

**UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO GRANDE DO SUL
ESCOLA DE EDUCAÇÃO FÍSICA**

Marcelo de Paula Moraes

**ASPECTOS MOTIVACIONAIS RELACIONADOS AO USO DE ESTEROIDES
ANABOLIZANTES**

Porto Alegre

2014

Marcelo de Paula Moraes

**ASPECTOS MOTIVACIONAIS RELACIONADOS AO USO DE ESTEROIDES
ANABOLIZANTES**

Monografia apresentada à Escola de Educação Física da Universidade Federal do Rio Grande do Sul, como requisito parcial para a Conclusão do Curso de Bacharelado em Educação Física.

Orientador: Prof. Dr. Carlos Adelar Abaide Balbinotti.

Porto Alegre

2014

AGRADECIMENTOS

Gostaria de agradecer à Universidade Federal do Rio Grande do Sul por oferecer todas as condições para que eu pudesse concluir o curso de Educação Física e realizar este trabalho.

Ao meu orientador Dr. Carlos Adelar Abaide Balbinotti pela paciência, compreensão e orientação que foram de fundamental importância para conclusão deste trabalho.

Aos professores do curso de Educação Física, pois muito contribuíram para minha formação pessoal e profissional.

Aos meus pais e irmãos por serem meu porto seguro, pessoas íntegras e de bem, responsáveis pelo que sou hoje.

À minha mãe por me ensinar a nunca desistir.

À minha companheira e eterna namorada Karen Scherer que agüentou todo meu estresse e mau humor e em troca me deu todo seu carinho e compreensão. Tua força me fez querer ser mais e melhor, não tenho palavras para descrever o quanto você é importante em minha vida e o quanto foi importante nesta empreitada que está se encerrando agora.

A todos os meus colegas de trabalho que sempre foram especiais comigo.

A todos que, direta ou indiretamente, contribuíram e colaboraram para que este trabalho fosse finalizado.

Muito obrigado!

RESUMO

O presente estudo busca explorar alguns aspectos motivacionais que estão associados ao uso de esteroides anabolizantes entre praticantes de musculação e jovens esportistas, aprofundando o conhecimento sobre os principais fatores que podem influenciar estes indivíduos quanto ao uso dessas substâncias. O objetivo central da pesquisa foi de investigar, de maneira mais profunda, os aspectos motivacionais envolvidos na escolha entre fazer ou não uso de esteroides anabolizantes. Para tanto, foi realizada uma revisão da literatura existente sobre academia, musculação e uso de esteroides anabolizantes, principalmente em academias. As dimensões motivacionais Controle de Estresse, Saúde, Sociabilidade, Competitividade, Estética e Prazer foram encontradas como o conjunto de fatores que engloba a maior parte dos motivos que podem levar este público ao uso de drogas do gênero, com grande prevalência do fator Estética. Além disso, percebeu-se que a interação entre fatores como: Indivíduo, Ambiente e Tarefa (ação), no transcorrer da vida, podem afetar o desenvolvimento motor, cognitivo e afetivo desses indivíduos de forma negativa dependendo de suas experiências de vida, fato este, que pode vir a influenciar na tomada de decisões em sua vida presente e futura. Em nosso caso podem levar o indivíduo a fazer uso das drogas em questão para sanar eventuais debilidades, traumas e problemas de aceitação que julga importante em alguma das dimensões motivacionais apresentadas acima ou até mesmo em outros aspectos da vida social. Conhecer a hierarquia e o perfil de motivos pelos quais praticantes de musculação optam pelo uso dessas substâncias se mostra indispensável, pois, podem munir professores em academias e demais profissionais da saúde de informações importantíssimas para evitar possíveis fatalidades que possam vir a ocorrer pelo uso indiscriminado dessas substâncias.

Palavras-chave: Academia, Musculação, Motivação, Esteroides Anabolizantes, Jovens.

ABSTRACT

This study aims to explore some motivational aspects that are associated with the use of anabolic steroids by bodybuilders and athletes young, deepening the knowledge of the major factors that can influence these individuals regarding the use of these substances. The central aim of the research was to investigate, in a deeper way, the motivational aspects involved in the choice between doing or not using anabolic steroids. Therefore, a review of existing literature on fitness, bodybuilding and anabolic steroids, especially in gyms was performed. Motivational dimensions Stress Control, Health, Sociability, Competitiveness, and Aesthetic Pleasure were found as the set of factors that encompasses most of the reasons that this audience may lead to drug use in the genre, there is ample evidence of Aesthetics factor. Moreover, it was noticed that the interaction between factors such as: Individual, Environment and Task (action), in the course of life, can affect motor, cognitive and affective development of these individuals negatively depending on their life experiences, a fact which may ultimately influence the decision making in your present and future life. In our case can lead an individual to make use of these drugs to remedy any weaknesses, traumas and acceptance problems that judges in some of the important motivational dimensions shown above or even in other aspects of social life. Meet the hierarchy and the reasons for which listing bodybuilders opt for the use of these substances is indispensable, therefore, can equip teachers in gyms and other health professionals of very important information to prevent potential fatalities that may occur by the indiscriminate use of these substances .

Keywords: Gym, Bodybuilding, Motivation, Steroids, Young.

Sumário

1 INTRODUÇÃO	8
1.1 JUSTIFICATIVAS	8
1.2 OBJETIVOS.....	9
1.2.1 Objetivo Geral	9
1.2.2 Objetivos específicos	9
1.3 ESTRUTURA DO TRABALHO	9
2 CONTEXTO HISTÓRICO DOS TERMOS “MUSCULAÇÃO”, “ACADEMIA” E “ESTEROIDES ANABOLIZANTES”	10
2.1 CONTEXTO HISTÓRICO DA “MUSCULAÇÃO”	10
2.2 CONTEXTO HISTÓRICO DAS “ACADEMIAS DE MUSCULAÇÃO”	14
2.3 CONTEXTO HISTÓRICO DOS (EAA)	16
3 TEORIAS MOTIVACIONAIS	20
3.1 TEORIA DA AUTODETERMINAÇÃO (TAD)	21
3.2 TEORIA GERAL DA MOTIVAÇÃO HUMANA DE NUTTIN.....	24
3.3 TEORIA DA SIGNIFICAÇÃO MOTIVACIONAL DA PERSPECTIVA FUTURA DE LENS	25
3.4 TEORIA DA MOTIVAÇÃO E REPRESENTAÇÃO DE SI MESMO DE RUEL.....	27
4 ASPÉCTOS DO DESENVOLVIMENTO MOTOR NA FORMAÇÃO DO INDIVÍDUO 28	
4.1 AUTOCONCEITO.....	29
4.2 AUTO-ESTIMA.....	30
4.3 AUTOCONFIANÇA.....	30
4.4 AUTOCONCEITO GLOBAL OU MULTIDIMENCIONAL.....	31
5 DIMENSÕES MOTIVACIONAIS RELACIONADOS À PRÁTICA DE MUSCULAÇÃO E USO DE ESTEROIDES ANABOLIZANTES	31
5.1 CONTROLE DE ESTRESSE	32
5.2 SAÚDE.....	34

