



TRAFICANTES DE UNA OBSESIÓN

Los esteroides anabolizantes están prohibidos sin prescripción médica justificada. ¿Cómo acceden a ellos entonces estos jóvenes?

En la mayoría de los gimnasios, el tráfico de este tipo de sustancias es común. Jorge Ruiz, por ejemplo, cuenta que para él será muy fácil hacerse con ellas cuando quiera empezar a supermuscularse porque «en el barrio o en el gimnasio siempre encuentras a alguien que o consume o te las vende».

Este tráfico en los centros deportivos rara vez está regulado por sus responsables. «En los gimnasios, los propios entrenadores recomiendan la toma de estas sustancias para conseguir el cuerpo ideal», apunta María Isabel Casado, psicóloga clínica.

Pero no es la única forma. En internet existen infinidad de páginas que ofrecen estos tratamientos. Esto es más peligroso aún si cabe, ya que el

consumidor no sabe a ciencia cierta de dónde viene lo que está metiéndose en el cuerpo. Ángel López asegura que, si en algún momento se plantea ciclarse con anabolizantes, lo hará con productos de calidad, que uno sepa «lo que se está metiendo».

La otra forma para poder adquirir esteroides anabolizantes es mediante receta médica y para esto existen profesionales que se lucran concediéndolas de manera ilegal. Los farmacéuticos lo único que pueden hacer cuando se van a cobrar estas recetas es llamar al médico que las firma para confirmar su autenticidad.

De hecho, en España, ya hay un médico detenido en una de las tres grandes operaciones, la *Burn* en Madrid y otras dos en Alicante y Valencia. En total, se han incautado cerca de 300.000 dosis de sustancias dopantes, recetas médicas e incluso armas de fuego. Las operaciones se llevaron a cabo en tiendas de internet, gimnasios y locales, y han sido detenidas más de 20 personas. **A. M.**



Ángel López, de 21 años, quiere muscularse de forma natural. ALBERTO DI LOLLI

ELLAS TAMBIÉN QUIEREN MÚSCULO

mos el doble para compensar», dice Diana.

Marina, por su parte, cuenta que su madre está preocupada por ella: «Mi madre me dice a veces que estoy demasiado gorda, pero gorda de que tengo mucho músculo en las piernas. Yo le digo que me deje, que yo sé lo que me conviene».

En el tema de la dieta, ya no vale el tradicional *no como nada* de anteriores patologías relacionadas con la alimentación, sino que ahora está de moda el controlar hasta lo último que se ingiere. «Nuestra dieta está adaptada a mujeres pero orientada a conseguir músculo. Peso las cantidades de casi todo lo que como en una báscula para poder cumplirla estrictamente», cuenta Diana que, además, asegura que le ha afectado a su vida social: «Cuando mis amigas me invitan a ir a comer por ahí o a tomar algo, les digo que no. Se pierden días de gimnasio por comer mal». **A. M.**

La obsesión por la musculación suele asociarse sólo a hombres pero, aunque suele ser así, las mujeres también están empezando a sufrir esta patología que se une a las tradicionales de bulimia y anorexia.

No hablamos sólo de las mujeres dedicadas a la supermusculación, sino también de la búsqueda del cuerpo *fitness*.

Marina García y Diana Méndez tienen 17 años recién cumplidos y desde que se apuntaron al gimnasio hace un año se han volcado en él. «Al principio lo consideraba como un *hobby*, pero cuando te acostumbras le coges vicio. Me considero un poco obsesiva con todo esto», cuenta Marina.

No sólo en el tema de los ejercicios, sino también en la dieta. «Si no voy un día, ya me siento *supermal* y me veo fofo. Al día siguiente vamos y hace-

to excesivo del músculo no está vinculado a una mayor resistencia.

Ese cambio ocurre no sólo en el músculo estriado, sino también en el cardíaco. El abuso de estos fármacos produce hipertrofia cardíaca. Se asimila a las situaciones patológicas que se producen en el corazón cuando hay una enfermedad, como la miocardiopatía hipertrófica. Se han detectado personas que, por este consumo, han sufrido miocardiopatía con insuficiencia cardíaca.

El uso de dosis elevadas de esteroides anabolizantes tiene un efecto sistémico. Produce retención de agua y sodio, por lo que favorece la hipertensión arterial y modifica el perfil lipídico, aumentando el nivel de triglicéridos y colesterol. Incrementa también

ANÁLISIS

la glucemia y favorece la diabetes. El abuso de estas sustancias reduce el cortisol y, por su acción antiinflamatoria, propicia las infecciones víricas, bacterianas y por hongos. A nivel osteoarticular produce osteoporosis y altera el desarrollo de los cartílagos. También puede generar cataratas, sobre todo en los muy jóvenes, y aumentar la presión intraocular. A nivel neurológico, puede originar ansiedad, insomnio y cuadros psicóticos. En resumen, el uso de esteroides anabolizantes sin indicación médica, simplemente por el mero hecho de querer tener cuerpos más musculados, puede ser muy peligroso y desencadenar una enfermedad.

Araceli Boraita es cardióloga deportiva.

–una hora y media mínimo–, y si por ella fuera, «iría todos los días de la semana, pero siempre pasa algo y tengo que perderme uno o dos».

A pesar de que no se plantean abandonar su estilo de vida, las personas que padecen vigorexia reco-

nocen que esto puede convertirse en un problema para ellas en el futuro. «Me he planteado que cuando llegue a mi límite natural, esto pueda llevarme a hacer una tontería y al final se convierta en un problema de verdad. Ahora mismo no, pero

quizá me cambie la mentalidad y quiera ser un gorila», confiesa Ángel. De forma parecida piensa Jorge, quien se muestra preocupado: «Mi mentalidad cada vez es de querer más y más y la verdad es que no sé a dónde me va a llevar».