

## USO DE ESTEROIDES ANABOLIZANTES EM JOVENS E ADOLESCENTES: UM DESAFIO PARA A SAÚDE COLETIVA

USE OF ANABOLIC STEROIDS IN YOUTH AND ADOLESCENTS: A CHALLENGE FOR PUBLIC HEALTH

USO DE ESTEROIDES ANABÓLICOS EN ADOLESCENTES Y JÓVENES ADULTOS: UN DESAFÍO PARA LA SALUD PÚBLICA

Arthur Peçanha Galante<sup>1</sup>  
Cauan de Paula Souza<sup>2</sup>  
Fabio Augusto Favalessa Pinheiro<sup>3</sup>  
Lara Amorim Ferreira<sup>4</sup>  
Nathália Lara Batista Piovezan<sup>5</sup>  
Yasmin de Oliveira<sup>6</sup>  
Walace Fraga Rizo<sup>7</sup>

**RESUMO:** O uso indiscriminado de esteroides anabolizantes androgênicos (EAA) entre adolescentes tem se tornado um desafio crescente para a saúde coletiva. A questão central deste artigo foi avaliar o impacto de uma intervenção educativa no conhecimento e na percepção de risco sobre o uso de esteroides anabolizantes entre estudantes do ensino básico. O estudo, de caráter descritivo, quantitativo e transversal, foi conduzido em uma escola pública de Cachoeiro de Itapemirim-ES. A intervenção consistiu em uma palestra expositivo-dialogada, seguida da aplicação de um questionário estruturado de múltipla escolha, respondido por 40 estudantes. A análise ocorreu por meio de estatística descritiva. Os resultados evidenciaram que, embora a maioria já tenha ouvido falar sobre esteroides anabolizantes, persistem lacunas relevantes no conhecimento prévio. Após a intervenção, observou-se expressiva redução na crença de que essas substâncias podem ser utilizadas para ganho de massa muscular sem prescrição médica (de 22,5% para 5%). Houve também maior compreensão das indicações clínicas, aumento da percepção de risco e fortalecimento da autonomia para escolhas saudáveis: 87,5% declararam-se mais capacitados e 92,5% reconheceram a prática de exercícios físicos associados à alimentação equilibrada como a opção mais adequada. Conclui-se que a intervenção produziu conhecimento crítico e a percepção de risco, destacando a relevância de ações educativas contínuas na prevenção do uso indevido de esteroides anabolizantes entre adolescentes.

**Palavras-chave:** Adolescentes. Educação em saúde. Esteroides androgênicos anabolizantes.

<sup>1</sup>Discente do curso de Medicina na Faculdade Brasileira de Cachoeiro-ES.

<sup>2</sup>Discente do curso de Medicina na Faculdade Brasileira de Cachoeiro-ES.

<sup>3</sup>Discente do curso de Medicina na Faculdade Brasileira de Cachoeiro-ES.

<sup>4</sup>Discente do curso de Medicina na Faculdade Brasileira de Cachoeiro-ES.

<sup>5</sup>Discente do curso de Medicina na Faculdade Brasileira de Cachoeiro-ES.

<sup>6</sup>Discente do curso de Medicina na Faculdade Brasileira de Cachoeiro-ES.

<sup>7</sup>Doutor em Ciências, Universidade de São Paulo, USP/RP - Docente do curso graduação em Medicina na Faculdade Brasileira de Cachoeiro- ES.

**ABSTRACT:** The indiscriminate use of Androgenic Anabolic Steroids (AAS) among adolescents has become a growing challenge for public health. To assess the impact of an educational intervention on knowledge and risk perception concerning anabolic steroid use in elementary school students. This descriptive, quantitative, and cross-sectional study was conducted at a public school in Cachoeiro de Itapemirim, ES, Brazil. The intervention consisted of a lecture-based expository-dialogical session, followed by the application of a structured multiple-choice questionnaire answered by 40 students. Data were analyzed using descriptive statistics. The results showed that although most students had heard of anabolic steroids, relevant gaps in prior knowledge persisted. After the intervention, a significant reduction was observed in the belief that these substances can be used for muscle gain without a medical prescription (from 22,5% to 5%). There was also greater understanding of clinical indications, increased risk perception, and strengthened autonomy for healthy choices: 87,5% of participants felt more empowered, and 92,5% recognized physical exercise combined with a balanced diet as the most appropriate alternative. It is concluded that the intervention effectively promoted critical knowledge and enhanced risk perception, highlighting the relevance of continuous educational actions in preventing the misuse of anabolic steroids among adolescents.