5.3 SOCIABILIDADE	36
5.4 COMPETITIVIDADE	38
5.5 ESTÉTICA	39
5.6 PRAZER	42
6 CONSIDERAÇÕES FINAIS	43
REFERÊNCIAS	45

1 INTRODUÇÃO

O presente estudo busca explorar brevemente alguns aspectos que estão associados ao processo histórico e contemporâneo de construção do corpo; para isso foi feita uma contextualização histórica dos termos: “musculação”, “academia de ginástica e musculação” e “esteroides anabolizantes”; trazendo a tona questões temporais, culturais, pessoais e éticas acerca do uso de esteroides anabolizantes entre jovens esportistas e praticantes de musculação. Pretende investigar questões relacionadas ao autoconceito; e dentre as seis (6) dimensões motivacionais (Controle de Estresse, Saúde, Sociabilidade, Competitividade, Estética e Prazer), aquelas que poderiam influenciar pessoas na opção de fazer uso ou não de esteroides anabolizantes androgênicos. Além disso, procura aprofundar o conhecimento sobre os principais fatores motivacionais que podem levar jovens ao uso dessas substâncias. Obtendo dessa maneira um melhor entendimento do universo dos esteroides anabolizantes. Nesta parte inicial, será feito a contextualização do estudo em questão e apresentado os objetivos da pesquisa, justificativa, metodologia e estrutura organizacional do trabalho.

1.1 JUSTIFICATIVAS

Este estudo se justifica pela necessidade de uma maior compreensão a respeito das dimensões e fatores motivacionais, bem como, da estrutura de formação do autoconceito, itens que podem vir a influenciar na tomada de decisão (opção), entre o uso ou não de esteroides anabolizantes.

Substâncias largamente utilizadas em academias de musculação e no meio esportivo em geral, na maioria das vezes, sem a mínima precaução, higiene e conhecimento. Sendo assim, o presente estudo se propõe a auxiliar, orientar, esclarecer e advertir possíveis usuários e profissionais de educação física e da saúde no que se refere ao uso de esteroides anabolizantes.

1.2 OBJETIVOS

1.2.1 Objetivo Geral

Aprofundar o conhecimento sobre as principais teorias e dimensões motivacionais e demais aspectos que influenciam jovens esportistas e praticantes de musculação quanto ao uso de esteroides anabolizantes e drogas afins.

1.2.2 Objetivos específicos

- 1) Pesquisar aspectos relevantes relacionados à prática de musculação e uso de esteroides anabolizantes e drogas afins, assim como, as possíveis causas que levam diferentes pessoas a fazer uso dessas substâncias neste meio;
- 2) Detectar o perfil e a prevalência (gênero) entre usuários de esteroides anabolizantes;
- 3) Mostrar ao profissional da educação física a importância de estar devidamente informado e preparado para intervir e esclarecer eventuais dúvidas e curiosidades no que tange o assunto sobre esteroides anabolizantes;
- 4) Estimular novas pesquisas envolvendo o uso de drogas em academias.

1.3 ESTRUTURA DO TRABALHO

Objetivando um aprofundamento dentro deste tema e buscando respostas aos objetivos apresentados, será realizado uma revisão de literatura associada ao método de pesquisa bibliográfica, que consiste em pesquisar toda ou parte da bibliografia já tornada pública em relação ao tema de estudo, incluindo publicações avulsas, boletins, revistas, livros, pesquisas, monografias, teses, entre outros (MARCONI; LAKATOS, 2006; SALOMON, 2010). Sendo assim, bibliografia é a relação dos documentos reunidos com intuito de servirem de fonte de informação (SALVADOR, 1986). Destarte, a literatura pertinente oferece meios para resolver, não somente obstáculos já conhecidos, como também explorar novas áreas (MARCONI; LAKATOS, 2006).

Pesquisa bibliográfica não consiste pura e simplesmente em repetir o que já foi dito ou escrito sobre um determinado assunto, mas propicia o exame de um tema sob uma nova perspectiva, podendo chegar a conclusões reveladoras (MARCONI E LAKATOS, 2006).

A coleta de dados do presente estudo será feita a partir da procura de material bibliográfico em livros, artigos, teses, dissertações, e publicações na internet que tenham relação com o uso de esteroides anabolizantes por praticantes de musculação.

Logo após, o material pré-selecionado será analisado como prevê Andrade (2009), através de uma leitura prévia, para obtenção de informações superficiais sobre o conteúdo da obra, seguido de uma leitura seletiva, objetivando verificar mais atentamente as obras que contêm informações relevantes para o estudo, e por fim, uma leitura interpretativa, procurando estabelecer relações com os objetivos propostos neste estudo.

Finalizado este estágio, buscando contemplar os objetivos propostos, o estudo será estruturado em quatro capítulos. O primeiro apresentará brevemente o contexto histórico dos termos “musculação”, “academia” e “esteroides anabolizantes”. O segundo capítulo abordará algumas importantes teorias que versam sobre o constructo da motivação; O terceiro capítulo abordará aspectos do desenvolvimento motor na formação do indivíduo, mais especificamente seu impacto na formação do autoconceito e seus desdobramentos; O quarto capítulo abordará as dimensões e fatores motivacionais que podem estar associados ao uso de esteroides anabolizantes entre praticantes de musculação. As considerações finais se originam desse processo.

2 CONTEXTO HISTÓRICO DOS TERMOS “MUSCULAÇÃO”, “ACADEMIA” E “ESTEROIDES ANABOLIZANTES”.

2.1 CONTEXTO HISTÓRICO DA “MUSCULAÇÃO”

Algumas histórias se misturam a lendas com respeito à Musculação. Muito provavelmente o homem pré-histórico já fazia exercícios no qual media sua força levantando e arremessando pedras pesadas (PRAZERES, 2007). A verdade é que, não existe uma data precisa de quando surgiram as primeiras manifestações de levantamento de peso visando uma cultura ao corpo. A história da musculação é muito antiga existindo relatos que datam do início dos tempos afirmando a prática de exercícios com pesos (COSTA, 2004).

