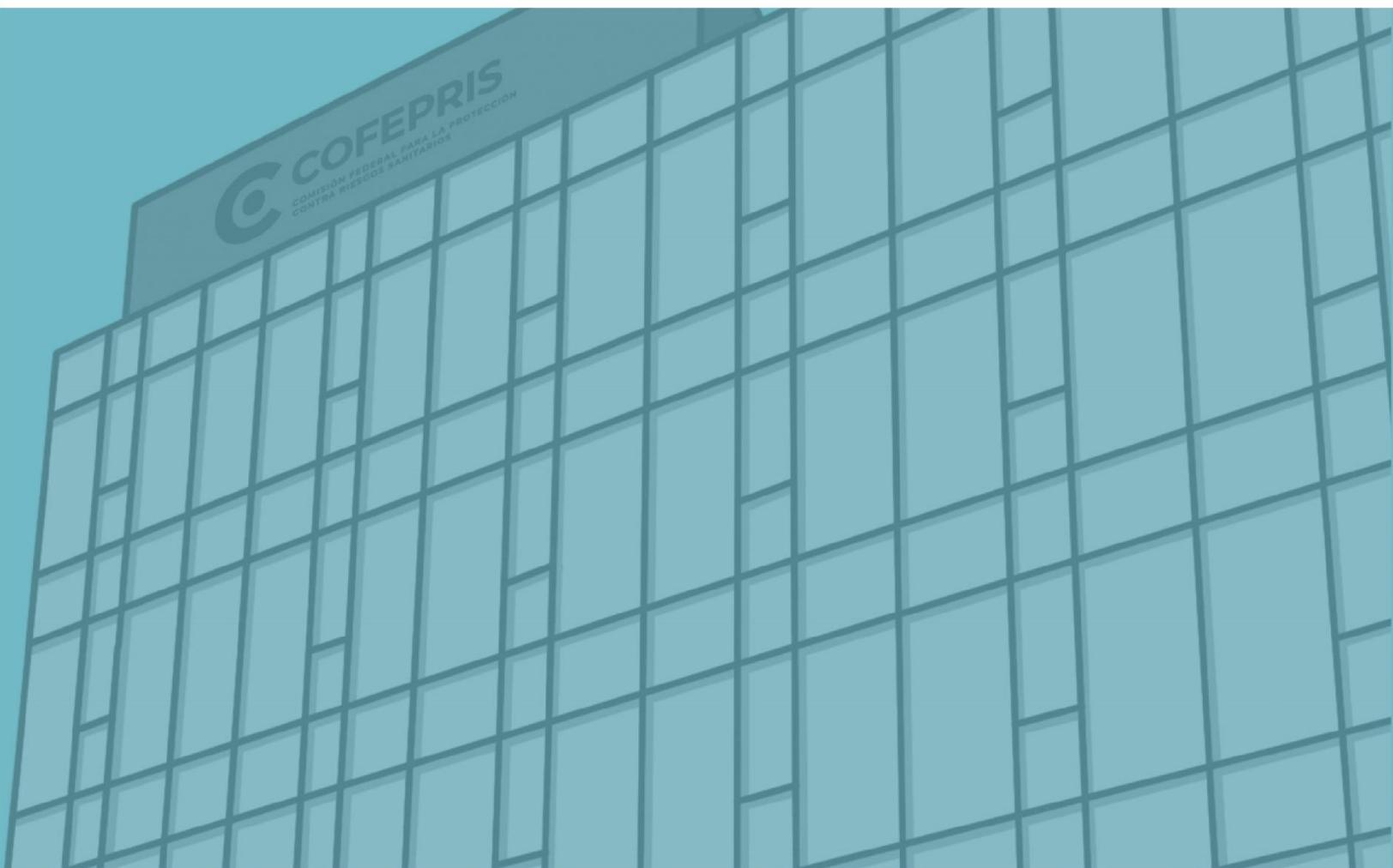


COMUNICADO DE RIESGO A LA POBLACIÓN

ESTEROIDES ANABÓLICOS



SALUD
SECRETARÍA DE SALUD



COFEPRIS
COMISIÓN FEDERAL PARA LA PROTECCIÓN
CONTRA RIESGOS SANITARIOS



La Comisión Federal para la Protección contra Riesgos Sanitarios (Cofepris) comunica sobre los riesgos a la salud por el uso de **esteroides anabólicos** de forma indiscriminada por personas que quieren aumentar el rendimiento atlético, así como mejorar su apariencia física por el incremento de la masa muscular.

DESCRIPCIÓN DE LA SUSTANCIA Y DEL PRODUCTO

Los esteroides anabólicos son variaciones sintéticas de la hormona testosterona, sintetizada en mayor concentración en los hombres y en menor concentración en mujeres.

