

UNIVERSIDADE FEDERAL DE GOIÁS
FACULDADE DE EDUCAÇÃO FÍSICA E DANÇA
EDUCAÇÃO FÍSICA BACHARELADO

LUCAS FERNANDES MOUZINHO

Vigorexia e o uso de anabolizantes: uma revisão narrativa

Goiânia
2025



UNIVERSIDADE FEDERAL DE GOIÁS
FACULDADE DE EDUCAÇÃO FÍSICA E DANÇA

TERMO DE CIÊNCIA E DE AUTORIZAÇÃO PARA DISPONIBILIZAR VERSÕES ELETRÔNICAS DE TRABALHO DE CONCLUSÃO DE CURSO DE GRADUAÇÃO NO REPOSITÓRIO INSTITUCIONAL DA UFG

Na qualidade de titular dos direitos de autor, autorizo a Universidade Federal de Goiás (UFG) a disponibilizar, gratuitamente, por meio do Repositório Institucional (RI/UFG), regulamentado pela Resolução CEPEC no 1240/2014, sem ressarcimento dos direitos autorais, de acordo com a Lei no 9.610/98, o documento conforme permissões assinaladas abaixo, para fins de leitura, impressão e/ou download, a título de divulgação da produção científica brasileira, a partir desta data.

O conteúdo dos Trabalhos de Conclusão dos Cursos de Graduação disponibilizado no RI/UFG é de responsabilidade exclusiva dos autores. Ao encaminhar(em) o produto final, o(s) autor(a)(es)(as) e o(a) orientador(a) firmam o compromisso de que o trabalho não contém nenhuma violação de quaisquer direitos autorais ou outro direito de terceiros.

1. Identificação do Trabalho de Conclusão de Curso de Graduação (TCCG)

Nome completo do autor: Lucas Fernandes Mouzinho

Título do trabalho: "Vigorexia e o uso de anabolizantes: uma revisão narrativa"

2. Informações de acesso ao documento (este campo deve ser preenchido pelo orientador) Concordo com a liberação total do documento [X] SIM [] NÃO¹

[1] Neste caso o documento será embargado por até um ano a partir da data de defesa. Após esse período, a possível disponibilização ocorrerá apenas mediante: a) consulta ao(à)(s) autor(a)(es)(as) e ao(à) orientador(a); b) novo Termo de Ciência e de Autorização (TECA) assinado e inserido no arquivo do TCCG. O documento não será disponibilizado durante o período de embargo.

Casos de embargo:

- Solicitação de registro de patente;
- Submissão de artigo em revista científica;
- Publicação como capítulo de livro.

Obs.: Este termo deve ser assinado no SEI pelo orientador e pelo autor.



Documento assinado eletronicamente por **Leonardo Trapaga Abib, Professor do Magistério Superior**, em 23/06/2025, às 08:11, conforme horário oficial de Brasília, com fundamento no § 3º do art. 4º do [Decreto nº 10.543, de 13 de novembro de 2020](#).

Termo de Ciência e de Autorização TCCG (RI) TECA 5417091 SEI 23070.029479/2025-02 / pg. 1



Documento assinado eletronicamente por **Lucas Fernandes Mouzinho, Discente**, em 25/06/2025, às 10:33, conforme horário oficial de Brasília, com fundamento no § 3º do art. 4º do [Decreto nº 10.543, de 13 de novembro de 2020](#).



A autenticidade deste documento pode ser conferida no site https://sei.ufg.br/sei/controlador_externo.php?acao=documento_conferir&id_organizacao_externo=0 informando o código verificador 5417091 e o código CRC AF5700D2.

LUCAS FERNANDES MOUZINHO

Vigorexia e o uso de anabolizantes: uma revisão narrativa

Monografia apresentada à Faculdade de Educação Física e Dança da Universidade Federal de Goiás como requisito para finalização do curso de Bacharelado.
Orientador: Prof. Dr. Leonardo Trápaga Abib

Goiânia

2025

Ficha de identificação da obra elaborada pelo autor, através do Programa de Geração Automática do Sistema de Bibliotecas da UFG.

Fernandes Mouzinho, Lucas
Vigorexia e o uso de anabolizantes: [manuscrito] : uma revisão narrativa / Lucas Fernandes Mouzinho. - 2025.
xxv, 25 f.

Orientador: Prof. Dr. Leonardo Trápaga Abib.
Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação) - Universidade Federal de Goiás, Faculdade de Educação Física e Dança (FEFD), Educação Física, Goiânia, 2025.

Bibliografia.
Inclui lista de tabelas.

1. vigorexia. 2. anabolizantes. 3. dismorfia muscular . I. Trápaga Abib, Leonardo , orient. II. Título.