Muitos foram os achados históricos que versam sobre o assunto, e através destes muitas especulações e conjecturas foram formadas, mas ainda assim, foram de grande importância para uma compreensão geral do contexto que circundava as civilizações antigas, possibilitando a formulação de teorias aceitáveis acerca do surgimento e da importância desta atividade para suas respectivas civilizações (RAMOS, 1983). Em Olímpia por ex: foi encontrado em escavações, diversas pedras com entalhes para as mãos permitindo aos historiadores intuir a utilização destas em treinamentos com pesos (GIANOLLA, 2000). Nas paredes de capelas funerárias do Egito antigo, diversas gravuras registram jogos de arremessos de pedras, o que mostra que os homens, há mais de 4.500 anos já levantavam pesos (geralmente pedras) como forma de exercício físico (VILARTA, 2007). Textos chineses de 3000 a.C. descrevem soldados levantando objetos pesados como um teste para a sua entrada no serviço militar e servir ao imperador. As esculturas da Grécia Antiga também retratam o levantamento de pesos. Houve um relato de que em Olympia fora encontrada uma pedra com cerca de 143,5 kg, datada de 600 a. C. com uma inscrição dizendo que esta havia sido levantada por uma atleta chamado Bybon por apenas uma mãos (VIVEREMEQUILIBRIO, 2010). Existem diversas gravuras históricas retratando jogos que envolviam arremessos de pedras, assim como esculturas datadas de 400 anos antes de Cristo que relatam formas harmoniosas de mulheres, e homens mostrando preocupação estética já naquela época (SUPERINTENSO, 2010).

Alguns registros mais detalhados sobre musculação, advém de documentos datados por volta de 600 a.C. na Grécia, mais precisamente falam de um atleta olímpico e também discípulo do matemático Pitágoras, chamado Milon de Croton e seus feitos, ele foi o mais famoso dos atletas gregos na antiguidade viveu entre 500 à 580 a.C. e nasceu na colônia grega de Croton, no sul da Itália. Ele foi por 6 vezes campeão nas olimpíadas (Bodybuilderanabolic, 2013). Manteve-se competindo e na 67ª olimpíada já tinha mais de 40 anos.

Segundo alguns registros, Milon, começou seu treinamento se utilizando de um bezerro e à medida que este ia crescendo a sua força também ia aumentando. Quando o bezerro virou touro, Milon não só o levantava como também o carregava de um lado para o outro, evidenciando desta maneira, princípios que ainda hoje regem o treinamento físico: a adaptação fisiológica com um treinamento lento, gradual e progressivo (GIANOLLA, 2003, p. 9). Os registros também mostram que Milon foi um dos primeiros a se preocupar com a suplementação alimentar. Relatos afirmam que ele comia por dia cerca de 9 kg de carne, 9 kg de pão e 10 litros de vinho – gerando um total de 57 mil kcal. Também era capaz de matar um boi com as mãos e comê-lo sozinho. O nome da cidade de Milão é em sua homenagem (BITTENCOURT, 1986).

A musculação competitiva onde se exibiam os músculos, tem como dado oficial o registro da primeira competição em 1901 em Londres (marco oficial deste esporte), intitulado: “O Físico mais Fabuloso do Mundo” realizado por Eugene Sandow. Tendo como vencedor Willian Murray, que mais tarde se tornou ator, cantor e músico, abrindo precedentes para muitos; criou inúmeros eventos artísticos com atletas que imitavam gladiadores, e junto com estes eventos criou campeonatos de Musculação na Inglaterra (BITTENCOURT, 1986).

Segundo (CHAPMAN, 1994) a história mostra que a partir do final do século XIX o chamado “culturismo” (modelagem), assim como o “halterofilismo”, era mais voltado para as companhias circenses e teatrais, onde se apresentavam como “os homens mais fortes do mundo”. Grandes nomes daquela época como Louis Attila, Eugen Sandow e Charles Samson participavam de exposições e confrontos, disputando este título. Attila, em 1887, na Europa, durante o jubileu da Rainha Vitória, recebeu do Príncipe de Gales uma pequena estátua com a figura de Hércules cravejada com 36 diamantes, o que o tornou famoso (BODYBUILDERANABOLIC, 2013).

Como consequência deste ato, dado a grande fama e status de Attila, pessoas de todo mundo viram no desenvolvimento dos músculos uma forma de enriquecer e ganhar fama. Diversos ginásios foram abertos por toda a Europa, que na época era o berço dos homens fortes. Attila não ficou para trás, fundou o seu ginásio em Bruxelas onde recebia diversos alunos da Universidade de Leyden, como consequência acabou gerando grandes nomes como Frederick Muller. Este, num confronto com Charles Samson, venceu-o, e tempo depois foi vencido por Sandow, denominado na época como “Aristocrata dos Culturistas”.

Eugen Sandow Alemão nascido em 1867 se tornou ídolo do esporte e por 30 anos foi considerado o detentor melhor físico do mundo (DALEY, 2002). Trabalhou em circo com a intenção de correr o mundo, e adquiriu ali base para um grande desenvolvimento muscular. No entanto, dado à falência do circo em que trabalhava em Bruxelas se viu sem emprego. Na sequência conheceu o então professor Attila que o tomou como pupilo ensinando-lhe tudo que sabia. Daí então passaram a fazer exposições em várias cidades com demonstrações de força, até que decidiram seguir caminhos distintos em 1889, quando Sandow seguiu para a Europa onde era constantemente desafiado para provas de força.

Por anos percorreu a Inglaterra com exposições de força e poses. Até que em 1893 junto com um empresário americano que arriscou ir para os EUA, lugar onde inicialmente não se deu muito bem. Mais tarde conheceu outro empresário, alemão chamado Ziegfeld, que percebeu que Sandow, era uma figura muito admirada pelas mulheres, que deliravam quando o viam.

Este empresário o levou a diversas exposições e teve a perspicácia de bolar uma nova sistemática de apresentação e quando todos menos esperavam entra Eugene Sandow com uma simples sunga, diferente das antigas peles de leopardo a que todos estavam acostumados. As mulheres foram à loucura (BODYBUILDERANABOLIC, 2013). A repercussão foi fantástica, e com isso rodaram Canadá e EUA. Há relatos de que lutara com leões (previamente drogado e desdentado). Depois de viver alguns anos desse jeito e levando uma vida bastante inconseqüente e depravada entrou em colapso nervoso. Regressou a Inglaterra e se casou, depois de se recuperar se dedicou a abrir ginásios de cultura física e reformular os hábitos alimentares das pessoas. Abriu com êxito escolas de cultura física por toda Inglaterra.

Segundo (DSAY, 1996), Sandow em 1898 criou uma revista chamada – “Sandow Magazine”, publicou vários livros inclusive uma obra que deu nome ao esporte internacionalmente: “Bodybuilding, or Man in the Making”. Inventou diversos aparelhos e criou também cursos de ginástica por correspondência, defendeu o ensino da educação física em colégios e escolas na Inglaterra, desenvolveu diversos tipos de exercícios para diversos problemas, pediu a empresários que permitissem que os assalariados fizessem um pouco de ginástica por dia, o que talvez sugira que ele seja também o criador da ginástica laboral.

Foi talvez o primeiro personal trainer da história, pois segundo relatos fora professor particular dos reis Eduardo VII e George V, da Inglaterra (GIANOLLA, 2003). Foi um benfeitor da humanidade no que tange o aspecto do treinamento com pesos, da cultura física, do exercício, da educação física (DACOSTA, 2006)..