El término apropiado para estos compuestos es el de esteroides anabólicos androgénicos, "anabólico" se refiere al desarrollo de los músculos, y "androgénico" se refiere al desarrollo de las características sexuales masculinas.¹

Los esteroides anabólicos se pueden recetar legalmente para el tratamiento de afecciones médicas que resulten por deficiencia de la hormona esteroide, como cuando hay un retraso en la pubertad, también se recetan para tratar enfermedades que resultan en la pérdida de masa muscular magra como el cáncer, el SIDA y la osteoporosis.²

Algunos atletas, fisicoculturistas y otras personas consumen en exceso estos medicamentos en un intento por mejorar su rendimiento o su apariencia física ya que incrementan la masa muscular, peso corporal y fuerza cuando se combinan con el entrenamiento, sin embargo, el abuso en el consumo de esteroides provoca efectos adversos y daños a la salud.

Las presentaciones de estos productos van desde polvos para preparar bebidas, tabletas, parches, ungüentos, cremas, pomadas, geles o soluciones para inyección.³



Los esteroides anabólicos de abuso común son:

Esteroides orales (nombre genérico)	Esteroides Inyectables (nombre genérico)
Oximetolona	Decanoato de Nandrolona
Oxandrolona	Fenilpropionato de Nandrolona
Metandrostenolona	Cipionate de Testosterona
Estanozolol	Undecilenato de Boldenona
	Tetrahydrogestrinona (Thg)

DESCRIPCIÓN DEL PROBLEMA

Una de las principales razones del abuso de los esteroides es porque aparentemente mejora el rendimiento en los deportes, aumenta la musculatura o reduce la grasa corporal.

En ocasiones, el abuso de esteroides anabólicos puede estar relacionado con experiencias negativas o ciertos rasgos sociales y psicológicos como baja autoestima, trastornos de conducta en la infancia o de conductas de alto riesgo¹.

Algunos adolescentes abusan de los esteroides como parte de un patrón de comportamiento de alto riesgo.²

La prescripción y la utilización de estas sustancias se realiza solo por médicos especialistas para el tratamiento de algunas afecciones, sin embargo, muchos deportistas y practicantes del culturismo los usan indiscriminadamente, desconociendo los efectos adversos que tienen en el organismo, a corto, mediano o largo plazo.⁴



RIESGO A LA SALUD

Las personas consumen dosis que pueden ser entre 10 y 100 veces más altas que las dosis que recetan para tratar problemas médicos.¹

Las conductas comunes en el uso indebido de esteroides incluyen:

- Consumo cíclico: tomar varias dosis durante un tiempo, suspender el consumo un tiempo y luego reiniciarlo.
- Consumo apilado: combinar dos o más esteroides distintos y mezclar esteroides orales con esteroides inyectables y algunas veces incluyen compuestos diseñados para uso veterinario.
- Consumo piramidal: aumentar lentamente la dosis o la frecuencia del consumo indebido de esteroides, llegar a una cantidad pico y luego reducir el consumo gradualmente hasta llegar a cero.
- Consumo de meseta: alternar, sobreponer o sustituir esteroides para evitar que se produzca tolerancia.

No existe evidencia científica de que estas prácticas reduzcan las consecuencias médicas perjudiciales de estos medicamentos.²

La Administración de Alimentos y Medicamentos de los EE. UU. (FDA, por sus siglas en inglés) determinó que algunos productos utilizados en culturismo pueden contener ilegalmente esteroides o sustancias similares a los esteroides, asociados a riesgos potencialmente graves para la salud, como daños al hígado, que pueden poner en peligro la vida.⁶

El uso de esteroides anabólicos es ilegal y está prohibido por las organizaciones deportivas profesionales y las asociaciones médicas. A pesar de esto, algunos deportistas continúan tomando esteroides por la creencia de tener una ventaja competitiva.⁴

A su vez son utilizados en supuestos suplementos alimenticios, sin ser identificados en el etiquetado y sin contar con autorización de esta Comisión Federal.

Este tipo de productos no cuentan con registro sanitario y se desconoce el contenido real de los ingredientes en su formulación.



Un mercado negro lucrativo ha hecho que sea fácil adquirir esteroides ilegales por Internet, por medio de negocios de pedido por correo, en el gimnasio, con amigos y algunas veces de sus entrenadores. ⁷

De igual forma se comercializan en establecimientos de venta de suplementos alimenticios.

IMPLICACIONES A LA SALUD

El abuso de esteroides combinado con una alimentación desequilibrada puede dañar ciertos órganos, especialmente el hígado, provocar un tumor hepático, problemas cardiovasculares, intolerancia a la glucosa o resistencia a la insulina. ⁹

El uso indebido de esteroides anabólicos puede causar problemas graves de salud que incluso pueden llegar a ser permanentes tales como²:

- Problemas renales o insuficiencia renal
- Tumores y cáncer en el hígado
- Agrandamiento del corazón, aumento de la presión arterial y alteración en los niveles de colesterol, factores que pueden aumentar el riesgo de embolia e infarto aun en las personas jóvenes
- Formación de coágulos sanguíneos

Hombres

- Disminución del tamaño de los testículos
- Disminución de la cantidad de esperma
- Calvicie
- Aumento del tamaño de los senos
- Aumento del riesgo de cáncer de próstata

Mujeres

- Crecimiento de vello facial o vello excesivo en el cuerpo
- Disminución del tamaño de los senos
- Calvicie similar a la de los hombres
- Cambios o interrupción del ciclo menstrual
- Agrandamiento del clítoris