CDU 796



UNIVERSIDADE FEDERAL DE GOIÁS
FACULDADE DE EDUCAÇÃO FÍSICA E DANÇA

ATA DE DEFESA DE TRABALHO DE CONCLUSÃO DE CURSO

Na data de **17/06/2025**, às **14 horas**, na **sala 06 do Centro de Aulas da FEFD**, iniciou-se a sessão pública de defesa do Trabalho de Conclusão de Curso (TCC) intitulado **“Vigorexia e o uso de anabolizantes: uma revisão narrativa”**, de autoria de **Lucas Fernandes Mouzinho**, do curso de **Educação Física - Bacharelado**, da Faculdade de Educação Física e Dança da Universidade Federal de Goiás (FEFD/UFG). Os trabalhos foram instalados pelo **Prof. Dr. Leonardo Trapaga Abib - orientador FEFD/UFG** com a participação dos demais membros da Banca Examinadora: **Profa. Dra. Maria Sebastiana Silva - FEFD/UFG** e **Prof. Me. Francisco Luiz de Marchi Netto - FEFD/UFG**. Após a apresentação, a banca examinadora realizou a arguição da estudante. Posteriormente, de forma reservada, a Banca Examinadora atribuiu a nota final de **10,0 (dez)**, tendo sido o TCC considerado **aprovado**.

Proclamados os resultados, os trabalhos foram encerrados e, para constar, lavrou-se a presente ata que segue assinada pelos Membros da Banca Examinadora.



Documento assinado eletronicamente por **Maria Sebastiana Silva, Professora do Magistério Superior**, em 22/06/2025, às 00:24, conforme horário oficial de Brasília, com fundamento no § 3º do art. 4º do [Decreto nº 10.543, de 13 de novembro de 2020](#).



Documento assinado eletronicamente por **Leonardo Trapaga Abib, Professor do Magistério Superior**, em 23/06/2025, às 08:11, conforme horário oficial de Brasília, com fundamento no § 3º do art. 4º do [Decreto nº 10.543, de 13 de novembro de 2020](#).



Documento assinado eletronicamente por **Francisco Luiz De Marchi Netto, Professora do Magistério Superior**, em 25/06/2025, às 12:19, conforme horário oficial de Brasília, com fundamento no § 3º do art. 4º do [Decreto nº 10.543, de 13 de novembro de 2020](#).



A autenticidade deste documento pode ser conferida no site https://sei.ufg.br/sei/controlador_externo.php?acao=documento_conferir&id_orgao_acesso_externo=0, informando o código verificador **5417090** e o código CRC **6463BC1C**.

RESUMO

O presente trabalho tem como objetivo investigar, por meio de uma revisão narrativa, a relação entre a vigorexia — também chamada de dismorfia muscular — e o uso de esteroides anabolizantes androgênicos (EAA). A pesquisa utilizou abordagem qualitativa e caráter exploratório-descritivo, sendo construída com base na análise de artigos científicos encontrados no Google Acadêmico, publicados nos últimos 15 anos em língua portuguesa. Após aplicar os critérios de inclusão e exclusão, foram selecionados 6 estudos que abordam os aspectos socioculturais, psicológicos e fisiológicos relacionados ao transtorno e ao uso de anabolizantes. Os dados revelam que a busca por um corpo idealizado, fortemente influenciada por padrões midiáticos e sociais, está associada à insatisfação corporal e ao desenvolvimento de comportamentos compulsivos, como o excesso de treino e a automedicação com EAA. A maioria dos estudos indicou que os sintomas de vigorexia geralmente antecedem o uso dos esteroides, embora também tenham sido identificados casos em que os efeitos das substâncias potencializaram os sintomas do transtorno. Além disso, os efeitos psicológicos do uso contínuo de EAA incluem dependência, alterações de humor, ansiedade e baixa autoestima. A análise dos dados também aponta para uma relação entre fatores socioeconômicos e o acesso aos anabolizantes. Diante disso, conclui-se que a vigorexia e o uso de esteroides formam uma relação complexa, que exige atenção de profissionais da saúde e da educação física, tanto para prevenção quanto para intervenção.

Palavras-chave: Vigorexia; Anabolizantes; Dismorfia muscular.

ABSTRACT

This study aims to investigate, through a narrative review, the relationship between vigorexia — also known as muscle dysmorphia — and the use of anabolic-androgenic steroids (AAS). The research followed a qualitative, exploratory, and descriptive approach, based on the analysis of scientific articles found in Google Scholar, published in Portuguese over the last 15 years. After applying inclusion and exclusion criteria, six studies were selected that addressed the sociocultural, psychological, and physiological aspects related to the disorder and the use of steroids. The findings reveal that the pursuit of an idealized body, strongly influenced by media and societal standards, is associated with body dissatisfaction and the development of compulsive behaviors, such as excessive training and self-medication with AAS. Most studies indicated that vigorexia symptoms often precede the use of steroids, although some cases showed that these substances intensified the symptoms. Furthermore, the psychological effects of prolonged AAS use include dependency, mood swings, anxiety, and low self-esteem. The analysis also suggests a relationship between socioeconomic factors and access to anabolic substances. In this context, it is concluded that vigorexia and the use of anabolic steroids form a complex relationship that demands attention from health and physical education professionals, both for prevention and intervention strategies.

Keywords: Vigorexia; Anabolic steroids; Muscle dysmorphia.

LISTA DE TABELAS

Tabela 1: artigos selecionados.....	16
-------------------------------------	----

SUMÁRIO

Introdução	10
Metodologia.....	14
Resultados e discussão	16
Considerações finais	22
Bibliografia.....	23

1- INTRODUÇÃO

A busca constante pela perfeição estética tem ganhado cada vez mais destaque na sociedade atual, em grande parte devido à influência da mídia e aos padrões de beleza amplamente promovidos. Entre os transtornos mais associados a essa busca, a vigorexia, ou dismorfia muscular, se destaca como uma condição psicológica que envolve uma percepção distorcida da própria imagem corporal. Esse distúrbio leva os indivíduos a se verem de forma negativa, muitas vezes resultando em uma obsessão pela construção de um corpo muscularmente perfeito, mesmo quando já possuem características físicas acima da média.

