ATIVIDADE INTERDISCIPLINAR

Estudante: _____ Data: ___/___/_____

Professor (a): _____ Turma: _____

Escola: _____ Tudo Sala de Aula

O QUE SÃO ANABOLIZANTES?

Os anabolizantes, também chamados de esteroides anabolizantes androgênicos, são substâncias naturais ou sintéticas derivadas principalmente da testosterona, o principal hormônio sexual masculino. A testosterona é responsável pelo desenvolvimento e pela manutenção de características sexuais masculinas, como o aumento da massa muscular, o crescimento de pelos corporais e o engrossamento da voz.

Nas mulheres, a testosterona também está presente, mas em menor quantidade. Ela desempenha importantes funções fisiológicas, como a regulação da libido, do humor e da manutenção da massa muscular e óssea.

Indicações de uso

A produção de testosterona tende a diminuir gradualmente com o envelhecimento. Entretanto, a reposição hormonal só é indicada quando existe deficiência hormonal comprovada por avaliação clínica e exames laboratoriais.

Além disso, os esteroides anabolizantes podem ser utilizados em algumas situações médicas específicas, como no tratamento de determinadas condições associadas à perda acentuada de massa muscular e peso corporal. A testosterona também pode ser empregada em terapias hormonais para pessoas transgênero, sempre sob acompanhamento médico especializado.

Anabolizantes, competições e fins estéticos

Os anabolizantes são utilizados por alguns atletas e praticantes de fisiculturismo devido à sua capacidade de aumentar a massa muscular e a força física. Entretanto, o uso dessas substâncias para melhorar o desempenho esportivo é proibido pela maioria das organizações esportivas. Além disso, muitas pessoas utilizam anabolizantes para fins estéticos, buscando acelerar o ganho de massa muscular ou modificar a composição corporal. Entre os produtos divulgados para essa finalidade estão os chamados "chips hormonais" ou "chips da beleza", implantes com hormônios anabolizantes que liberam hormônios de forma contínua no organismo.

Efeitos e consequências

Embora possam promover aumento da massa muscular, os esteroides anabolizantes podem causar efeitos adversos importantes quando utilizados sem indicação médica adequada ou em doses superiores às recomendadas.

Efeitos cardiovasculares

* Aumento da pressão arterial;
* Alterações dos níveis de colesterol;
* Maior risco de infarto do miocárdio;
* Arritmias cardíacas;
* Insuficiência cardíaca.

Efeitos hepáticos e renais

* Hepatite medicamentosa;
* Toxicidade hepática;
* Formação de tumores hepáticos em alguns casos;
* Sobrecarga da função renal.

Efeitos psicológicos

* Alterações de humor;
* Irritabilidade e agressividade;
* Ansiedade;
* Depressão;
* Possibilidade de dependência psicológica.

Efeitos específicos em mulheres

O uso de anabolizantes pode provocar efeitos virilizantes, alguns deles permanentes, como:

* Engrossamento da voz;
* Crescimento excessivo de pelos corporais;
* Acne;
* Queda de cabelo;
* Alterações menstruais.

Efeitos específicos em homens - O uso prolongado pode causar:

* Redução da produção natural de testosterona;
* Redução da fertilidade;
* Alterações na produção de espermatozoides;
* Desenvolvimento de ginecomastia (crescimento das mamas).

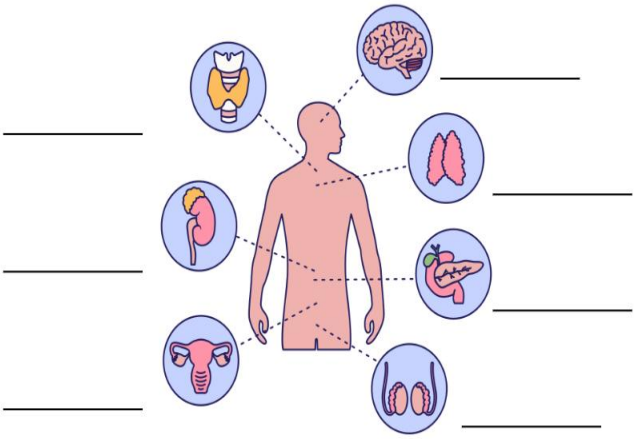
Larissa Fonteles - Tudo Sala de Aula

Atividade_____

1. O que são anabolizantes?

_____
_____
_____
_____
_____

2. Abaixo, escreva uma consequência do uso indiscriminado de anabolizantes para cada um dos órgãos.



3. Leia com atenção a tirinha abaixo.

http://www.arionaurocartuns.com.br/2016/03/charge-anabolizantes.html

O autor traz uma crítica ao uso de anabolizantes utilizando do recurso da ironia. Assinale a alternativa que apresenta uma consequência negativa do uso de anabolizantes.

a) Benefícios em convênios funerários.
b) Redução da expectativa de vida.
c) Ganho de massa magra.
d) Diminuição da flacidez.