Adolescentes

- Retraso del crecimiento (cuando los altos niveles de hormonas esteroides le indican al organismo que detenga el crecimiento antes de tiempo)
- Retraso del desarrollo de la altura (si los adolescentes consumen esteroides antes del período de crecimiento repentino)¹

Dermatológicos

- Cabello graso
- Piel grasa
- Alopecia
- Quistes sebáceos
- Aumento de la incidencia del acné⁴

Efectos psiquiátricos

- Furia, agresión e irritabilidad
- Delirio
- Obsesión
- Celos

Los esteroides anabólicos pueden causar dependencia¹. Las personas pueden padecer los síntomas del síndrome de abstinencia si deja de usarlos, entre los cuales están:

- Fatiga
- Agitación
- Pérdida del apetito
- Problemas para dormir
- Disminución del deseo sexual
- Compulsión por más esteroides
- Depresión, que a veces puede ser grave e incluso llevar a intentos de suicidio

POR LO ANTERIOR LA COFEPRIS RECOMIENDA:

A la población

- Evitar el uso y consumo de esteroides anabólicos para uso deportivo, que se ofrecen para incrementar la masa muscular o reducir la grasa corporal.





- No combinar los esteroides anabólicos con otros productos que prometen bajar de peso.²
- Acudir con un médico especialista para aliviar los síntomas de la abstinencia.
- La terapia conductual y los medicamentos pueden ser útiles para tratar la adicción a los esteroides anabólicos⁷
- Acudir a un nutriólogo para mejorar la alimentación. Apoyar a familiares y personas que sean adictos a los esteroides anabólicos para acompañarlos con su tratamiento para dejar de consumir estos.²

A las escuelas

- Informar a los estudiantes principalmente a los adolescentes sobre el riesgo que conlleva el consumo de esteroides anabólicos.⁷

A los entrenadores

- No recomendar, promocionar y vender esteroides anabólicos en ninguna de sus presentaciones, diseñar rutinas de ejercicio de acuerdo a las necesidades de las personas.
- No incentivar su consumo en los gimnasios donde las personas, en específico hombres, ya que son más susceptibles a ingerirlos.⁵

INFORMACIÓN ADICIONAL

Si tiene alguna duda o requiere más información, consulte con el [Conadic](#) al personal especializado de la Línea de la Vida, servicio multicanal que le brindará atención personalizada sobre los problemas asociados al consumo de sustancias psicoactivas y de salud mental, llame al 800 911 2000 o ingrese a las cuentas de la Línea de la Vida en facebook, twitter o instagram. O acuda al Centro de Atención Primaria en Adicciones, Centro Comunitario de Salud Mental o Centro Integral de Salud Mental más cercano a su domicilio, consulte el [Directorio de Centros de Atención Primaria en Adicciones y Residenciales](#)

¿CÓMO REPORTAR UN PROBLEMA?

Asimismo, en caso de tener conocimiento de la comercialización irregular de estos productos, puedes realizar la denuncia sanitaria a través de la página: <https://bit.ly/46qOjYc>

Esta comisión federal mantiene acciones de vigilancia para evitar que productos, empresas o establecimientos incumplan la legislación sanitaria vigente y asegurar que no representen riesgo a la salud de las personas.



FUENTES

1. Martín-Aragón, S., (2011). Anabolizantes. OFFARM, 30(1). <https://www.elsevier.es/es-revista-offarma-4-articulo-anabolizantes-revision-X0212047X11911402>
2. Instituto Nacional sobre el Abuso de Drogas; Institutos Nacionales de la Salud; Departamento de Salud y Servicios Humanos de los Estados Unidos. (2020). *Abuso de los esteroides anabólicos – Reporte de investigación*. <https://bit.ly/3Raws3t>
3. Mayo Clinic. (2020). *Medicamentos para mejorar el rendimiento: Conoce los riesgos*. <https://bit.ly/46otzAE>
4. Avella, R.E.; Medellín, J.P (2012). *Los esteroides anabolizantes androgénicos, riesgos y consecuencias*. <https://bit.ly/49Y9CUI>
5. CONADE (2016). *Anabólicos, su uso y abuso en el deporte*. <https://bit.ly/49Nzt2D>
6. FDA (2016). *Precaución: usar productos para aumentar la musculación puede ser arriesgado*. <https://bit.ly/415eL97>
7. Mohamadi A. FDA. *Los adolescentes y los esteroides, una combinación peligrosa*. <https://bit.ly/40QRzkT>
8. Universidad de Valencia. *Guía informativa sobre esteroides-anabolizantes falsos amigos del espejo*. <https://bit.ly/40MsdhP>
9. FUNDACIÓN CROMOS neurociencia y genética. *Abuso y adicción a las drogas ¿Qué es la adicción a las drogas?* <https://bit.ly/3QSI61P>
10. Yu, J.G., Bonnerud, P., Eriksson, A., Stål, P.S., Tegner, Y., Malm, C., (2014). *Efectos de la suplementación a largo plazo de esteroides andrógenos anabólicos en el músculo esquelético humano*. National library of medicine. <https://bit.ly/3MWbWkK>