Morreu em 1925 com uma hemorragia cerebral ao tentar tirar seu carro de uma valeta, após derrapar na estrada. Provavelmente não só pelo esforço, mas pela queda e batida do carro. Foi enterrado como indigente, devido a problemas com a mulher, no cemitério londrino de Putney Vale (BODYBUILDERANABOLIC,2013). Eugen Sandow, foi intitulado pelo rei George I da Inglaterra como: “Professor da Ciência da Cultura Física de sua Majestade”, hoje está imortalizado pela homenagem de Joe Weider que escolheu sua imagem (segurando uma barra com pesos em forma de bola) como o troféu a ser premiado no maior evento de musculação do mundo o “ Mr. Olympia” (CHAPMAN, 1994).

Neste sentido, Eugen Sandow (1867-1925) deve ser respeitado e perpetuado como um dos grandes homens de todos os tempos na Musculação (SUPERINTENSO, 2010).

Já o Culturismo propriamente dito, surgiu do halterofilismo competitivo na década de 1940 com o halterofilista canadense Josef (Joe) Weider, cuja iniciação no culturismo aconteceu por volta

de (1939), inspirado por revistas de halterofilismo. Joe decidiu então construir e modelar seu corpo com o propósito de se proteger e afugentar os brigões que assolavam a vizinhança onde morava em Montreal (CHAPMAN, 1994).

Weider forjava seus próprios aparelhos e utensílios de musculação. Com os resultados de seu treinamento, percebeu que assim como ele, outras pessoas também poderiam se beneficiar do treinamento com pesos (Dacosta, 2006). Um ano depois, definiu seu esporte como algo diferente do halterofilismo de competição, ele utilizava em seus treinamentos movimentos compostos, cujo único propósito era desenvolver tamanho muscular em uma proporção equilibrada e dentro de determinados padrões que seguiam determinadas regras; tem início então o ‘Culturismo’. Seus métodos eram empíricos, já que observava, estudava e mesclava técnicas de halterofilistas, uma vez que a ciência do treinamento desportivo e a fisiologia de exercício ainda estavam em seu início.

Josef Weider também apoiou uma infinidade de outros fisiculturistas que vieram a se tornar atores em Hollywood. O empresário tinha a intenção de divulgar a cultura do corpo através do cinema e da televisão, afinal ele seria o mais beneficiado com a divulgação deste discurso, pois ele produzia equipamentos de ginástica e suplementos alimentares (HOMEGYMSONLINE, 2013).

2.2 CONTEXTO HISTÓRICO DAS “ACADEMIAS DE MUSCULAÇÃO”

Segundo Capinussú & Costa (1989), Platão em 387 a.C. criou uma escola em homenagem ao herói ateniense Academus, onde havia o ensino de diversas atividades que iam desde atividade filosófica até práticas lúdicas, esportivas, entre outras, e esse local recebeu o nome de Akademia.

Já as academias, conhecidas como ginásios de esportes, existem desde o século XIX quando o alemão, professor Attila, montou em 1867, em Bruxelas, uma instituição destinada ao ensino da cultura física com auxílio de aparelhos. Desde então, novos estabelecimentos visando atividades físicas em salas fechadas foram surgindo, na França, posteriormente, nos Estados Unidos onde marcaram época, e progressivamente se espalhou pelo mundo, principalmente com a atividade de halterofilismo.

As academias tornaram-se febre, e logo foram se espalhando por todos os continentes. A cultura física – terminologia utilizada para designar toda a parcela da cultura universal que envolve o exercício físico, como a Educação Física, a Ginástica, o Treinamento Desportivo, a Dança, etc. –

também se caracterizou por ser um fenômeno mundial, visto que, existem inúmeros exemplos de práticas de exercícios físicos em diversos estágios civilizatórios e em diversas regiões do globo (COSTA, 1996; PEDRO, 2009). Atualmente possui presença marcante nas diversas sociedades mundo a fora, estabelecendo um grande valor econômico e também cultural.

Em 1925, no Rio de Janeiro, o português Enéas Campello montou um ginásio onde oferecia halterofilismo (levantamento de peso e culturismo) e ginástica olímpica. Com o passar dos tempos as academias foram se espalhando por todo o país oferecendo diversas atividades (CAPINUSSÚ & COSTA, 1989; COSTA & PALAFOX, 1993).

Nessa época, os principais locais onde se praticavam atividades físicas eram nos clubes esportivos e nas escolas. Foi apenas a partir da década de 60 que as academias começaram a ser uma boa opção para a prática da atividade física, obtendo assim, maior importância. Além das atividades tradicionais como halterofilismo, culturismo (musculação), já bastante difundidos, surgem outras atividades, como diferentes tipos de ginástica, balé, dança e artes marciais (CAPINUSSÚ & COSTA, 1989).

Pereira (1996), levanta uma hipótese sobre o motivo que impulsionou a disseminação e popularização das academias, afirmando que pode ter sido a necessidade de maior segurança, pois os parques, praças e ruas estavam se tornando cada vez mais perigosos, além do grande crescimento populacional que impedia a livre movimentação. Afirma ainda que, a atividade física em academias tem origem na calistenia (exercícios com o peso do corpo).

Foi também, a partir do interesse pelos exercícios cardiorespiratórios (aeróbios), desenvolvidos por Cooper, que as academias multiplicaram-se, assim como os adeptos da corrida.

No Brasil, (1982/83) os programas aeróbios despertaram o interesse da população e dos profissionais de educação física que atraíram empresários que investiram na construção de academias de ginástica e musculação aproveitando a onda do momento. Campeonatos de Aeróbica televisionados assim como políticas de governo voltado a saúde deram ênfase à essa atividade, incentivando assim a procura pelas academias.

Atualmente, segundo (ROJAS, 2003), as academias de ginástica e musculação são compreendidas como centros de condicionamento físico que oferecem um ambiente e orientação adequados para a prática e execução de exercícios físicos.

De acordo com Novaes (1991), e Novaes, et.al. (in: REZENDE & VOTRE, 1994), os objetivos da musculação de academia nas décadas de 30 a 90 foram predominantemente estéticos com direcionamentos sociais, recuperativos, fisiológicos, corretivos, higiene mental e manutenção da saúde. Indo ao encontro do que pensa (BITTENCOURT, 1986; RODRIGUES & CARNAVAL, 1985; GODOY, 1994).

As primeiras academias necessitaram de um período de adaptação e maturação entre a década de 30 e 80, quando começou a se expandir por todo o Brasil, atingindo atualmente um ponto de destaque na sociedade, tornando-se uma instituição reconhecida e associada à manutenção da saúde e prática de atividade física, além de promover uma grande ampliação no mercado de trabalho para o profissional de Educação Física, (NOVAES, 1991; BARROS, 1993).