4. Em quais situações o uso de anabolizantes é indicado?

_____
_____
_____
_____
_____

5. Assinale as alternativas que representam hábitos que contribuem para a manutenção de um corpo saudável e para a qualidade de vida a longo prazo.

( ) Sono adequado e regular.
( ) Boa alimentação.
( ) Prática regular de exercícios físicos.
( ) Dietas extremamente restritivas sem acompanhamento profissional.
( ) Consumo frequente de bebidas energéticas para aumentar o desempenho físico.

6. Assinale V ou F para as sentenças abaixo.

( ) O corpo humano produz naturalmente algumas dessas substâncias
( ) A testosterona está presente apenas no organismo masculino.
( ) O uso de anabolizantes sem indicação médica pode causar problemas cardiovasculares e hormonais.
( ) O ganho de massa muscular depende exclusivamente do uso de anabolizantes.
( ) Alimentação equilibrada, sono adequado e prática regular de exercícios físicos contribuem para a saúde e o desenvolvimento muscular.
( ) O uso de anabolizantes pode causar atrofia dos testículos em homens.
( ) Mulheres que utilizam anabolizantes podem apresentar alterações como aumento dos pelos corporais.
( ) Todo medicamento hormonal utilizado por um médico tem finalidade estética.
( ) A testosterona desempenha funções importantes tanto no organismo masculino quanto no feminino.
( ) Os chamados "chips da beleza" são reconhecidos por todas as sociedades médicas como seguros e eficazes para fins estéticos.

7. Escreva as principais consequências do uso de anabolizantes para o gênero masculino e feminino.

8. Leia com atenção a notícia abaixo.

A influenciadora Virginia Fonseca tem sido assunto nas redes sociais, desta vez, pelo rápido ganho de massa muscular, que veio acompanhado de alterações na voz. Diante de comentários sugerindo que ela teria recorrido a esteroides anabolizantes, Virginia negou, afirmando que as alterações foram causadas por um "chip da beleza".

Por Maurício Brum 25 set 2025 em https://saude.abril.com.br/fitness/virginia-voz-grossa-chip-beleza/

O que é o chip da beleza?

_____
_____
_____
_____

9. Leia com atenção a matéria abaixo.

O fisiculturista e influenciador Gabriel Ganley, de 22 anos, foi encontrado morto no dia 23 de maio de 2026. O caso reacendeu debates sobre os riscos associados ao uso de anabolizantes e à busca por padrões estéticos extremos. De acordo com o atestado de óbito, a causa da morte foi cardiomiopatia hipertrófica, doença que pode ser genética, ou adquirida e agravada pelo uso abusivo dessas substâncias.

Disponível em https://g1.globo.com/sp/sao-paulo/noticia/2026/05/25/fisiculturista-gabriel-ganley-teve-morte-subita-por-doenca-no-coracao-diz-atestado-de-obito.ghtml

A seguir, assinale a resposta correta sobre a cardiomiopatia hipertrófica.

a) Doença caracterizada pelo espessamento anormal do músculo cardíaco, o que pode dificultar o bombeamento do sangue e aumentar o risco de arritmias e morte súbita.
b) Doença caracterizada pelo acúmulo de gordura nas artérias coronárias, reduzindo a circulação sanguínea e causando hipertrofia muscular.
c) Doença causada pela inflamação dos pulmões, reduzindo a oxigenação do sangue e comprometendo o funcionamento do coração.
d) Doença caracterizada pela destruição progressiva das válvulas cardíacas, impedindo a contração adequada do músculo cardíaco.

10. Os anabolizantes podem causar efeitos graves à saúde, mas continuam sendo divulgados e incentivados em diversos ambientes presenciais e virtuais. Na sua opinião, o governo deveria criar leis mais rigorosas para controlar esse incentivo? Elabore uma proposta de legislação e apresente dois argumentos que justifiquem sua criação.

_____
_____
_____
_____
_____
_____
_____
_____
_____
_____
_____
_____
_____
_____
_____

Apoio pedagógico para este material

Tudo Sala de Aula

Para acessar o **gabarito**, o **planejamento** e as **demais orientações,** escaneie o QR Code **ou** clique no botão ao lado. Ao abrir, role a página para baixo.

CLIQUE AQUI

Mais opções de materiais e suportes gratuitos para professores:

Acesse nosso **site** e encontre milhares de atividades gratuitas para enriquecer suas aulas.	Entre em grupos de **WhatsApp** e fique por dentro das novidades e lançamentos.	Acesse o nosso **Instagram** e acompanhe conteúdos, dicas e novidades para professores.
ACESSE	ENTRE	SIGA

© Tudo Sala de Aula – Todos os direitos reservados

Este material é protegido pela legislação de direitos autorais e destina-se exclusivamente ao uso pedagógico em sala de aula ou em casa. É permitida a utilização e impressão para fins educacionais, sendo proibida a reprodução, comercialização, distribuição, publicação em livros ou disponibilização deste material, integral ou parcialmente, em sites, redes sociais, plataformas ou outros meios, sem autorização prévia do Tudo Sala de Aula.