Os indivíduos acometidos por essa condição frequentemente se descrevem como "fracos" ou "pequenos", apesar de possuírem uma musculatura bem desenvolvida, acima da média da população, caracterizando uma distorção da imagem corporal (Camargo, 2008). Esse comportamento está relacionado a uma obsessão pela imagem do corpo idealizado, o que gera consequências significativas no plano físico, psicológico e social.

Segundo Botelho e Moreira (2022), a vigorexia, ou dismorfia muscular, é uma síndrome em que, apesar de o indivíduo apresentar um corpo musculoso, ele não se percebe como suficientemente musculoso. Essa percepção distorcida é uma característica central do transtorno, o que leva ao desenvolvimento de uma obsessão por alcançar o corpo ideal.

Diante desse cenário, homens e mulheres enquadram-se nessa busca em encaixar-se aos padrões estéticos impostos pela mídia e sociedade, que moldam o status, a mente e anatomia de seus corpos, tornando o corpo um objeto maleável ao tempo e construções sociais do meio. Onde Barros (2005) discorre sobre as regras morais e censuras corporais feitas.

As exigências impostas pela sociedade atual, em sua maioria, não são facilitadoras do processo de busca pelo entendimento da real condição física que cada pessoa possui. Seus corpos tornam-se adestrados e "reformados" para melhor encaixarem-se em uma retidão corporal capaz de mantê-los aprumados, retos e verticalizados (Barros, 2005, p. 1).

Dessa forma, essa construção do corpo ideal vai se passar por um processo de espelhamento do corpo almejado, que Barros (2005, p. 2) vai tratar como uma espécie

de “incorporação de diversas partes das imagens dos outros que mais nos chamam a atenção e à doação de nossas próprias imagens a eles”.

O desejo por obter o corpo tão sonhado é acompanhado pela dedicação excessiva à prática de exercícios físicos, muitas vezes à custa de outros aspectos da vida do indivíduo, como a vida social e profissional. Segundo Baptista (2005) apud Camargo (2008), frequentadores assíduos de academias, que realizam exercícios físicos em excesso na busca do corpo perfeito, fazem parte do grupo de pessoas que sofrem de vigorexia, tornando-se perfeccionistas e obsessivos por sua aparência.

Um dos principais fatores que impulsionam essa busca pelo corpo idealizado é a crescente exposição a representações midiáticas de corpos hiper musculosos. O corpo ideal, conforme retratado pela mídia, tornou-se progressivamente mais musculoso ao longo das últimas décadas, o que contribui para padrões irrealistas de beleza que podem levar ao desenvolvimento de transtornos como a vigorexia.

Como afirma Pope et al. (2000), a vigorexia, também é chamada de transtorno dismórfico corporal, é caracterizada por uma percepção exagerada de defeitos estéticos, reais ou imaginários. Essa obsessão pela imagem corporal perfeita leva os indivíduos a se dedicarem excessivamente aos exercícios físicos, prejudicando sua vida acadêmica, profissional e social. A distorção da imagem corporal, que resulta de uma percepção negativa de si mesmo, faz com que o indivíduo se sinta extremamente insatisfeito com sua aparência, levando a um sofrimento psicológico significativo. Esse sentimento de inadequação não se limita a uma parte do corpo, mas afeta a percepção do corpo como um todo, causando uma sensação de fragilidade, falta de energia e, muitas vezes, de debilidade (Motter, 2018).

Leit, Gray e Pope (2001) afirmam que esses padrões irrealistas de corpo perfeito, cada vez mais enfatizados pela mídia, geram uma insatisfação crescente com a própria imagem corporal, principalmente entre os homens, levando-os a procurar alternativas para atingir esse biotipo desejado. Para Diniz (2011), o descontentamento com a própria imagem corporal, que leva ao desenvolvimento da vigorexia, faz com que esses indivíduos busquem alternativas para alcançar o biotipo idealizado, sendo uma dessas substâncias, o anabolizante.

Entre as alternativas mais comuns para alcançar o corpo perfeito, está o uso de esteroides anabolizantes. Esses esteroides são derivados sintéticos do hormônio testosterona, com a capacidade de aumentar a massa muscular e melhorar o desempenho físico. Porém, o uso indiscriminado dessas substâncias sem acompanhamento médico adequado tem gerado uma série de preocupações, uma vez que podem causar danos significativos à saúde dos indivíduos, tanto no aspecto físico quanto psicológico (Camargo, 2008). O uso excessivo de anabolizantes, tanto por jovens atletas quanto por não atletas, tem gerado riscos sérios, uma vez que essa prática ocorre frequentemente sem a supervisão médica necessária (Cunha, 2017).