**Keywords:** Adolescent. Health Education. Anabolic Androgenic Steroids.

**RESUMEN:** El uso indiscriminado de esteroides anabólicos androgénicos (EAA) entre adolescentes se ha convertido en un desafío creciente para la salud pública. Analizar el efecto de una intervención educativa en el conocimiento y la percepción de riesgo relacionada con el uso de esteroides anabólicos en escolares. El estudio, de carácter descriptivo, cuantitativo y transversal, fue realizado en una escuela pública de Cachoeiro de Itapemirim-ES, Brasil. La intervención consistió en una conferencia expositivo-dialogica, seguida de la aplicación de un cuestionario estructurado de opción múltiple, respondido por 40 estudiantes. El análisis se realizó mediante estadística descriptiva. Los resultados evidenciaron que, aunque la mayoría había oído hablar sobre esteroides anabólicos, persistían lagunas relevantes en el conocimiento previo. Tras la intervención, se observó una reducción significativa en la creencia de que estas sustancias pueden utilizarse para ganar masa muscular sin prescripción médica (de 22,5% a 5%). También hubo una mayor comprensión de las indicaciones clínicas, un aumento de la percepción de riesgo y un fortalecimiento de la autonomía para elecciones saludables: el 87,5% se declaró más capacitado y el 92,5% reconoció la práctica de ejercicio físico asociada a una alimentación equilibrada como la opción más adecuada. Se concluye que la intervención generó conocimiento crítico y percepción de riesgo, destacando la relevancia de acciones educativas continuas en la prevención del uso indebido de esteroides anabólicos entre adolescentes.

**Palabras clave:** Adolescentes. Educación en Salud. Esteroides Anabólicos Androgénicos.

## 1. INTRODUÇÃO

Os esteroides anabolizantes são hormônios, tanto naturais quanto produzidos sinteticamente, que têm a capacidade de intensificar o aumento da musculatura e da força física. Seu mecanismo de ação envolve a aceleração da síntese de proteínas e a diminuição do processo de degradação muscular, favorecendo, assim, o crescimento dos músculos. Do ponto de vista químico, possuem estrutura muito próxima à da testosterona, principal hormônio sexual masculino, o que possibilita sua ligação aos receptores androgênicos do corpo. Por essa semelhança, além dos efeitos anabólicos desejados, também exercem ações androgênicas, como a indução de características sexuais secundárias masculinas. Essas propriedades explicam tanto

os efeitos buscados por usuários que empregam essas substâncias sem finalidade terapêutica quanto os riscos potenciais decorrentes do uso inadequado (SANTOS, 2020).

Essas substâncias anabólicas vêm sendo utilizadas há várias décadas, tanto em contextos clínicos quanto de forma não supervisionada por profissionais da saúde. Dados estimam que, já em 1993, mais de um milhão de pessoas nos Estados Unidos haviam recorrido a essas substâncias, indicando um uso disseminado muito antes da popularização atual das práticas de modificação corporal. No Brasil, observa-se que o consumo é especialmente prevalente entre homens de 18 a 34 anos, faixa etária frequentemente exposta a padrões estéticos rígidos e à valorização de corpos hipertrofiados. O uso abusivo dos EAA sem orientação médica amplia os riscos associados a efeitos adversos (BROCH et al., 2016).

O uso indiscriminado de esteroides anabolizantes androgênicos (EAA) entre adolescentes configura um grave problema de saúde pública, impulsionado pela pressão de padrões estéticos irreais difundidos pela mídia e pelas redes sociais. Esses fatores levam muitos jovens a iniciarem precocemente o consumo dessas substâncias, frequentemente sem orientação médica (CAVALCANTE et al., 2018). Ao longo do tempo, o uso de esteroides anabolizantes sem orientação médica esteve majoritariamente associado ao contexto esportivo, sobretudo entre atletas profissionais e fisiculturistas que buscavam aprimorar sua performance física. Entretanto, nas últimas décadas, observou-se um aumento expressivo no consumo dessas substâncias pela população em geral, abrangendo também pessoas que não praticam atividades esportivas (REYES-VALLEJO et al., 2020).

No ambiente escolar, onde adolescentes e jovens são particularmente vulneráveis aos padrões estéticos corporais, o uso de esteroides anabolizantes androgênicos (EAA) apresenta uma prevalência mundial variada, oscilando entre 0,2% e 5,4% ao considerar ambos os sexos (MOREIRA, et al., 2019). Os estudos evidenciam que a educação em saúde no ambiente escolar constitui uma das estratégias mais efetivas para aprimorar indicadores de promoção da saúde e prevenção de agravos. Além disso, a articulação entre os setores da saúde e da educação, promovida pela perspectiva intersetorial, é amplamente reconhecida na literatura especializada como fundamental para potencializar ações educativas de maior alcance e relevância. Essa colaboração favorece a elaboração de metodologias mais adequadas e a implementação de abordagens alinhadas às necessidades específicas dos usuários das instituições educacionais e dos serviços de saúde (JACOB, et al., 2019). Dessa forma, o objetivo deste trabalho é avaliar o

impacto de uma intervenção educativa no conhecimento e na percepção de risco sobre o uso de esteroides anabolizantes entre estudantes do ensino básico.