2.3 CONTEXTO HISTÓRICO DOS (EAA)

O uso de medicamentos ou estimulantes para melhorar o desempenho físico e a aparência foi observado durante milhares de anos (YESALIS E BAHRKE, 2000). A busca por substâncias que oferecessem vantagens na resistência física, força de trabalho, assim como, em competições, guerras e combates em geral foi verificada em muitas civilizações antigas (BAHRKE, YESALIS III E WRIGHT, 1990); cogumelos alucinógenos, substâncias naturais para superar fadiga e ferimentos, assim como, folhas de plantas foram muito utilizados pelos antigos gregos, gladiadores de Roma e alguns índios da América do Sul (MILLAR, 1996). Atualmente, pode-se dizer que os esteroides anabolizantes, revolucionaram e extrapolaram as expectativas anteriores com relação ao desempenho físico e aparência do corpo, sendo hoje em dia amplamente utilizado por esportistas e frequentadores de academias, seja para conseguir vantagens físicas ou estéticas.

A descoberta dessa classe de drogas foi feita pelo dr. Charles Kochakian, considerado o pai dos esteroides anabólicos; no início da década de 1930 demonstrou que o hormônio extraído da urina de cães machos estimulava o balanço nitrogenado positivo em cães castrados; essa pesquisa estabelecia a propriedade anabólica e a construção de tecidos pela testosterona (YESALIS, COWART, 1998). Cientistas alemães foram os primeiros a sintetizar os esteroides anabólicos no período da segunda guerra mundial, e foram também acusados de terem conduzido maciças experiências com prisioneiros humanos (FRANKE E BERENDONK, 1997); Concientes de que a testosterona poderia aumentar a agressividade, os generais alemães começaram a fornecê-la a suas tropas; Ironicamente foi também usada para ajudar vítimas dos campos de concentração nazista, assim como, prisioneiros que sofriam de má nutrição (GALLAWAY, 1997).

Após colapso da antiga República Democrática da Alemanha na década de 1990, veio a tona um programa do governo alemão desenvolvido em meados de 1960, que visava produzir super

atletas através do uso de drogas, em especial , os esteroides anabólicos (FRANKE E BERENDONK, 1997).

Na década de 1950 muitos atletas russos e europeus começaram a considerar os efeitos benéficos dos esteroides para seus objetivos esportivos; e dentro de pouco tempo começaram a dominar o esporte de levantamento de peso participando de diversas competições inclusive “o mundial de levantamento de peso” ; a partir disso, a difusão mundial dos esteroides era uma questão de tempo. Em 1954 o Dr. John Ziegler, médico dos Estados Unidos no campeonato mundial de levantamento de peso, no Viena descobriu o uso de testosterona por seus adversários (COLGAN, 1993). Retornando aos Estados Unidos fez varios testes com a testosterona, constatando então, que a testosterona era a razão da evolução atlética dos russos e europeus.

A partir dessa descoberta o Dr. John Ziegler aproximou-se da Ciba Pharmaceuticals e de seus laboratórios, e juntos produziram o “methandrostenolone (dianabol)”. Surgiu daí o esteroide oral mais popular entre levantadores de peso, e o mundo esportivo mudou para sempre. Uma década mais tarde os esteroides estavam disponiveis no mercado (CATLIN E HATTON, 1991). Em 1991 os Estados Unidos incluiu os esteroides anabólicos no programa III da lei de controle de substâncias, tornando-os uma substância ilegal sem prescrição.

O uso de esteroides anabolizantes por parte de culturistas e levantadores de peso teve uma trajetória ascendente até o início da década de 90, onde eram vendidos livremente sem maiores restrições, contudo, concomitantes estudos realizados nesta época relacionaram o uso dessas substâncias a diversos danos e efeitos colaterais, assim como com doenças fatais.

Todas estas descobertas fizeram com que o governo aumentasse a fiscalização encima destes produtos, ocasionando no final da década de 90, a proibição de sua livre comercialização passando a exigir receita branca em duas vias. Com a proibição do uso de esteroides anabolizantes e sua freqüente estigmatização, muitas vezes irracional por parte da mídia (visto que estes medicamentos também são utilizados para o bem) muitos laboratórios e companhias farmaceuticas deixaram de produzir, assim como, de desenvolver estudos e pesquisas sobre os esteroides anabolizantes, com medo de associar sua marca a uma medicação politicamente imoral e não aceita pela sociedade.

A proibição do comércio dessas drogas, gerou escasses e até mesmo a retirada de algumas drogas disponiveis no mercado, o que por sua vez, acabou impulsionando um mercado paralelo de vendas dessas mesmas drogas, gerando bilhões por ano; muitos desses produtos entram no pais de forma clandestina ou são produzidos em laboratórios clandestinos e são vendidos em farmácias e

academias. Muitas dessas substâncias vendidas como anabolizantes são falsificadas e ou acondicionadas em ampolas não esterilizadas ou misturadas a outras drogas, como os de uso veterinário, sobre os quais não se tem nenhuma idéia dos riscos para humanos (CEBRID, 1999).

O crescimento do interesse por drogas anabolizantes e meios de doping tem sido reportado em diversos trabalhos, e o seu crescimento relatado como proporcional a outras drogas ilícitas como álcool, narcóticos e fumo. Provavelmente os maiores usuários dessas substâncias dentro de academias ou clubes esportivos são atletas/esportistas, em especial, os halterofilistas e os fisiculturistas, no entanto a partir da década de 1990 um outro tipo de usuário começa a se destacar, são eles: praticantes de musculação sem interesses competitivos que fazem uso dos esteroides anabolizantes principalmente por motivos estéticos (NETO, 2007).

Existem diversos tipos de esteroides anabólicos e seu uso ilícito pode acarretar administrações extremamente acima daquela recomendada pelos médicos para uso terapêutico, sendo que frequentemente é utilizado a combinação de diferentes esteroides para que se obtenham melhores resultados. No Brasil, não se tem estimativa acerca do perfil do usuário, mas sabe-se que o consumidor preferencial está entre os 18 e 34 anos e, em geral, é do sexo masculino (CEBRID, 1999). Nos Estados Unidos, em 1994, mais de um milhão de jovens já tinham usado esteroides anabolizantes (CATLIN, HATTON, 1991).

Os esteróides anabolizantes, são drogas relacionadas ao hormônio masculino Testosterona fabricado pelos testículos. Os anabolizantes possuem vários usos clínicos, nos quais sua função principal é a reposição da testosterona nos casos em que por algum motivo patológico tenha ocorrido um déficit. Além desse uso médico, eles têm a propriedade de aumentar os músculos e por esse motivo são muito procurados por atletas ou pessoas que querem melhorar a performance e a aparência física. Segundo especialistas o problema do abuso dessas drogas não está com o atleta consagrado, mas com aquela pessoa pequena que é infeliz em ser pequena. Esse uso estético não é médico, portanto é ilegal e ainda pode acarretar problemas à saúde.