Dentre o público afetado, encontram-se homens que sofrem de dismorfia muscular, onde dedicam grande parte de seu tempo, esforço e recursos financeiros para alcançar o corpo ideal, muitas vezes recorrendo ao uso de esteroides anabolizantes como solução para seus objetivos na vida esportiva e/ou voltadas ao seu físico e desempenho na musculação. Segundo Pope Jr., Phillips e Olivardia (2000), a maioria desses indivíduos já utilizou essas substâncias em algum momento de sua vida, o que demonstra a estreita relação entre a dismorfia muscular e o uso de anabolizantes.

Como professor em sala de musculação, indivíduo presente e observador da sociedade atual, além de graduando em Educação Física, meu interesse pelo tema surge pela vivência cotidiana nesse contexto da prática do exercício físico, onde observo a busca incessante de muitas pessoas por um “corpo ideal”. Essa busca intensa pode influenciar negativamente a imagem corporal dos indivíduos, culminando na vigorexia e, conseqüentemente, no uso de anabolizantes para solucioná-la. Como estou inserido nesse meio, meu desejo é entender quais são as principais motivações que levam os indivíduos a buscar essas práticas e por que muitos não conseguem se enxergar como realmente estão. A relevância do tema para a sociedade é evidente, dado que as pressões estéticas e de desempenho impostas frequentemente resultam em comportamentos extremos e prejudiciais à saúde. Assim, compreender o que leva o indivíduo a buscar tais recursos é essencial para o desenvolvimento de estratégias de intervenção que incentivem práticas mais saudáveis e sustentáveis.

A crescente valorização de padrões corporais idealizados pela sociedade contemporânea tem impulsionado comportamentos extremos em busca da perfeição

estética e do desempenho físico. Nesse contexto, a vigorexia, também conhecida como dismorfia muscular, surge como um transtorno psicológico caracterizado pela obsessão patológica por um corpo musculoso, frequentemente associado à insatisfação corporal e ao uso compulsivo de práticas de musculação. Um comportamento recorrente entre indivíduos acometidos por essa condição é o uso indiscriminado de substâncias como os esteroides anabolizantes androgênicos (EAA), com o objetivo de acelerar os resultados físicos desejados, mesmo diante dos riscos à saúde.

Diante disso, a questão norteadora do presente estudo é: Qual é a relação entre a vigorexia e o uso de anabolizantes, segundo a literatura científica publicada nos últimos 15 anos em língua portuguesa?

Considera-se que indivíduos diagnosticados com vigorexia apresentam maior propensão ao uso de anabolizantes devido a fatores psicossociais como a insatisfação com a imagem corporal, a pressão estética imposta pela mídia e as dinâmicas sociais que valorizam padrões hiper musculosos como sinônimos de sucesso, saúde e masculinidade.

O objetivo geral deste trabalho é realizar uma revisão narrativa da literatura científica, em língua portuguesa, que discuta os fatores que relacionam a vigorexia (dismorfia muscular) ao uso de anabolizantes, com ênfase nos aspectos midiáticos, psicológicos e sociais envolvidos nesse comportamento.

Como objetivos específicos, identificar e analisar estudos que abordem a influência da mídia na construção da imagem corporal e sua relação com a vigorexia. Para além disso, investigar os fatores sociais que contribuem para o uso de anabolizantes em indivíduos com sintomas ou diagnóstico de vigorexia. E por fim, compreender os elementos psicopatológicos e comportamentais que caracterizam a vigorexia e seu papel na motivação para o uso de substâncias anabolizantes.

2- METODOLOGIA

O presente artigo é uma revisão narrativa cuja finalidade é organizar e representar, por meio da descrição e discussão do que há na literatura sobre determinado assunto. A revisão narrativa faz uma análise da literatura publicada em livros, artigos de revista impressas e/ou eletrônicas, com base na interpretação e análise crítica pessoal do autor (Cavalcante; Oliveira, 2020). Vale destacar que o artigo de revisão narrativa:

têm um papel fundamental para a educação continuada pois, permitem ao leitor adquirir e atualizar o conhecimento sobre uma temática específica em curto espaço de tempo; porém não possuem metodologia que permitam a reprodução dos dados e nem fornecem respostas quantitativas para questões específicas. São considerados artigos de revisão narrativas e são qualitativos (Rother, 2007).

Assim, este estudo consiste em uma revisão narrativa da literatura, com abordagem qualitativa, que visa sintetizar e interpretar criticamente os principais achados de pesquisas relacionadas ao tema vigorexia e uso de anabolizantes.

Para construção do artigo de revisão narrativa foi realizado um estudo descritivo exploratório, com abordagem qualitativa, de artigos científicos obtidos a partir do banco de dados Google Acadêmico. Como palavras chaves foram utilizadas: "vigorexia", "anabolizantes". A inclusão de termos relacionados à vigorexia, como "dismorfia muscular", para obter um leque maior de busca.

A busca foi realizada na base de dados Google Acadêmico, por sua abrangência e facilidade de acesso a artigos científicos em língua portuguesa, na qual foram incluídos estudos publicados nos últimos 15 anos (entre 2010 e 2025), considerando a atualidade das discussões sobre o tema. Foram selecionadas apenas artigos escritos em português foram considerados, com o objetivo de contextualizar a análise ao público e à realidade brasileira/lusófona.

Como Critérios de Inclusão: artigos científicos com texto completo disponível gratuitamente; estudos com foco na relação entre vigorexia (ou dismorfia muscular) e o uso de anabolizantes; trabalhos que discutam aspectos sociais, culturais ou midiáticos relacionados à temática; publicações científicas revisadas por pares.