## 2. MÉTODOS

O presente estudo caracteriza-se como um estudo de intervenção com delineamento pré-teste e pós-teste quantitativa e delineamento transversal, configurando-se como uma investigação de campo associada ao impacto de uma ação de intervenção educativa sobre o uso dos esteroides anabolizantes. A pesquisa foi desenvolvida em uma escola pública de ensino básico situada no município de Cachoeiro de Itapemirim-ES, escolhida por apresentar um público majoritariamente composto por adolescentes.

Realizou-se uma intervenção educativa, estruturada na forma de uma palestra expositivo-dialogada ministrada aos estudantes presentes no dia da atividade. Participaram da ação 40 alunos do sexo masculino, que acompanharam a exposição por meio de *slides* ilustrativos, exemplos práticos, situações-problema e momentos destinados à interação e esclarecimento de dúvidas, favorecendo a construção de conhecimento de maneira dialogada. Durante a intervenção, aplicou-se um questionário estruturado, impresso e de autopreenchimento, composto por três blocos: o primeiro referente à caracterização sociodemográfica (gênero, ano escolar), sem qualquer possibilidade de identificação individual; o segundo destinado à avaliação do conhecimento prévio dos participantes, contendo sete questões objetivas; e o terceiro voltado à verificação da compreensão imediata após a intervenção, formado por seis questões objetivas. Os 40 estudantes presentes responderam integralmente ao instrumento, constituindo a amostra final do estudo. Todos os estudantes aceitaram participar voluntariamente e preencheram de maneira completa o questionário.

Foram excluídos aqueles que, por qualquer motivo, decidiram não participar ou não entregaram o instrumento. Nos raros casos em que o estudante não preencheu nenhuma das alternativas de alguma questão, essa questão do respectivo aluno foi considerada como: “não respondeu”. Todos os estudantes foram previamente esclarecidos sobre os objetivos do estudo, a natureza educativa da intervenção e a voluntariedade da participação, sendo garantidos anonimato, confidencialidade e ausência de qualquer forma de identificação pessoal. A pesquisa respeitou integralmente os princípios éticos estabelecidos pela Resolução nº 466/2012 do Conselho Nacional de Saúde.

Após a coleta, as respostas foram tabuladas e organizadas em planilhas eletrônicas (Google Planilhas), sendo posteriormente analisadas por meio de estatística descritiva, com cálculo de frequências absolutas e relativas. Os resultados foram representados em gráficos, a fim de facilitar a interpretação dos achados e a visualização do impacto da intervenção sobre o conhecimento dos estudantes.

### 3. FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

#### 3.1. Fatores de Risco e Motivações para o Uso na Adolescência

A adolescência constitui um período crítico para o desenvolvimento de hábitos e comportamentos de saúde, caracterizado por uma busca por identidade, aceitação social e superação de inseguranças. No que concerne ao uso de esteroides anabolizantes, diversos fatores psicossociais convergem para amplificar o risco. A pressão por atender a padrões estéticos irreais, intensamente difundidos pelas mídias sociais e pela indústria do fitness, configura-se como um dos principais motivadores. Jovens expostos a uma cultura que supervaloriza corpos hipermusculares e definidos experimentam maior insatisfação corporal e são mais propensos a adotar comportamentos perigosos para alcançar esse ideal (MOREIRA et al., 2019). Essa busca por um padrão corporal inatingível através de meios naturais cria um terreno fértil para a experimentação de substâncias promissoras de resultados rápidos.

Além do fator estético, a influência dos pares e o ambiente de academias desempenham um papel central na normalização do uso dessas substâncias. A prevalência de conhecimento sobre colegas ou conhecidos que utilizam anabolizantes, como observado em parte da amostra deste estudo, pode reduzir a percepção de risco e criar um falso senso de segurança e eficácia. Estudos indicam que a percepção de baixo risco associada aos esteroides anabolizantes é significativamente maior entre jovens que frequentam ambientes onde o uso é informalmente discutido ou glorificado (CAVALCANTE et al., 2018). A falta de orientação adequada nesses espaços, somada à desinformação proveniente de fontes não científicas, como fóruns online e influenciadores digitais, consolida crenças equivocadas sobre a segurança e a necessidade de supervisão médica.

Os traços de personalidade como a busca por sensações e a impulsividade, comuns na adolescência, também são correlacionados com maior probabilidade de uso de substâncias para melhoria de performance. A combinação entre a impulsividade para obter resultados imediatos e uma subestimação das consequências de longo prazo cria um cenário de alta vulnerabilidade

(REYES-VALLEJO et al., 2020). Compreender essa complexa rede de fatores de risco é essencial para a elaboração de intervenções educativas que não apenas transmitam informações, mas também desconstruam mitos, fortaleçam a autoestima e promovam a resiliência frente às pressões sociais.