Os esteróides anabolizantes podem ser tomados na forma de comprimidos ou injeções. Frequentemente são combinados diferentes esteróides entre si para aumentar a sua efetividade. Outra forma de uso dessas drogas é tomá-las durante 6 a 12 semanas, ou mais e depois parar por várias semanas e recomeçar novamente. Alguns usuários chegam a utilizar produtos veterinários à base de esteróides, sobre os quais não se tem nenhuma idéia sobre os riscos do uso em humanos (CEBRID, 1999; NETO, 2007).

Efeitos adversos- Alguns dos principais efeitos do abuso dos esteróides anabolizantes são: tremores, acne severa, retenção de líquidos, dores nas juntas, aumento da pressão sanguínea, HDL baixo (a forma boa do colesterol), icterícia e tumores no fígado. Além desses, aqueles que se injetam ainda correm o perigo de compartilhar seringas e contaminar-se com o vírus da AIDS ou Hepatite.

Outros Efeitos- Além dos efeitos mencionados, outros também graves podem ocorrer:

No homem: os testículos diminuem de tamanho, a contagem de espermatozóides é reduzida, impotência, infertilidade, calvície, desenvolvimento de mamas, dificuldade ou dor para urinar e aumento da próstata.

Na mulher: crescimento de pelos faciais, alterações ou ausência de ciclo menstrual, aumento do clítoris, voz grossa, diminuição de seios.

No adolescente: maturação esquelética prematura, puberdade acelerada levando a um crescimento raquítico.

O abuso de anabolizantes pode causar ainda uma variação de humor incluindo agressividade e raiva incontroláveis que podem levar a episódios violentos. Esses efeitos são associados ao número de doses semanais utilizadas pelos usuários.

Usuários, frequentemente, tornam-se clinicamente deprimidos quando param de tomar a droga. Um sintoma de síndrome de abstinência que pode contribuir para a dependência.

Ainda podem experimentar um ciúme patológico, extrema irritabilidade, ilusões, podendo ter uma distorção de julgamento em relação a sentimentos de invencibilidade, distração, confusão mental e esquecimentos.

Atletas, treinadores físicos e mesmo médicos relatam que os anabolizantes aumentam significativamente a massa muscular, força e resistência. Apesar dessas afirmações, até o momento não existe nenhum estudo científico que comprove que essas drogas melhoram a capacidade cardiovascular, agilidade, destreza ou performance física (LAMB, 1996; SANTAREM, 1999; NETO, 2007; SANTOS, 2007; CEBRID, 1999).

O contínuo interesse em desenvolver o físico e esculpir o corpo torna improvável o desaparecimento dos esteroides. O contexto em que estamos inseridos, as pressões, influências e concorrências a que estamos expostos na cultura contemporânea, fazem com que busquemos na aquisição do corpo perfeito, um refúgio, um objeto a ser cobiçado, como o mostrado em filmes e revistas, algo que lhe de status e o diferencie dos demais mortais; neste contexto um atalho para alcançar tais objetivos, que nos coloque no mesmo patamar de nossos ídolos, se mostra interessante, tentador e ao mesmo tempo perigoso. Uma pergunta fica no ar: O que você seria capaz de fazer para obter o corpo que julga perfeito? ... Diversas seriam as respostas a esta pergunta, no entanto, uma coisa é certa, muita gente faria besteira!

Nessa perspectiva, o conhecimento por parte dos profissionais que atuam em academias de musculação, assim como em escolas de treinamentos esportivos, acerca de como se da a construção dos motivos que levam ao uso de esteroides anabolizantes e drogas afins, se faz indispensável para informar corretamente o possível usuário e dirimir eventuais problemas relacionados com más influências e informações equivocadas que possam levar a uma fatalidade. Identificar as dimensões motivacionais além de contribuir no direcionamento e delineamento das práticas pedagógicas do professor é um dos temas de grande importância para a explicação de, ao menos, uma parte do comportamento de alunos, atletas e de praticantes regulares de atividades físicas e esportivas (BALBINOTTI, 2011).

Neste sentido, a seguir, serão apresentados aspectos relacionados à motivação, os estudos acerca dessa temática e suas possíveis relações com o uso de esteroides anabolizantes e academia.

3 TEORIAS MOTIVACIONAIS

Para melhor entendermos a importância da motivação e sua conseqüente relação com o uso de esteroides anabolizantes vê-se necessário compreender um pouco mais a respeito de algumas teorias motivacionais. A maioria dos trabalhos relacionados à fatores e dimensões motivacionais, relacionam a motivação à prática de alguma atividade corporal/esporte. Segundo (BALBINOTTI et al., 2009), a motivação é considerada um termo essencial à prática de esporte em diferentes níveis: como no aprendizado, no lazer, no treinamento e no desempenho; no entanto o presente estudo pretende relacionar o processo de construção motivacional em praticantes de musculação no que se refere à opção de fazer uso ou não de esteroides anabolizantes. Usando para isso o preceito consolidado de algumas teorias motivacionais.

3.1 TEORIA DA AUTODETERMINAÇÃO (TAD)

Diferentes teorias explicam o construto motivação. Uma delas é conhecida como **Teoria da Autodeterminação** (TAD) (DECI; RYAN, 1985); (SILVA *et al.*, 2012). De acordo com essa teoria, estar motivado significa estar disposto a agir. Esta teoria motivacional não é apenas o resultado de uma única característica interna relacionada à personalidade de um indivíduo, e sim uma variável unidimensional, ela é uma integração dinâmica com diversas intensidades e por vezes nula entre diferentes aspectos de variáveis internas e externas do indivíduo (BALBINOTTI *et al.*, 2009).

Sendo assim, tal teoria, propõem que a disposição da ação comportamental pode ser influenciada tanto por aspectos intrínsecos e extrínsecos como pela amotivação, (não disposição a ação). A satisfação das necessidades psicológicas inatas conhecidas como a: “necessidade de competência, de relacionamento com os pares e autonomia”, são extremamente necessários para que as ações comportamentais intrinsecamente motivadas aconteçam.

Segundo Capazzoli (2010), se isso ocorrer, o indivíduo aumenta a sua motivação. Se isso não ocorrer, o indivíduo diminui a sua motivação, diminuindo assim sua iniciativa e seu bem-estar

Balbinotti *et al.* (2009), explica que para efeito didático a teoria da autodeterminação divide a motivação em três vertentes a “intrínseca, a extrínseca e a amotivação”. A motivação intrínseca estaria mais relacionada com a realização de uma atividade praticada por vontade própria, pelo prazer e pela satisfação proporcionada pelo processo de aprendizado e experimentação obtidos com a ação (RYAN; DECI, 2000 B). Os comportamentos intrinsecamente motivados estão diretamente relacionados com o bem estar psicológico, interesse, alegria ou pela disposição em relação à tarefa.