Critérios de Exclusão: trabalhos duplicados; resumos sem acesso ao texto completo; artigos que abordem exclusivamente outras formas de transtornos alimentares

ou do espectro da imagem corporal sem menção à vigorexia ou aos anabolizantes; dissertações, teses ou monografias não publicadas em periódicos científicos.

As palavras-chave utilizadas na busca foram combinadas com operadores booleanos para maximizar os resultados relevantes. As palavras-chave principais foram vigorexia, dismorfia muscular, esteroides anabolizantes, anabolizantes, imagem corporal, influência da mídia, pressão estética. As estratégias de busca no Google Acadêmico foram: "vigorexia" AND "anabolizantes", "uso de anabolizantes" AND "imagem corporal", "vigorexia" AND "pressão estética".

As etapas da revisão foram: levantamento dos artigos com base nos critérios e estratégias descritas; leitura exploratória dos títulos e resumos para verificação da pertinência; seleção dos artigos mais relevantes conforme os objetivos da pesquisa; leitura analítica e categorização dos achados, e síntese dos resultados de acordo com os eixos temáticos: aspectos psicológicos, sociais e midiáticos.

3- RESULTADOS E DISCUSSÃO

A partir do uso das palavras-chaves e uma leitura aprofundada do título e resumo, foram selecionados 22 artigos que se acreditava se encaixar nos objetivos propostos. No entanto, após realizar a leitura completa desses e aplicar os critérios delimitativos, apenas 6 artigos se enquadraram nos critérios necessários. A seguir, apresenta-se uma tabela onde são apresentados esses artigos selecionados, junto de seus respectivos autores e objetivos.

Tabela 1: artigos selecionados

AUTORES	ARTIGO	ANO	OBJETIVOS
Azevedo, A. M. P.; Caminha, I. O.	Estetização da Saúde e Dismorfia Muscular: Concepções Sociais do Corpo	2011	Investigar percepções e usos sociais do corpo e as motivações para o treinamento compulsivo em indivíduos vigoréticos.
Azevedo, A. P.; Ferreira, A. C.; Da Silva, P. P.; Caminha, I. O.; Freitas, C. M.	Dismorfia muscular: A busca pelo corpo hiper musculoso	2012	Analisar aspectos socioculturais, psicológicos e o uso de recursos ergogênicos relacionados à dismorfia muscular.
Macedo, A. A.; Nunes Filho, J. C. C.; Matos, R. S.; Pinto, D. V.; Correia, L. F. V.; Oliveira Nunes, M. P.	Relação da vigorexia com o uso de esteroides anabolizantes em praticantes de treinamento de força	2019	Averiguar a relação entre o uso de EAA e o nível de vigorexia em indivíduos de diferentes classes econômicas, além de levantar os tipos mais utilizados nos dois nichos.
Correia, S. A.; Coentre, R.	Dismorfia Muscular e Uso de Esteroides Androgénios Anabolizantes: Uma Revisão Sistemática	2020	Determinar prevalências de DM e uso de EAAs, além de investigar diferenças por sexo, etnia e orientação sexual.

Miranda, A. C.; Noieto, S. R.; Jesus, J. B..	Efeitos psicológicos causados pelo uso de esteroides anabolizantes androgênicos: uma revisão integrativa	2025	Investigar os efeitos psicológicos e neurocognitivos associados ao uso crônico de EAAs.
Amorim, D. R. S. G.; Farias, C. C.; Germani, T. A.; Araújo, L. A.; Portela, M. J. C.; Romero, G. C.; Albuquerque, P. F. V. B.; Lindington Lins, G. A. S.; Silva, H. R. S.	Dismorfia Muscular e o Uso de Esteroides Anabolizantes: Uma Revisão de Escopo	2025	Mapear a literatura científica sobre o uso não médico de esteroides anabolizantes e sua relação com a dismorfia muscular.

Fonte: elaborado pelo autor (2025).

No estudo de Azevedo et al (2012), participaram 20 indivíduos que responderam a questionários sobre o uso de substâncias e seus objetivos com a prática de treinamento de força. Os dados revelaram que 35% dos participantes do sexo masculino e 5% do sexo feminino relataram o uso de pelo menos uma substância pertencente à classe dos esteroides anabolizantes. Além disso, observou-se que 85% dos sujeitos, sendo 70% dos homens e 100% das mulheres, indicaram como principal objetivo a hipertrofia muscular, idealizando um corpo musculoso, proporcional e com baixo percentual de gordura.

Na revisão de escopo conduzida por Amorim et al (2025), foram analisados 10 estudos que abordam, sob diferentes perspectivas, a relação entre a dismorfia muscular e o uso de esteroides anabolizantes. Dentre eles, um dos estudos analisados González-Martí et al (2018) contou com uma amostra significativa de 734 participantes, dos quais 562 eram homens e 173 mulheres. Os resultados indicaram que 18,3% (n=134) dos indivíduos apresentavam sintomas compatíveis com dismorfia muscular, com predominância entre os homens (70,1%) em relação às mulheres (29,9%). Dentre aqueles que apresentaram o transtorno, 44,4% relataram o uso de esteroides anabolizantes, com uma prevalência maior entre as mulheres com dismorfia (47,4%) do que entre os homens (30,3%).