### **3.2. Consequências à Saúde Física e Mental: Evidências Recentes**

Os efeitos adversos do uso não supervisionado de esteroides anabolizantes androgênicos (EAA) são extensos e afetam praticamente todos os sistemas orgânicos, constituindo um grave problema de saúde coletiva. As complicações cardiovasculares destacam-se pela gravidade e potencial letalidade. Evidências robustas demonstram que o uso crônico está associado a cardiomiopatia, hipertrofia ventricular esquerda, dislipidemia aterogênica, hipertensão arterial e um risco significativamente aumentado de infarto do miocárdio e acidente vascular cerebral, mesmo em indivíduos jovens (GOLDMAN et al., 2019). Essas alterações são mediadas por múltiplos mecanismos, incluindo efeitos diretos sobre o músculo cardíaco, desregulação do perlipídico e aumento da agregação plaquetária.

Além do sistema cardiovascular, os impactos sobre a saúde endócrina e reprodutiva são profundos e, em muitos casos, irreversíveis. Em homens, o uso exógeno de andrógenos suprime o eixo hipotálamo-hipófise-gonadal, levando a atrofia testicular, oligospermia ou azoospermia (infertilidade), ginecomastia e dependência de terapia de reposição hormonal pós-ciclo. Em mulheres, os efeitos androgênicos são ainda mais visíveis, causando virilização, alterações no ciclo menstrual, hipertrofia do clitóris e engrossamento da voz, muitas vezes de forma permanente (SANTOS, 2020). Tais consequências ilustram a severa interferência dessas substâncias na fisiologia hormonal normal.

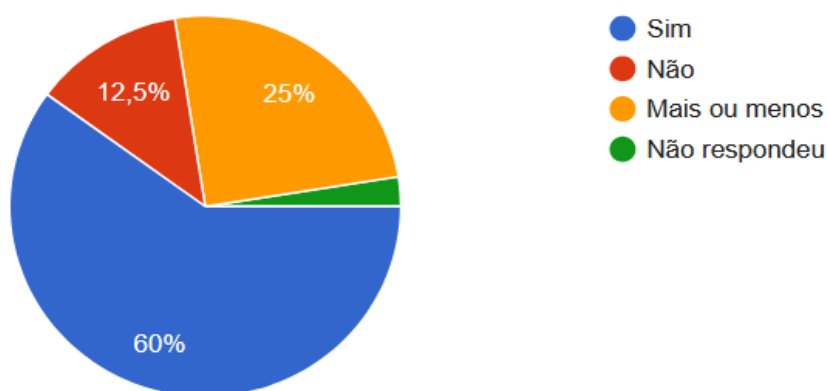
A esfera da saúde mental representa outra área de grande preocupação. A associação entre o uso de EAA e distúrbios psiquiátricos é bem estabelecida. Durante o período de uso, são comuns episódios de agressividade exacerbada (a chamada "raiva roid"), irritabilidade, mania e hipomania. Na fase de abstinência ou entre ciclos, os usuários frequentemente experimentam depressão grave, ansiedade, fadiga e anedonia, criando um ciclo de dependência física e psicológica (PIACENTINO et al., 2024). Este perfil neuropsiquiátrico, somado aos riscos físicos, sublinha a natureza multifacetada dos danos e reforça a urgência de estratégias de prevenção baseadas em evidências que alertem sobre todos esses aspectos, indo além dos meros ganhos musculares.

#### 4. RESULTADOS E DISCUSSÃO

A análise dos dados obtidos por meio dos questionários permitiu caracterizar o perfil sociodemográfico dos participantes e avaliar o impacto da ação educativa sobre o conhecimento dos estudantes a respeito dos esteroides anabolizantes. Ao todo, 40 discentes responderam ao instrumento de pesquisa. Desses, a maioria vinte e sete alunos (67,5%) encontravam-se matriculada no segundo ano do Ensino Médio, enquanto seis estudantes (15%) cursavam o primeiro ano e outros seis (15%) o terceiro ano. Apenas um participante (2,5%) deixou de responder a essa pergunta. Quanto ao gênero, houve uma predominância do Masculino (82,5%), correspondente a 33 respondentes. Nenhuma resposta (0%) foi registrada para o gênero Feminino, e 17,5% (7 respondentes) não informaram o seu gênero.

Com o intuito de avaliar o conhecimento prévio dos participantes sobre esteroides anabolizantes, algumas perguntas foram respondidas pelos estudantes, antes da palestra com fins científico educacionais a respeito dos esteroides ministrada. Primeiramente, 90% dos respondentes afirmaram já ter ouvido falar sobre esteroides anabolizantes, 7,5 % não conheciam sobre o tema enquanto 2,5 % não responderam. Em relação à compreensão do uso dos esteroides anabolizantes, 60% dos participantes declararam "Sim" que sabiam para que eram utilizados, enquanto 25% responderam "Mais ou menos" e 12,5% disseram "Não". Apenas 2,5% não responderam a essa questão. O gráfico abaixo traz uma abordagem dos participantes quanto ao conhecimento prévio sobre os anabolizantes.

