completa el nostre expert.

- Existeixen riscos de mal hepàtic, perquè l'anabolitzant es metabolitza en tots els teixits, però sobretot en el fetge. "El fetge té un marge de treball, i superat es produeixen alteracions. S'han descrit facilitat per tenir carcinoma hepàtic, alteracions de vies biliars".

### **Anabolitzants i agressivitat, una relació que no es pot demostrar**

Però, el doctor Drobic és escèptic amb la creença, molt popular durant un temps, de què el consum d'anabolitzants augmenta l'agressivitat. Aquesta creença pot tenir el seu origen en un estudi signat per Eklöf i altres autors, al ja llunyà any 2003 i titulat "La línia telefònica antidopatge, un medi per capturar l'abús dels agents dopants en la societat sueca i una nova funció de servei en farmacologia clínica".

En aquest estudi, realitzat a partir de 4.339 enquestes portades a terme per l'Institut de Salut de Suècia, es descrivia la prevalença d'efectes psiquiàtrics, urogenitals i altres efectes secundaris en persones que havien utilitzat productes dopant. La gran majoria estaven vinculats a gimnasos i havien consumit anabolitzants. El 19,2% dels 4.339 enquestats referia haver tingut episodis d'agressivitat, mentre que el 19% referia depressió. Un 15,1% assenyalava que li havien produït "preocupació", i el 9,5% ressentava "canvis de personalitat".

Però, la pàgina oficial nord-americana [www.drugabuse.gov](http://www.drugabuse.gov) assenyalava que "no es coneix fins a quin punt l'abús dels esteroides contribueixen a la violència i trastorns conductuals a l'esport". "Els científics han tractat de provar l'associació entre els esteroides anabòlics i l'agressió administrant dosis altes d'esteroides o de placebos per dies o setmanes a voluntaris humans i demanant-los que informin sobre els seus símptomes conductuals. A la data, s'han realitzat quatre d'aquests estudis. En tres d'ells, les dosis altes d'esteroides van produir més sentiments d'irritabilitat i agressió que el placebo, encara que els efectes van semblar ser summament variables en els diferents voluntaris. En un

estudi, les drogues no van tenir l'efecte" indica el govern federal d'els Estats Units.

En altre estudi de revisió sobre les conseqüències psiquiàtriques i mèdiques a llarg termini de l'abús d'anabolitzants, de data 2008, els autors de "toxicitat cardiovascular irreversible", efectes ateroscleròtics i cardiomiopaties. També assenyalen que l'abús d'anabolitzants semblen associar-se amb "un ampli ventall d'efectes psiquiàtrics perllongats, que inclouen síndromes de dependència, canvis d'humor i desenvolupament cap altres formes d'abús de substàncies. Però, la prevalença i la severitat d'aquests efectes encara és molt desconeguda".

### **Els riscos del mercat negre d'anabolitzants**

Sigui com fos. Drobnic completa la seva advertència al·ludint a un risc accessori, però no menor. Com l'ús d'anabolitzants requereix prescripció mèdica, hi ha qui adquireix en el mercat negre copies amb origen en països com la Xina, sense la traçabilitat dels anabolitzants de farmàcia, que es venguin a estraperlo en gimnasos u altres llocs. "No tenen una seguretat, es fan en fàbriques que fan productes de baixa qualitat, poden contenir contaminants, i també augmenta la possibilitat d'hepatopaties", alerta l'expert. Els mals dels anabolitzants no són "reversibles" perquè produeixen una alteració del teixit.

Drobnic assenyala que encara l'ús d'anabolitzants en competició sembla estar en retrocés i és "quasi nul" per la facilitat per identificar-los, segueix havent-hi un problema en els gimnasos. A aquest tràfic solen estar destinats els anabolitzants incautats a les batudes que es produeixen cada cert temps, i és el que s'ha d'erradicar. "Jo no ho recomanaria a ningú. Només si hi ha orientació terapèutica", conclou.