Em outro estudo analisado por Amorim et al (2025), sendo esse o de Kanayama et al (2006), entre os 48 participantes que já faziam uso de esteroides anabolizantes, 17%

apresentavam histórico de dismorfia muscular. Dentre esses, 5 desenvolveram o transtorno apenas após o início do uso das substâncias, sendo que em 3 casos os sintomas se tornaram mais proeminentes após o uso e só então foram diagnosticados. Os autores destacaram que, embora os transtornos de imagem corporal possam preceder o uso dos anabolizantes, em diversos casos o uso dessas substâncias parece ter atuado como um gatilho ou intensificador dos sintomas da dismorfia muscular.

Em contrapartida, um terceiro estudo Olivardia et al (2000) incluído na revisão aponta uma direção distinta. Entre 11 participantes diagnosticados com dismorfia muscular e que também relataram o uso de esteroides anabolizantes, observou-se que, em 73% dos casos, os sintomas do transtorno se manifestaram pelo menos um ano antes do início do uso dos esteroides anabolizantes. Em 9% dos casos, os sintomas surgiram no mesmo ano em que se iniciou o uso, e apenas em 18% o transtorno apareceu após um ano do início do consumo.

No estudo de Macedo et al (2019), além da investigação sobre a relação entre dismorfia muscular e o uso de esteroides anabolizantes, foi realizada uma análise comparativa entre indivíduos residentes em zonas nobres (ZN) e zonas periféricas (ZP). Os resultados mostraram uma diferença entre os dois grupos, onde 80% (n=16) dos participantes da ZN admitiram o uso de EAA, enquanto entre os da ZP, apenas 45% (n=9) relataram esse comportamento. Essa diferenciação de classes contribui para o entendimento de como fatores sociais e econômicos influenciam o modo como a dismorfia muscular se manifesta e é gerida pelos indivíduos afetados.

Na revisão sistemática conduzida por Correia e Coentre (2020), foram analisados 12 artigos que investigaram o uso de esteroides anabolizantes entre praticantes de musculação, incluindo tanto culturistas quanto estudantes universitários. A população avaliada foi predominantemente composta por indivíduos envolvidos ativamente em práticas regulares de treinamento de força. Dentre os estudos revisados, 75% relataram a presença de estimativas de prevalência no uso dessas substâncias, indicando uma tendência recorrente ao consumo de esteroides anabolizantes nesse contexto. A frequência de uso encontrada variou significativamente entre os estudos, oscilando de 2,9% a 94%.

No trabalho de Azevedo (2011), foram analisados 20 participantes, sendo 17 do sexo masculino e 3 do sexo feminino, com idades entre 18 e 24 anos (média de $19,6 \pm 1,9$ anos). Os dados revelaram que 50% dos indivíduos relataram fazer uso de esteroides anabolizantes, tendo como principal motivação a maximização da hipertrofia muscular.

Na revisão sistemática feita por Miranda, Noletto e Jesus (2025), foram reunidos diversos estudos que mostram como o uso prolongado de esteroides anabolizantes pode afetar não só o corpo, mas também o seu psicológico. Os resultados indicam uma forte ligação entre o uso desses hormônios e o surgimento de transtornos de personalidade, como traços antissociais, borderline e até comportamentos sádicos, além de aumentar muito os níveis de depressão, ansiedade, agressividade e pensamentos suicidas. Também foi observado que o uso crônico prejudica a capacidade de entender e interpretar as emoções e intenções das outras pessoas, o que dificulta as relações sociais.

Outro aspecto importante levantado pela revisão foi como muitos homens que usam esteroides anabolizantes acabam enfrentando mudanças no humor, impulsividade, baixa autoestima e uma preocupação exagerada com a aparência física, essa podendo ser remetida a dismorfia muscular. Esses efeitos parecem estar muito ligados ao uso contínuo dos esteroides, que geralmente começa pelo desejo de melhorar a aparência e o desempenho físico. Porém, muitos relatam dificuldades para parar de usar, principalmente pelo medo de perder o corpo conquistado e sentir que a qualidade de vida piora sem os hormônios.

Além disso, a pesquisa mostrou que a maioria dos usuários começou a usar esteroides anabolizantes ainda jovem e em doses altas. Quase metade tentou interromper o uso, mas 60% não conseguiram, mostrando como a dependência é real e difícil de superar.

Os dados obtidos através dessa revisão narrativa mostram uma preocupante relação entre a dismorfia muscular e o uso de esteroides anabolizantes, principalmente para a população praticante de treinamento de força. Apesar de já apontado em estudos anteriores, ela apresenta algumas diferenças quando comparada a diferentes nichos, sejam classes sociais, de gênero, motivações e impactos psicológicos.

No estudo de Macedo et al. (2019), identificou-se que a maior parte dos praticantes de musculação residentes em zonas nobres (80%) relatou o uso de esteroides anabolizantes, contra 45% dos praticantes de zonas periféricas. Pode-se atribuir ao custo elevado desses produtos. Isso sugere que fatores socioeconômicos podem interferir no acesso e na segurança para o uso dessas substâncias, especialmente considerando que a maior parte dos produtos são vendidos sem a prescrição médica.