**Gráfico 1** – Sobre o uso dos esteroides anabolizantes, n=40.



**Fonte:** Autoria própria, 2025.

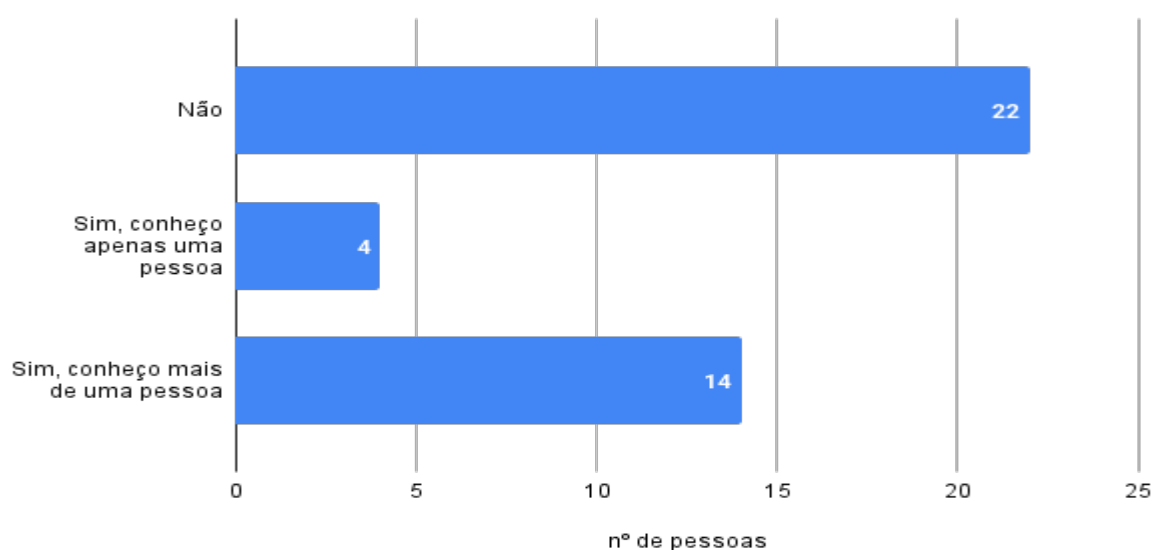
A maioria dos estudantes (60%) afirma ter algum conhecimento sobre a finalidade dos esteroides anabolizantes, enquanto uma parcela significativa (25%) possui conhecimento parcial



(“Mais ou menos”). A minoria (12,5%) declara não saber, indicando uma lacuna informacional relevante antes da intervenção educativa. A análise das respostas à pergunta “Você sabe para que os esteroides anabolizantes são usados?” revela um cenário de conhecimento parcial e heterogêneo entre os estudantes antes da intervenção educativa. O fato de 60% dos respondentes afirmarem saber a finalidade dessas substâncias pode indicar uma exposição prévia ao tema, possivelmente por meio de redes sociais, ambientes de academia ou conversas entre pares. No entanto, a significativa parcela que respondeu “Mais ou menos” (25%) sugere que esse conhecimento é frequentemente superficial, fragmentado ou permeado por mitos, o que corrobora achados da literatura que apontam para a circulação de informações imprecisas em espaços não formais de educação (Moreira et al., 2019).

No que se refere à prevalência do uso, ao serem questionados se consideravam comum o uso de esteroides entre jovens que frequentam academias, as respostas dos estudantes apresentaram distribuição mais equilibrada, sendo que 40% acreditam que “Sim” é comum, 45% consideram que “Talvez” seja comum, e 15% responderam “Não”. Ademais, assim como representado no (**Gráfico 2**), 18 dos 40 respondentes (45%) afirmaram conhecer alguém (amigos ou familiares) que utilizou esteroides anabolizantes, sendo que, 14 pessoas (35%) conhecem mais de uma pessoa e 4 pessoas (10%) conhecem apenas uma pessoa que faz o uso de EAA, 22 pessoas (55%) alegaram não conhecer pessoas que fazem o uso de anabolizantes. O gráfico abaixo traz a prevalência de conhecidos entre os estudantes que usam esteroides.

**Gráfico 2** - Prevalência de pessoas conhecidas (amigos / familiares) entre os estudantes que são usuárias de esteroides anabolizantes, n=40.



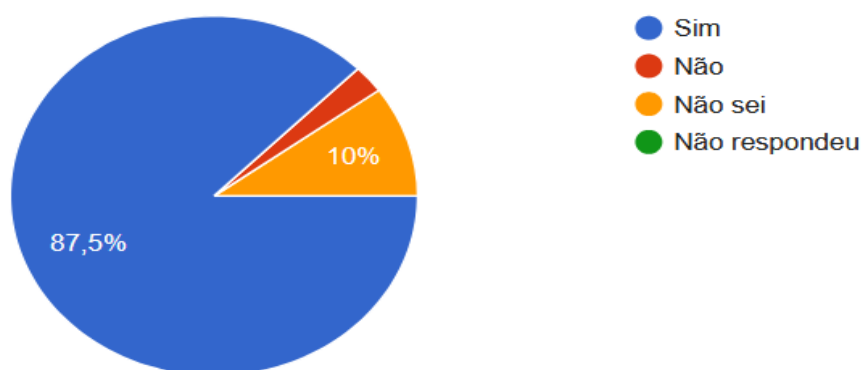
**Fonte:** Autoria própria, 2025.