Para um melhor entendimento e compreensão da motivação intrínseca, pode-se dizer que ela compreende três objetivos distintos e altamente relacionáveis, (BALBINOTTI *et al.*, 2009):

O primeiro é **Saber**: É o que ocorre quando se explora uma atividade com o intuito de aprender, sendo que este aprendizado pode ser dividido em diferentes níveis: desde a sensação positiva do aprendizado de uma tarefa, até a especialização minuciosa e dinâmica da mesma.

O segundo é **realizar**: Se dá quando um indivíduo desempenha uma atividade pelo próprio prazer proporcionado pela realização da atividade. A motivação intrínseca para “realizar” também pode ser dividida em diversos níveis: desde o prazer originado pela realização correta de um movimento ou ação, até o prazer de ver a integração dinâmica e especializada de um conjunto de ações resultantes em sucesso ou vitória; um outro nível intermediário seria o prazer decorrente de uma adequada integração dinâmica especializada de um conjunto de ações sem necessariamente vencer ou alcançar o sucesso total.

O terceiro é **experenciar**: A motivação intrínseca para experenciar se dá quando alguém realiza uma atividade para vivenciar situações estimulantes inerentes à tarefa. Também podendo ser compreendida em diversos níveis: Desde a sensação agradável por responder de forma esperada a algum estímulo associado ao conjunto de movimentos e ações comportamentais, até a sensação mais positiva e agradável ligada a vitória ou ao sucesso em alguma atividade. Sendo assim, pode-se dizer que estar intrinsecamente motivado significa que o objetivo desejado e sua satisfação têm origem no interior do próprio sujeito em sua personalidade.

Poderíamos considerar então que um indivíduo que é motivado intrinsecamente a fazer uso (EAA), o faz, principalmente pelo prazer em ver realizado suas expectativas de ganho de massa muscular de forma rápida, atingindo dessa maneira o corpo desejado, e também pelo fato de experenciar um procedimento que promete muito em um menor espaço de tempo, com menos esforço, a custo de um pequeno risco a saúde; uma vez que a maioria dos usuários de (EAA) acreditam conter riscos a saúde e os efeitos colaterais com auxílio médico medicamentoso.

De acordo com (SANTOS, 2007), muitos acreditam que a quantidade que usam não é suficiente para ocasionar danos graves e que podem reverter o quadro quando necessário.

No entanto, a disposição a ação não se resume apenas às dinâmicas internas de uma pessoa, a disposição a ação também pode ter origem no exterior do indivíduo. Desta maneira pode-se dizer que um indivíduo extrinsecamente motivado é aquele que ingressa em uma atividade por expectativa de resultados favoráveis ou outras contingências nem sempre relacionadas com a atividade (RYAN; 2000 A).

Os comportamentos extrinsecamente motivados podem variar muito em relação ao grau de autonomia do indivíduo e de sua capacidade para processar a informação recebida. A motivação extrínseca pode ser compreendida em três categorias distintas, e também relacionáveis:

A primeira é a **regulação externa**: Ocorre quando o comportamento é regulado por meios que variam desde possíveis premiações até o medo de conseqüências indesejáveis: a exemplo: manifestações muitas vezes negativas do técnico ou pais (DECI E RYAN,.1985; 2000).

A segunda é a **regulação interiorizada**: Se dá quando uma fonte de motivação externa é internalizada, e a ação comportamental resultante desta interiorização é desencadeada por pressões internas; a exemplo: culpa, necessidade que certos indivíduos têm de afeto e atenção entre outros; ou mesmo, por figuras simbólicas de autoridades como pais treinadores ou quem o influenciar possa. Esta ocasião é constatada quando o indivíduo executa alguma atividade por descargo de consciência.

Neste caso, a pessoa começa a pressionar a si própria para participar da atividade e por isso não é autônoma (RYAN; DECI, 2000a);

A terceira é a **regulação identificada**: Ocorre quando o indivíduo realiza uma tarefa (ação comportamental) que não é na verdade uma escolha sua, não se trata de seu próprio instinto, ainda que gerado por estímulos externos, mas o indivíduo a realiza por considerá-la importante, mesmo que para si não seja interessante, agradável ou prazeroso.

A teoria da autodeterminação traz consigo além da motivação Intrínseca e Extrínseca a Amotivação, a qual se caracteriza por um estado motivacional que pode ser encontrado em um indivíduo que não está apto a identificar bons motivos para realizar uma atividade, não há uma disposição clara de agir em uma direção para desempenhar aquela ação.

Ainda que a amotivação seja compreendida como a ação de motivação para a realização de uma tarefa ou não ação comportamental, podemos dizer que a não ação integra a ação, sem necessariamente afetar de forma negativa um dado resultado (ação por omissão), já que ninguém permanece motivado 24 horas por dia para realizar suas atividades, (BALBINOTTI et al., 2009). É importante ao analisarmos a teoria da autodeterminação não nos determos a esta divisão didática que faz a separação em: Motivação Intrínseca e Extrínseca a Amotivação, uma vez que estes três pilares se interrelacionam e simbolizam a ampla possibilidade de localização ou de manifestação da ação comportamental.

Cabe ressaltar que a motivação extrínseca não corresponde necessariamente a um comportamento negativo. Segundo (RYAN et al; 1997) os motivos extrínsecos podem possuir um maior ou menor grau de autonomia e liberdade cognitiva intelectual, quanto maior este grau, mais nos aproximamos da autodeterminação, quanto menor for este grau, mais próximo estará o indivíduo da amotivação.

Para tentar explicar a motivação extrínseca no contexto do presente trabalho podemos citar dados encontrados no trabalho desenvolvido por (Cecchetto, De Moraes e De Farias., 2011) que citam claramente a pressão imposta pela mídia, acerca do corpo perfeito/ideal de corpo, o que pode, neste contexto, vir a motivar extrinsecamente o indivíduo no que se refere ao uso de (EAA) para a obtenção desse corpo. Outro bom exemplo de motivação extrínseca é o caso de indivíduos que fizeram uso de (EAA) dor pressões ou razões externas ao ser, mas depois de verificar os resultados obtidos com a droga, adotaram o ato como sendo seu (interiorização), pois reconhecem ser impossível alcançar tal qualidade muscular de alto nível sem fazer uso dessas drogas, um exemplo prático dessa situação é apresentado por (NETO, 2007) onde relata que atletas do fisiculturismo que competem limpos acabam por abandonar o esporte ou aderir ao uso de (EAA), uma vez que é impossível competir em alto nível, em pé de igualdade com atletas que fazem uso dessa droga.