Um dos estudos citado na revisão de Amorim et al. (2025), foi o realizado por González-Martí et al (2018) avaliou a dismorfia muscular e uso de esteroides anabolizantes androgênicos em uma amostra espanhola de fisioculturistas e levantadores de peso, de ambos os sexos, da Espanha. Estes autores encontraram que entre os indivíduos com sintomas de dismorfia muscular, 44,4% faziam uso de anabolizantes. A prevalência foi maior entre mulheres com vigorexia (47,4%) do que entre homens (30,3%), contrariando a ideia amplamente difundida de que esse transtorno é predominante entre os homens. Esses achados destacam a necessidade de olhar com mais atenção para o público feminino, que também sofre pressões estéticas significativas e muitas vezes invisibilizadas.

Outro estudo realizado por Olivardia et al (2000), também citado na revisão de Amorim et al. 2025, revelou que, entre os usuários de anabolizantes com diagnóstico de dismorfia muscular, 73% já apresentavam sintomas do transtorno mesmo antes de iniciar o uso das substâncias. Ao contrário, Kanayama et al (2006) mostrou que, em alguns casos, os sintomas da vigorexia surgiram ou se intensificaram somente após o início do uso dos esteroides. Essa divergência entre os estudos mostra que a relação entre causa e consequência ainda não está totalmente clara, e que o uso de anabolizantes pode funcionar tanto como resultado da vigorexia quanto como fator desencadeante ou agravante do transtorno.

Já o estudo de Miranda, Noletto e Jesus (2025) trouxe contribuição importante ao evidenciar os efeitos psicológicos associados ao uso prolongado de esteroides anabolizantes. Entre os principais sintomas relatados pelos autores estão alterações de humor, traços de personalidade borderline, agressividade, ansiedade, depressão e até pensamentos suicidas. Além disso, o uso contínuo dessas substâncias mostrou-se relacionado à dificuldade de interrompê-las, o que indica um padrão de dependência

sustentado pelo medo de perder os resultados conquistados e pela insatisfação contínua com o próprio corpo.

O estudo de Azevedo et al. (2012) reforça a ideia de que a motivação principal entre praticantes de musculação que utilizam anabolizantes é a hipertrofia muscular e a busca por um corpo proporcional e com baixo percentual de gordura. Segundo os dados apresentados, 35% dos homens e 5% das mulheres participantes relataram o uso de substâncias pertencentes à classe dos esteroides, sendo que 85% dos sujeitos indicaram a hipertrofia como seu objetivo principal. Esses resultados corroboram com a fala de Diniz (2011) onde, pelo descontentamento com a autoimagem, os indivíduos buscam alternativas para alcançar o biotipo idealizado, como o uso de esteroides anabolizantes.

Todos os trabalhos analisados, com exceção de alguns que focaram exclusivamente nos efeitos físicos e bioquímicos das substâncias, destacaram a influência direta da mídia e dos padrões de beleza na formação de uma imagem corporal distorcida. Referências como Pope et al. (2000) e Leit et al. (2001) abordam como a idealização de corpos hipermusculosos, difundida principalmente por redes sociais e publicidade, intensifica a insatisfação com a própria imagem. Essa insatisfação, por sua vez, pode impulsionar comportamentos compulsivos, como o excesso de treino e o uso de anabolizantes.

Dessa forma, observa-se que, embora os estudos foquem em aspectos distintos, como fatores sociais, prevalência, efeitos psicológicos ou motivações pessoais, todos trouxeram uma relação direta entre a vigorexia e o uso de esteroides anabolizantes.

5- CONSIDERAÇÕES FINAIS

Este trabalho teve como objetivo analisar a relação entre vigorexia e o uso de esteroides anabolizantes por meio de uma revisão narrativa. A partir dos estudos selecionados, foi possível identificar que a dismorfia muscular está fortemente associada a comportamentos como o uso de substâncias para ganho de massa muscular e a prática excessiva de exercícios físicos.

A literatura aponta que muitos indivíduos acometidos pela vigorexia recorrem ao uso de esteroides como forma de atingir um padrão corporal que, mesmo após ser alcançado, continua sendo percebido como insuficiente. Além disso, os dados revelam que o uso dessas substâncias pode ocorrer antes ou depois do surgimento do transtorno, funcionando tanto como causa quanto como agravante do quadro.

Foram observadas também consequências psicológicas relevantes associadas ao uso prolongado de esteroides anabolizantes, como alterações de humor, dependência, ansiedade e baixa autoestima. Em alguns casos, os usuários relatam dificuldades para interromper o uso, o que indica um padrão de uso contínuo motivado por insatisfação corporal persistente.

Este estudo apresenta algumas limitações importantes: o levantamento foi realizado exclusivamente através do Google Acadêmico, restringindo o alcance das fontes; os artigos incluídos foram apenas em língua portuguesa; e houve delimitação de tempo para os últimos 15 anos. Tais fatores podem ter limitado a diversidade e a profundidade dos dados analisados.

Apesar disso, a revisão evidenciou que a relação entre vigorexia e anabolizantes exige atenção por parte dos profissionais da saúde, especialmente da Educação Física, que atuam diretamente com indivíduos expostos a esse tipo de comportamento. Compreender os fatores que envolvem o transtorno e os riscos do uso dessas substâncias é essencial para promover uma prática esportiva mais segura e consciente.