Enquanto isso, dois participantes (5%) da amostra alegaram já ter utilizado esteroides anabolizantes, enquanto 12,5% já demonstraram interesse em fazer o uso dos anabolizantes. Em relação a percepção de risco 87,5% alegaram, antes da palestra, que “sim” há riscos envolvendo o uso de esteroides anabolizantes, 10% assinalaram “não sei” enquanto 2,5% afirmaram que “não” não há risco associado ao uso dos esteroides anabolizantes.

O gráfico abaixo mostra a distribuição das respostas à pergunta “Você acredita que o uso de esteroides pode causar riscos à saúde?” revela uma predominante, porém não unânime, percepção de risco entre os estudantes antes da intervenção educativa.

**Gráfico 3** – Você acredita que o uso de esteroides anabolizantes pode causar riscos à saúde? n=40.



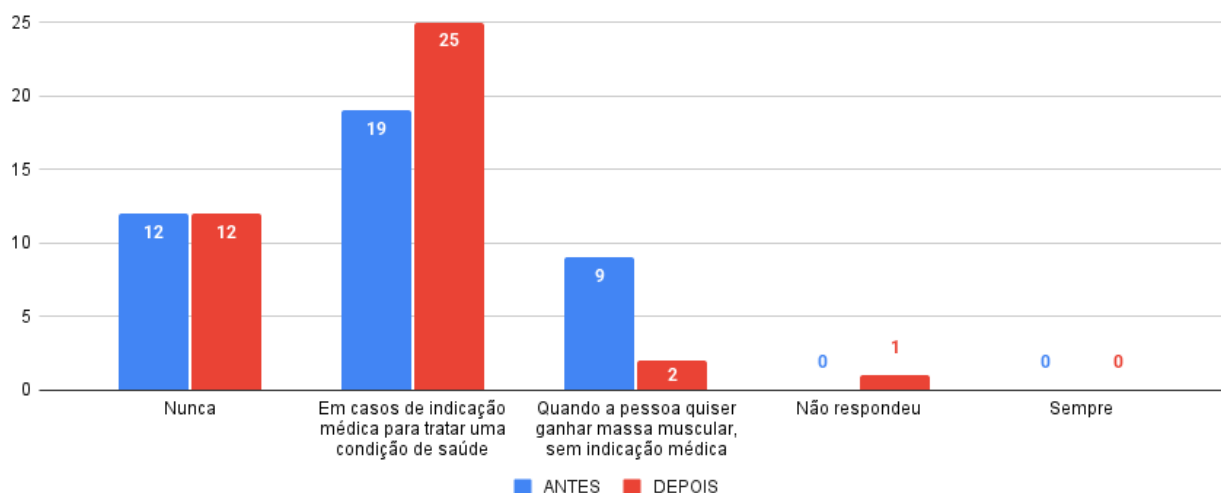
**Fonte:** Autoria própria, 2025.

A grande maioria dos respondentes (87,5%) reconhece que o uso de esteroides anabolizantes implica em riscos à saúde, um dado positivo que indica uma noção geral de perigo associada a essas substâncias. Este resultado vai ao encontro de estudos que apontam que, mesmo entre populações potencialmente usuárias, existe um reconhecimento superficial dos danos, frequentemente atrelado a efeitos amplamente divulgados, como problemas cardiovasculares ou hepáticos (GOLDMAN et al., 2019).

Antes da ação educativa, 22,5% dos participantes afirmaram que os esteroides anabolizantes poderiam ser utilizados para ganho de massa muscular sem a devida indicação médica. Após a intervenção, esse percentual reduziu-se para 5%. Observou-se também que, no momento pré-intervenção, 47,5% dos estudantes declararam que o uso dessas substâncias é indicado apenas em situações clínicas, mediante prescrição médica—a porcentagem aumentou para 62,5% após a ação educativa. É importante destacar que 30% dos respondentes afirmaram que os esteroides anabolizantes nunca devem ser utilizados, percentual que se manteve

inalterado após a intervenção. Ressalta-se, ainda, que apenas um estudante deixou de responder à pergunta no pós-intervenção, enquanto todos os participantes responderam na etapa prévia. Essa correlação é evidenciada pelo (Gráfico 4).

**Gráfico 4 -** Correlação entre o conhecimento prévio e o conhecimento adquirido sobre as indicações dos esteroides anabolizantes, n=40.



