

Anabolizzanti: più muscoli ma anche meno salute



Sempre più diffuso il ricorso agli steroidi per la scultura del fisico. Attenzione, però, ai disastrosi effetti collaterali!

La massa muscolare di un individuo dipende in parte dal suo patrimonio genetico, in parte dall'allenamento ed in parte dagli ormoni, in particolare dagli androgeni. Queste sono nozioni ormai note a tal punto che tra i frequentatori delle palestre, amatoriali e non, sta diventando sempre più diffuso l'uso di ormoni anabolizzanti che hanno caratteristiche simili agli ormoni sessuali maschili, per accrescere la massa muscolare.

Gli atleti però non prestano spesso sufficiente attenzione a quelli che possono essere gli effetti collaterali anche gravi legati all'uso degli steroidi. Tipici sono la ginecomastia (aumento volumetrico delle ghiandole mammarie), la ritenzione idrica, la pelle molto grassa con acne diffusa, l'alternanza di stati psichici euforici ed irascibilità manifesta, e, nelle donne, lo sviluppo di caratteri secondari maschili, come

la voce profonda, l'ipertrofia clitoridea, la crescita di peli sul viso e l'amenorrea. Se da un lato l'iniziale utilizzo di steroidi anabolizzanti appare associato ad un aumento della libido e della frequenza di erezioni in molti uomini, dall'altro l'uso prolungato comporta un progressivo deterioramento della funzione sessuale maschile oltre che delle potenzialità riproduttive. Negli individui giovani (di età inferiore ai 20 anni), l'uso di steroidi può provocare una più precoce saldatura delle cartilagini di accrescimento con conseguente riduzione della statura adulta definitiva.

L'effetto collaterale più comune dell'uso di anabolizzanti è la ritenzione di sodio, e quindi di liquidi, con conseguente edema, che può diventare un serio problema in quanto causa di ipertensione arteriosa.

L'aumento della pressione arteriosa, sebbene generalmente asintomatico, può manifestarsi con cefalee, insonnia e dif-



Prof. Andrea Fabbri

*Professore Associato di Endocrinologia
Dipartimento di Medicina Interna
Università di Roma Tor Vergata
Direttore Unità Operativa Complessa
di Endocrinologia e Diabetologia
Ospedale S. Eugenio & CTO A. Alesini*

ficoltà respiratorie; inoltre, se associato a modificazioni delle lipoproteine plasmatiche (aumento dell'LDL e riduzione del HDL), anch'esse potenzialmente collegate all'uso degli anabolizzanti, rappresenta un importante fattore di rischio cardiovascolare negli atleti.

L'uso prolungato di anabolizzanti è un fattore rischio anche per la comparsa di diabete mellito, soprattutto in soggetti con familiarità per tale malattia, come dimostrato da alterazioni nella tolleranza al glucosio.

Gli steroidi anabolizzanti vengono assunti per via orale o parenterale. Nel primo caso possono determinare gravi tossicità a livello epatico, mentre per via parenterale (intramuscolare) l'assorbimento è più lento e quindi le dosi possono essere più dilazionate nel tempo. L'osservazione che tali ormoni, somministrati in soggetti maschi ipogonadici (con deficit di testosterone), avevano un notevole effetto sullo sviluppo delle masse muscolari, ha condotto all'idea che, a dosi superiori, tali composti potessero promuovere un aumento della "massa magra" del soggetto normale. Non tutti sanno però qual è il prezzo che viene o verrà pagato dal proprio benessere psicofisico! ■