REFERÊNCIAS

AMORIM, Davi Ricardo Soares Gama de et al. Dismorfia muscular e o uso de esteroides anabolizantes: uma revisão de escopo. **Brazilian Medical Students Journal**, v. 10, n. 14, 2025. DOI: <https://doi.org/10.53843/bms.v10i14.743>. Disponível em: <https://bms.ifmsabrazil.org/bms/article/view/743>. Acesso em: 10 maio 2025.

AZEVEDO, Andréa Maria Pires; CAMINHA, Iraquitã de Oliveira. Estetização da saúde e dismorfia muscular: concepções sociais do corpo. **ConScientiae Saúde**, v. 10, n. 3, p. 530–538, 2011. DOI: <https://doi.org/10.5585/conssaude.v10i3.2708>. Disponível em: <https://periodicos.uninove.br/saude/article/view/2708>. Acesso em: 20 maio 2025.

AZEVEDO, Andréa Pires et al. Muscle dysmorphia: a quest for the hyper muscular body. **Motricidade**, v. 8, n. 1, p. 25–34, 2012. DOI: <https://doi.org/10.6063/motricidade.240>. Disponível em: <https://revistas.rcaap.pt/motricidade/article/view/240>. Acesso em: 10 maio 2025.

BOTHELO, Rafael Guimarães; MOREIRA, Wagner Wey. Vigorexia: alerta para a área da Educação Física. **Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación**, n. 46, p. 980–986, 2022. ISSN 1988-2041.

CAMARGO, T. P. P. de et al. Vigorexia: revisão dos aspectos atuais deste distúrbio de imagem corporal. **Revista Brasileira de Psicologia do Esporte**, v. 2, n. 1, p. 01–15, 2008.

CAVALCANTE, Lívia Teixeira Canuto; OLIVEIRA, Adélia Augusta Souto de. Métodos de revisão bibliográfica nos estudos científicos. **Psicol. rev. (Belo Horizonte)**, Belo Horizonte, v.26, n1, p.83-102, abr. 2020. Disponível em <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S167711682020000100006&lng=pt&nrm=iso>. Acessos em 16 jun. 2025. <https://doi.org/10.5752/P.1678-9563.2020v26n1p82-100>.

CORREIA, Susana Amaral; COENTRE, Ricardo. Dismorfia muscular e uso de esteroides androgénios-anabolizantes: uma revisão sistemática. **Revista Portuguesa de Psiquiatria e Saúde Mental**, Lisboa, v. 6, n. 1, p. 16–23, 2020.

DE MACEDO, A. A. et al. Relação da vigorexia com o uso de esteroides anabolizantes em praticantes de treinamento de força. **Revista Brasileira de Nutrição Esportiva**, v. 13, n. 81, p. 733–738, 19 set. 2019.

DINIZ, Lucas Moreno. **Vigorexia: uma revisão acerca do transtorno em praticantes de musculação e o uso de anabolizantes**. 2021. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Educação Física) – Universidade Estadual Paulista (UNESP), Rio Claro, 2021. Disponível em: <https://repositorio.unesp.br/handle/11449/257283>. Acesso em: 22 abr. 2025.

GONZÁLEZ-MARTÍ, I.; FERNÁNDEZ-BUSTOS, J. G.; CONTRERAS JORDÁN, O. R.; SOKOLOVA, M. Muscle dysmorphia: detection of the use-abuse of anabolic androgenic steroids in a Spanish sample. **Adicciones**, v. 30, n. 4, p. 243–250, abr. 2018.

KANAYAMA, G.; BARRY, S.; HUDSON, J. I.; POPE, H. G. Jr. Body image and attitudes toward male roles in anabolic-androgenic steroid users. **American Journal of Psychiatry**, v. 163, n. 4, p. 697–703, abr. 2006.

LEIT, R. A.; GRAY, J. J.; POPE, H. G. **The media's representation of the ideal male body: a cause for muscle dysmorphia?** *International Journal of Eating Disorders*, 2001.

MIRANDA, Ana Carolina et al. Efeitos psicológicos causados pelo uso de esteroides anabolizantes androgênicos: uma revisão integrativa. **Pensar Acadêmico**, Manhuaçu, v. 23, n. 1, p. 69–88, 2025.

MOTTER, A. G.; ALMEIDA, S.; BELLINI, M. Incidência de vigorexia em praticantes de musculação. **Do Corpo: Ciências e Artes**, v. 7, n. 1, 2018.

OLIVARDIA, R.; POPE, H. G. Jr.; HUDSON, J. I. Muscle dysmorphia in male weightlifters: a case-control study. **American Journal of Psychiatry**, v. 157, n. 8, p. 1291–1296, ago. 2000.

POPE, Harrison G.; PHILLIPS, Katharine A.; OLIVARDIA, Roberto. **O complexo de Adônis: a obsessão masculina pelo corpo**. Tradução de Sérgio Teixeira. Rio de Janeiro: Editora Campus, 2000.

ROTHER, Edna Terezinha. Revisão sistemática x revisão narrativa. **Acta Paulista de Enfermagem**, São Paulo, v. 20, n. 2, p. v–vi, abr./jun. 2007. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/ape/a/z7zZ4Z4GwYV6FR7S9FHTByr/?lang=pt>. Acesso em: 10 maio 2025.