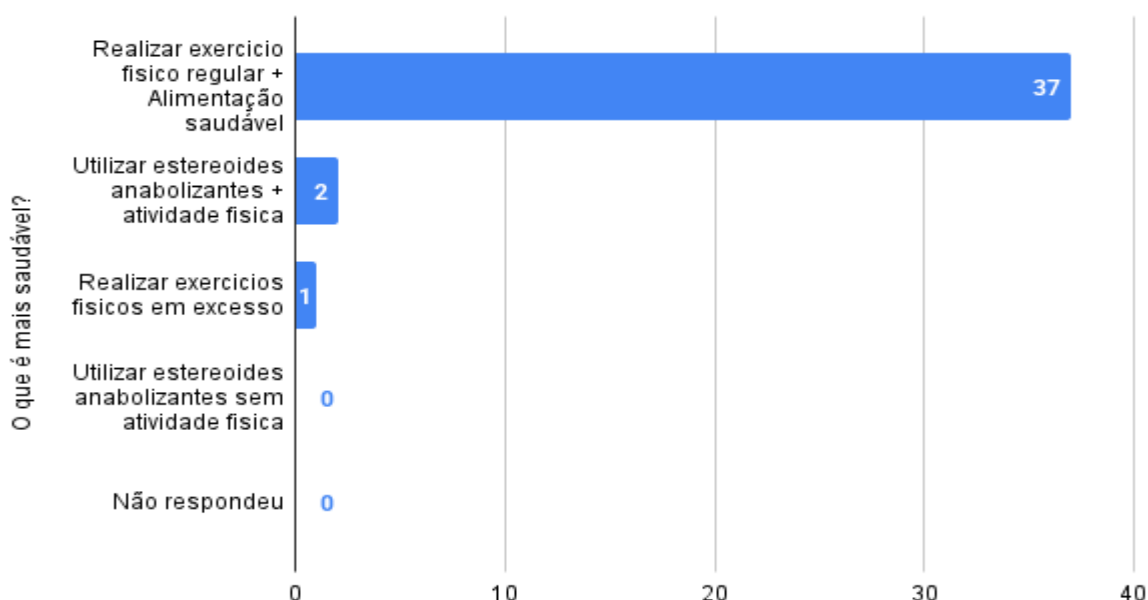
**Fonte:** Autoria própria, 2025.

A partir da ação educativa voltada à conscientização dos estudantes sobre o uso de esteroides anabolizantes, observou-se que 90% dos participantes relataram ter adquirido uma melhor compreensão acerca do tema, enquanto 10% indicaram uma compreensão apenas parcial. Além disso, como pode ser observado no, 80% dos respondentes passaram a considerar os esteroides anabolizantes mais perigosos do que antes da intervenção; por outro lado, 12,5% afirmaram não ter certeza se houve aumento em sua percepção de risco, e 7,5% relataram não ter percebido incremento algum nessa percepção após a atividade educativa. Entre os adolescentes, destaca-se a pressão social: o desejo de aceitação e pertencimento pode estimular comportamentos de risco na tentativa de atender às expectativas do grupo somada à intensa difusão, pela mídia de padrões irreais de aparência. Outro aspecto relevante refere-se à busca por métodos rápidos e simplificados para alcançar o corpo idealizado. Em um contexto social que valoriza resultados imediatos, muitos jovens podem ser atraídos pela promessa de ganho acelerado de massa muscular e redução de gordura oferecida pelos esteroides. Essa predisposição é intensificada pela falta de informações adequadas sobre os riscos e consequências do uso dessas substâncias (CELESTINO, et al., 2024).

Para avaliar a eficácia da intervenção, 87,5% dos participantes declararam sentir-se mais informados, enquanto 12,5% relataram sentir-se parcialmente mais aptos a reconhecer riscos e adotar escolhas mais saudáveis. Além disso, diante da pergunta “O que é mais saudável?”, 92,5% indicaram que “Realizar exercício físico regular associado a uma alimentação saudável” constitui a opção mais adequada; 5% selecionaram “Utilizar esteroides anabolizantes + atividade física”; e 2,5% afirmaram que “Realizar exercícios físicos em excesso” seria o mais saudável.

O gráfico abaixo revela a percepção sobre os riscos do uso de esteroides e a tomada de decisões saudáveis.

**Gráfico 5** - Percepção de risco e da capacidade de tomada de decisões saudáveis pelos participantes após a ação educativa sobre esteroides anabolizantes, n=40.



**Fonte:** Autoria própria, 2025.

O uso de esteroides anabolizantes está amplamente documentado na literatura como um comportamento associado a numerosos e graves efeitos adversos, reforçando a necessidade de ações educativas precoces. Estudos, como o de Goldman AL, et al. (2019), destacam que o consumo dessas substâncias pode desencadear importantes complicações cardiovasculares, incluindo cardiomiopatia, aterosclerose acelerada, doença arterial coronariana prematura e maior risco de acidente vascular cerebral. Do ponto de vista hematológico, observa-se aumento da eritropoiese e hiperagregação plaquetária, fatores que elevam o risco de eventos tromboembólicos. A literatura também descreve uma incidência preocupante de mortes

suicidas, homicidas e mortes súbitas inexplicáveis entre usuários crônicos (PIACENTINO et al., 2024).

