

# Preocupação exagerada com a forma física

Por Karen Rodrigues

Conquistar o corpo perfeito com o objetivo de se enquadrar nos padrões de beleza impostos pela sociedade moderna tem levado muitos jovens a práticas excessivas de atividades físicas. Para muitos deles, qualquer sacrifício é pouco para conseguir a melhor forma. O problema é que por mais que malhem, eles nunca se sentem satisfeitos com sua imagem.

Isto pode ser um sinal de um transtorno que tem acometido principalmente homens de 15 a 25 anos, a Vigorexia. Segundo o psicólogo **Nivaldo de Oliveira Santos**, da Divisão de Psicologia do Hospital das Clínicas, trata-se de uma preocupação acentuada com a forma física. “Eles apresentam idéias persistentes de que precisam melhorar a aparência corporal e se preocupam de não estarem parecendo fortes o suficiente”, explica.

Conquistar massa muscular por meio de exercícios, alimentação saudável, ou até mesmo com suplementos alimentares, requer dos atletas disciplina e paciência para esperar que a musculatura seja moldada. “O fato é que ultimamente as pessoas estão com cada vez menos tempo, menos paciência e menos disciplina para esperar este resultado a médio e longo prazo. Quanto maior a insatisfação com a imagem corporal e com outras áreas na vida, mais eles vão querer compensar tudo isso com anabolizantes”, diz o psicólogo.



Amiana Salles

A vigorexia acarreta problemas tanto físicos, quanto psicológicos. “A prática compulsiva pode fazer com que a pessoa fique fechada nela mesma e na própria imagem, perdendo o contato com as relações sociais. Pode comprometer a vida escolar ou profissional e atrapalhar também as relações amorosas, porque ela pode entrar numa condição narcísica”.

Já no ponto de vista físico, os esteróides anabolizantes sobrecarregam o fígado e os rins, que vão ter que filtrar uma carga de hormônio muito grande, podendo levar ao surgimento de neoplasias como câncer de testículo, de fígado e rim.



Fotos: www.sxc.hu

De acordo com o psicólogo, as vítimas deste transtorno dificilmente procuram ajuda, porque enquanto estão aumentando a musculatura elas se sentem bem e sempre querem mais. “Como que uma pessoa que se sente magra e que está vendo que está aumentando a massa muscular vai parar, se ele está chegando cada vez mais perto daquilo que é o ideal? Só que o ideal não pode parar nunca. Eles só recorrem quando surge um problema físico”.

Geralmente são os familiares que percebem que o “atleta” precisa de ajuda. Cabe a eles orientá-los a procurar apoio profissional e não deixar que percam de vista suas metas e as abandonem para cuidar do corpo.

## Sentimento de baixa estima pode desencadear a Vigorexia

Imagina ser alvo de piadinhas durante 22 anos por conta da magreza e não ter sequer o prazer de ir à praia e tirar a camiseta. Não é nada fácil, concorda? Estes foram alguns dos motivos que levaram o músico clássico **Maurício Abdala** a buscar melhor condicionamento físico por meio da musculação.

Cansado de chacotas, o músico começou a malhar sério. O que ele não esperava é que iria gostar tanto. No primeiro ano conseguiu aumentar três quilos. Para ele, não era suficiente e passou a desejar cada vez mais e partiu para o uso de esteróides anabolizantes. “Comecei a crescer e conquistar a credibilidade das pessoas. Elas já não zuavam mais, pelo contrário, tinham medo de apanhar. Não que eu seja agressivo, mas as pessoas menosprezam os seres mais fracos por não terem um poder de destruição”, relata Abdala.

## Jovens são as principais vítimas de um transtorno psicológico conhecido como Vigorexia. É um transtorno vinculado a problemas de personalidade

Com o uso frequente de anabolizantes, o jovem conseguiu o físico ideal para se tornar um fisiculturista. “Me tornei um atleta de ponta e patrocinado. Saí em folders pelo País inteiro. E eu que pesava 57kg, cheguei a 95kg, 48 de braço, 74 de coxa. Quem ia imaginar que aquele magricelo fosse se tornar um fisiculturista”, lembra.

Maurício, um autodidata sobre os efeitos e riscos do anabolizante, revela que embora soubesse que poderia ir a óbito, não tinha medo. Apenas pensava em se superar. “Quando se torna competidor, é um querendo ser melhor que o outro, querendo ficar maior. Nessa fase você está possuído, sua cabeça está dominada pela droga. A gente vangloria aquela massa muscular. Deixei meu violão de lado e quando percebi, já estava totalmente consumido por isso”.

Abdala conta que usou todos os esteróides, inclusive substâncias indicadas para uso animal. E como consequência do uso excessivo das drogas, ele teve ginecomastia (aumento das mamas), hepatomegalia (aumento do fígado) e os glóbulos vermelhos foram destruídos.

Depois de cinco anos como fisiculturista, o atleta deixou a competição. Ele comenta que decidiu parar porque não tinha mais dinheiro pra investir. “O fisiculturista toma uma substância cara. E precisa tomar outra substância mais cara ainda para combater os efeitos colaterais. Se ele quiser se jogar na droga e não converter o efeito colateral, ele vai pro caixão”, explica.

O jovem revela que nunca procurou ajuda médica para auxiliá-lo nesta pior fase que é a abstinência. Ele conta que pelo fato de ter perdido massa e o físico ter mudado, aboliu o uso de camisetas regatas durante o treino, e agora faz a série de exercícios de blusa.

Ele é enfático em afirmar que não se sente feliz sem os anabolizantes. Por ele continuaria usando, porém encontrou uma compensação. “Procuro na música descarregar tudo. Me sinto impotente, é como se tivesse conhecido o tatame, a derrota. Mas ao mesmo tempo a música me faz pensar que sou vencedor”, finaliza.



Divulgação