

INTRODUCCIÓN A LOS ESTEROIDES ANABÓLICOS

Dr. David Lezama del Valle. Fisicoculturismo y Fitness. Año 3. #22. Pág. 21. **(2da. Parte)**

En el artículo anterior hablamos de manera general de las funciones de la testosterona (hormona sexual masculina) en cuanto a los efectos androgénicos (características sexuales secundarias propiamente masculinas) y anabólicos (masa muscular, densidad ósea, producción de eritrocitos). También se revisó la fisiología de la testosterona en el desarrollo de la masa muscular.

Los esteroides anabólicos, como ya sabemos, son derivados sintéticos de la testosterona, y aunque su uso médico es para tratar deficiencias hormonales y prevenir catabolismos musculares en padecimientos específicos, un hecho que no podemos negar es que su uso entre deportistas de rendimiento o deportistas que necesitan volúmenes de masa muscular ha ido en aumento. Como ya mencionamos, el uso de esteroides está prohibido por la mayoría de las federaciones deportivas y por el comité olímpico internacional.

En este artículo seguiremos hablando de los efectos de los esteroides anabólicos en el cuerpo analizando los efectos secundarios que pueden ocasionar.

EFFECTOS SECUNDARIOS DE LOS ESTEROIDES

La acción de la testosterona puede ser tanto benéfica como perjudicial para el cuerpo, en el lado positivo esta hormona tiene un impacto directo en el crecimiento del tejido muscular, la producción de glóbulos rojos y en el bienestar de todo el organismo, pero también puede tener un efecto negativo afectando negativamente la producción de los aceites de la piel, el crecimiento del vello corporal, facial y del cráneo y los niveles del colesterol en el cuerpo, tanto bueno como malo entre otras cosas. De hecho los hombres tienen un promedio de vida menor que las mujeres, mayormente debido a los defectos cardiovasculares que esta hormona pudiera ayudar a desarrollar. La testosterona también se convierte naturalmente en estrógeno en el cuerpo masculino. Una elevación de los niveles de estrógeno en los hombres puede incrementar la tendencia a retención de agua, acumulación de grasa y frecuentemente causará el desarrollo de las glándulas mamarias (ginecomastia). Claramente podemos ver que la mayoría de los efectos negativos malos de los esteroides son simplemente las acciones de la testosterona que no tomamos en cuenta o que no ponemos atención cuando tomamos un esteroide. Elevar los niveles de testosterona en el cuerpo simplemente va a mejorar tanto las propiedades buenas como malas. Un aspecto importante es la posibilidad de daño hepático que es una preocupación aislada al uso de esteroides orales 17 alfa-alquilados.

Algunos de los efectos secundarios que pueden presentarse asociados al uso de esteroides anabólicos son:

ACNÉ

El acné rampante es uno de los indicadores más obvios del uso de esteroides. Los adolescentes generalmente resisten periodos de acné irritante a medida que sus niveles de testosterona empiezan a aumentar, pero esto generalmente desaparece con la edad, pero cuando se están tomando esteroides anabólicos androgénicos un adulto enfrentará este mismo problema, esto es debido a que las glándulas sebáceas que secretan aceites en la piel son estimuladas por los andrógenos, incrementándose el nivel de hormonas en la piel puede por lo tanto aumentar la producción de aceites causando acné en la espalda, hombros y cara. El uso de esteroides androgénicos fuertes puede ser muy problemático, en algunos casos apenas se ven los brotes de acné. Para tratar el acné el atleta tiene varias instancias y opciones, la más obvia desde luego es tener una muy estricta limpieza y usar tratamientos tópicos.

INTRODUCCIÓN A LOS ESTEROIDES ANABÓLICOS

Dr. David Lezama del Valle. Fisicoculturismo y Fitness. Año 3. #22. Pág. 21. **(2da. Parte)**

AGRESIVIDAD

El comportamiento agresivo puede ser uno de los más temibles aspectos del uso de esteroides. Los hombres son típicamente más agresivos que las mujeres debido a la testosterona y es de suponer que el uso de esteroides especialmente andrógenos pueden incrementar las tendencias agresivas de una persona, en algunos casos esto pudiera ser un beneficio ayudando al atleta a atacar las pesas más intensamente o a desempeñarse mejor en la competencia, muchos levantadores de pesas profesionales y fisicoconstructivistas le toman gusto a este efecto del esteroide pero en el otro lado no hay nada más descontrolado que un hombre adulto, fuerte y musculoso que no puede controlar su temperamento, un usuario de esteroides que muestra una furia incontrolable es, desde luego un peligro para él mismo y para otros.

SHOCK ANAFILÁCTICO

El shock anafiláctico es una reacción alérgica a la presencia de una proteína extraña en el cuerpo, ocurre más frecuentemente cuando un individuo tiene alergia a cosas como una medicina, en particular como la penicilina, mordeduras de insectos, químicos industriales o del hogar, comidas particularmente como, nueces, mariscos, frutas o aditivos y preservativos que le ponen a la comida como, el sulfuro.