Os impactos sobre o humor e a saúde mental também são significativos, com episódios de mania e hipomania durante o uso, depressão na retirada e maior prevalência de outros transtornos relacionados ao uso de substâncias. Somam-se ainda os riscos associados ao uso de agulhas, como abscessos cutâneos e musculares, e a maior probabilidade de transmissão de HIV e hepatites B e C (GOLDMAN AL, et al., 2019). Os participantes foram convidados a avaliar a intervenção educativa por meio da pergunta: “Você recomendaria essa apresentação para outros estudantes?”. As respostas obtidas demonstram uma ampla aceitação da atividade realizada. A grande maioria dos estudantes, totalizando 36 participantes (90% da amostra), afirmou que recomendaria a apresentação, evidenciando que a metodologia empregada, os conteúdos abordados e a abordagem didático-pedagógica foram consideradas relevantes e úteis para o público-alvo.

## 5. CONSIDERAÇÕES FINAIS

A intervenção educativa realizada demonstrou impacto significativo e imediato no aprimoramento do conhecimento, na percepção de risco e na tomada de decisões dos estudantes sobre o uso de esteroides anabolizantes. Os achados evidenciam que, ao receberem informações claras, contextualizadas e cientificamente embasadas, os adolescentes tornam-se mais capazes de identificar os riscos associados a essas substâncias e compreender que seu uso deve ocorrer exclusivamente sob prescrição médica e em situações clínicas específicas. A expressiva redução de interpretações equivocadas — como a crença de que os esteroides podem ser utilizados livremente para ganho de massa muscular — confirma a efetividade da ação.

Além disso, a ampliação da percepção de risco e o reconhecimento de práticas realmente saudáveis, como a adoção de exercício físico regular associado à alimentação equilibrada, evidenciam que a atividade contribuiu não apenas para informar, mas também para modificar atitudes e favorecer escolhas mais conscientes. Tais resultados reforçam que intervenções educativas bem estruturadas, especialmente quando realizadas em ambientes escolares, desempenham papel estratégico na prevenção primária, atuando como fator protetivo contra comportamentos de risco.

Por fim, destaca-se a necessidade de que ações dessa natureza sejam contínuas, integradas e acompanhadas longitudinalmente. Programas educativos recorrentes, aliados a

políticas intersetoriais de promoção da saúde, podem consolidar o conhecimento adquirido e contribuir para a redução efetiva do uso indevido de esteroides anabolizantes entre adolescentes e jovens, fortalecendo uma cultura de autocuidado e prevenção.

## REFERÊNCIAS

BROCH, L. R. et al. Perfil do usuário de esteroides anabolizantes androgênicos em uma cidade do sul do Brasil. *Revista Brasileira de Medicina do Esporte*, v. 22, n. 2, p. 132-136, 2016.

CAVALCANTE, M. B. M. et al. Fatores associados ao uso de esteroides anabolizantes entre adolescentes escolares. *Ciência & Saúde Coletiva*, v. 23, n. 9, p. 2901-2912, 2018.

CELESTINO, J. F. et al. Pressão estética, mídia e uso de substâncias para melhoria da aparência entre jovens: uma revisão integrativa. *Revista Psicologia: Teoria e Prática*, v. 26, n. 1, p. 1-18, 2024.

GOLDMAN, A. L. et al. Cardiovascular risks and androgen abuse: a review of the evidence. *Current Opinion in Endocrinology, Diabetes and Obesity*, v. 26, n. 6, p. 290-297, 2019.

JACOB, C. M. C. et al. Intersectorialidade na promoção da saúde escolar: desafios e potencialidades. *Saúde em Debate*, v. 43, n. spe1, p. 101-114, 2019.

MOREIRA, R. P. et al. Prevalência do uso de esteroides anabolizantes entre adolescentes escolares: uma revisão sistemática. *Jornal de Pediatria*, v. 95, n. 3, p. 273-281, 2019.

PIACENTINO, D. et al. Psychiatric and neurocognitive consequences of anabolic-androgenic steroid use: an updated review. *CNS Drugs*, v. 38, n. 1, p. 1-22, 2024.

REYES-VALLEJO, L. et al. Non-medical use of anabolic-androgenic steroids in the general population: a systematic review and meta-analysis. *Drug and Alcohol Dependence*, v. 208, p. 107844, 2020.

SANTOS, M. A. Esteroides anabolizantes: mecanismos de ação e efeitos adversos. *Revista Brasileira de Fisiologia do Exercício*, v. 19, n. 2, p. 45-56, 2020.