Con este desorden que puede ser fatal, los músculos lisos son estimulados para contraerse, lo cual puede dificultar y restringir la respiración de una persona, los síntomas incluyen sensación de asfixia, inflamación, salpullido, fiebre, erupciones, un notable descenso en la presión sanguínea, mareos, inconsciencia, convulsiones, y hasta la muerte. Esta reacción no sucede realmente con productos hormonales como los esteroides anabólicos androgénicos, pero esto puede cambiar con la creciente manufactura de otro tipo de medicamentos y el contrabando, ya que no hay controles de calidad para los productores del mercado negro, en los que toxinas pueden encontrarse en algunas de estas preparaciones; particularmente, en los compuestos inyectados, y ocasionar una reacción de shock anafiláctico.

DEFECTOS DE NACIMIENTO

Los esteroides anabólicos androgénicos pueden tener un efecto muy pronunciado en el desarrollo de un feto, por lo que las mujeres que planeen embarazarse se abstengan del uso de cualquier tipo. Aunque los esteroides anabólicos androgénicos pueden reducir la cuenta de esperma, la fertilidad masculina no está ligada a efectos de nacimiento cuando alguien que toma esteroides es el padre de un niño.

CAMBIOS EN LA COAGULACIÓN SANGUÍNEA

El uso de esteroides anabólicos androgénicos ha demostrado que incrementa el tiempo de protombina o la duración que tarda para que un coágulo sanguíneo se forme. Esto básicamente significa que mientras un individuo esté tomando esteroides, él o ella pudieran notar que les toma más de lo normal que una pequeña cortada o una hemorragia nasal pare. Esto podría causar serios problemas si hay un severo accidente o se necesita una cirugía de emergencia.

CÁNCER

Aunque es una creencia popular que los esteroides te pueden dar cáncer, actualmente es un fenómeno muy raro, dado que los esteroides anabólicos androgénicos son una versión sintética de una hormona natural que tu cuerpo puede metabolizar muy fácilmente. Usualmente ponen poca carga y poco estrés

INTRODUCCIÓN A LOS ESTEROIDES ANABÓLICOS

Dr. David Lezama del Valle. Fisicoculturismo y Fitness. Año 3. #22. Pág. 21. **2da. Parte)**

en estos órganos, de hecho muchos compuestos esteroides son seguros para administrar a individuos que tienen una condición hepática con muy pocos efectos negativos. La única excepción real a esto es con el uso de compuestos alfa-alquilados C-17 los cuales debido a su alteración química son tóxicos para el hígado. Algunos estudios han señalado la posibilidad de desarrollar el tumor de Will con un abuso de esteroides, lo cual es una forma muy seria de cáncer renal, aunque estos casos son raros.

ENFERMEDADES CARDIOVASCULARES

Como se mencionó antes, el uso de esteroides anabólicos androgénicos pudiera tener un impacto en el nivel de las lipoproteínas de baja densidad LDL y en los valores totales de colesterol. Las LDL tienen el efecto negativo sobre el sistema cardiovascular ayudando en la construcción de las placas de colesterol en las paredes arteriales. El patrón general visto con uso de esteroides es una disminución de la concentración de HDL mientras que el colesterol total y la LDL aumenta. El aumento en estos niveles aumenta el riesgo de sufrir enfermedades cardiovasculares.

DEPRESIÓN

El uso de esteroides obviamente tiene un impacto en los niveles hormonales del cuerpo, lo cual a su vez pudiera resultar en un cambio en la disposición general o en el humor. Por un lado, podemos ver un comportamiento muy agresivo, pero el otro extremo de depresión también existe. La depresión usualmente ocurre cuando los niveles de andrógenos / estrógenos en un individuo están muy desbalanceados. Esto es más común con fisicoconstructivistas hombres, cuando los esteroides anabólicos andrógenos se suspenden, ya que durante este período los niveles de estrógeno pueden permanecer notablemente elevados debido a la aromatización de los esteroides lo cual frecuentemente se conjuga con una disminución en los niveles de testosterona endógena, una vez que los esteroides ya no estén presentes en el cuerpo, el atleta puede tener niveles de andrógenos extremadamente bajos hasta que el cuerpo se recupera.

GINECOMASTIA

La ginecomastia es el término médico para el desarrollo de las glándulas mamarias femeninas en el cuerpo masculino. Esto ocurre cuando en el hombre se presentan niveles inusualmente elevados de estrógeno, particularmente con el uso de andrógenos con fuerte aromatización como la testosterona y el Dianabol. El exceso de estrógenos puede actuar en los receptores, en las glándulas y producir una notable inflamación abajo del pezón, si se deja sin chequeo esto puede llevar a un crecimiento del tejido. La inflamación bajo el pezón es el primer signo de ginecomastia y es un claro indicador que un antiestrógeno es necesario, si esta inflamación progresa hacia pequeños nódulos que parecen como canicas, se debe tomar acción inmediatamente. Si los esteroides se continúan usando en este punto sin una droga que contrarreste sus efectos, el usuario se encontrará entonces atrapado con un crecimiento que requiera cirugía para su remoción.

PÉRDIDA DE CABELLO

El uso de esteroides altamente androgénicos puede impactar negativamente el crecimiento del cuero cabelludo, de hecho es la forma más directa de pérdida de cabello en los hombres. En individuos con tendencia genética a la pérdida de cabello prematura tendrán mayor riesgo a sufrir estos efectos. Es importante señalar que la caída de cabello por esta causa es irreversible. **(Continuará...)**