Segundo Balbinotti et al. (2009), muitos são os estudos que abordam a temática motivacional discutindo importantes aspectos teóricos, no entanto, afirma que poucos artigos escritos são

encontrados quando o objetivo é discutir uma teoria motivacional aplicada em um grupo específico de jovens. Na concepção de (VALLERAND E THILL, 1993), o termo “motivação” seria mais precisamente definido como um constructo psicossocial hipotético utilizado para descrever assuntos internos e ou externos que produzem estopins, direções, intensidades e persistências em comportamento, (p. 18).

Dando continuidade, além da Teoria da Autodeterminação, outras teorias da motivação despertam autores tanto para escrever sobre elas e seus conceitos, quanto para desenvolver instrumentos para a avaliação de alguns deles. Uma dessas teorias é a Teoria Geral da Motivação Humana de Nuttin.

3.2 TEORIA GERAL DA MOTIVAÇÃO HUMANA DE NUTTIN

Segundo Nuttin, (1985; apud BALBINOTTI; BALBINOTTI; BARBOSA, 2009, p.135) a motivação é uma tendência específica em direção a uma determinada categoria de objetos, e sua intensidade depende da natureza do objeto e da relação deste com o sujeito.

Para o autor, o organismo e o ambiente se complementam; em seu trabalho: **Théorie de la motivation humaine**, Nuttin explica que o ambiente apenas existe em razão do significado atribuído pelo indivíduo a ele, sendo que o indivíduo apenas se desenvolve devido as situações que ele percebe neste ambiente. Esta interação que ocorre entre indivíduo e ambiente é dinâmica contínua e garantidora da existência de ambos. Segundo (BALBINOTTI et al., 2009) esta interação corresponde à base de todos os acontecimentos e situações vividos pelo indivíduo, mesmo quando o objeto de sua ação é ele próprio.

Sendo assim de acordo com esta teoria, resultando da interação entre indivíduo e ambiente se estabelece uma relação com objetos desejados, os quais através da motivação são transformados em objetos alvos. Nuttin (1985), coloca que é graças à necessidade (estado motivacional que impulsiona a atividade cognitiva) que o indivíduo escolhe um objetivo e formula um projeto de ação. Para (BALBINOTTI; BALBINOTTI, 2008; BALBINOTTI; BALBINOTTI; BARBOSA, 2009), é o funcionamento cognitivo que permite passar da necessidade à execução do projeto de ação, o autor considera ainda que os objetivos (alvos) estão ligados a certas particularidades do autoconceito e da motivação do indivíduo.

Em seu trabalho (NUTTIN, 1980b, p.5), coloca que o objetivo e seu projeto de ação estão também associados à noção de “perspectiva futura” (representação atual de um acontecimento

futuro) e acrescenta que a falta de perspectiva futura é um dos fatores que comanda a incapacidade de alguns grupos para a ação e realização de projetos construtivos de certa envergadura ou amplitude

Esta perspectiva, levando em conta que a maioria dos objetos não está presente no momento em que são desejados, mostra que estes indivíduos estão orientados em direção ao futuro por meio de antecipações. Algumas pesquisas deste autor concluem que indivíduos que atribuem, em função de seu alto grau de motivação, um valor instrumental positivo a objetos alvos distantes, possuem melhores resultados e também manifestam ligações mais estreitas entre suas práticas e a realização de seus objetivos como atletas.

Analisando esta teoria e correlacionando com o presente estudo, pode-se presumir que exista uma infinidade de situações, vivências e experiências que podem vir a influenciar a relação indivíduo-ambiente e conseqüentemente a formulação de objetos alvos, em nosso caso (a necessidade de obter o corpo ideal através de esteroides anabólicos), e são essas experiências advindas da inter-relação entre o indivíduo e o ambiente, que associadas à concepção, valores e perspectivas futuras relacionadas ao corpo atual, corpo desejado e padrão estético veiculado (objeto alvo), que ditam as inclinações motivacionais que poderiam influenciar o indivíduo na decisão final de fazer ou não uso de (EAA). E quanto à falta de perspectiva futura, podemos conjecturar que indivíduos que se julgam incapazes de alcançar seus objetivos sozinhos possuem maiores chances de recorrer aos esteroides anabolizantes.

Dando segmento ao estudo realizado por (NUTTIN E LENS, 1985), Lens (1993) especifica sua concepção da perspectiva futura.

3.3 TEORIA DA SIGNIFICAÇÃO MOTIVACIONAL DA PERSPECTIVA FUTURA DE LENS

Em sua teoria o autor afirma que trata-se da integração de um futuro cronológico com o momento presente do indivíduo. Sendo assim o indivíduo desenvolve suas raízes no processo de construção motivacional influenciando o comportamento orientado em direção a seus objetivos alvos, (BALBINOTTI; BALBINOTTI; BARBOSA, 2009), desenvolvendo, assim uma perspectiva futura com base no nível de sua significação motivacional pelo viés de sua origem e de seu impacto no comportamento. Lens (1993) sustenta que esta perspectiva advém da característica nata da pessoa em fixar alvos com maior ou menor espaço de tempo para serem atingidos; e sustenta

basicamente três perspectivas futuras com base em sua extensão temporal: **Perspectiva futura longa**, onde os indivíduos têm objetivos alvos que podem ser alcançados em um futuro distante. **Perspectiva futura curta**, onde os indivíduos perseguem objetivos alvos que devem se realizar em um futuro próximo. **Perspectiva futura distante ou alongada**, onde os indivíduos esperam por diversos anos antes de ter acesso a uma possível posição desejada; os integrantes deste grupo não têm a necessidade de satisfações imediatas, pois eles preferem situações que podem ser varias vezes adiadas, (BALBINOTTI et al., 2009).

Lens (1981), explica que o número de etapas cumpridas antes do sucesso e a extensão temporal deste processo, identifica a perspectiva futura em que o indivíduo se enquadra, mas adverte que isto não se trata de um tempo cronológico, mas sim de um tempo subjetivo, o qual tem um grande impacto motivacional sobre esta pessoa. Desta maneira um indivíduo que pertence à classe da perspectiva futura alongada normalmente tem a percepção temporal de tempo transcorrido mais curto do que os integrantes das outras duas perspectivas, mesmo que o tempo transcorrido para todos seja o mesmo. O autor ainda explica que o aspecto dinâmico da perspectiva futura corresponde à disposição em atribuir grande importância aos alvos.

Esta teoria motivacional se mostra muito interessante e ao mesmo tempo facilmente relacionável com o trabalho aqui desenvolvido, de modo geral, podemos supor que: dentre as três perspectivas futuras apresentadas por (LENS, 1993; apud BALBINOTTI; BALBINOTTI; BARBOSA, 2009), aqueles que apresentarem a perspectiva futura mais curta possuem maiores probabilidades de vir a fazer uso de esteroides anabolizantes, pois estes não conseguem ou têm grandes dificuldades em fixar metas a longo prazo, querem tudo para ontem; é o caso daqueles indivíduos que vivem quase que o ano inteiro de forma sedentária ou próximo disso, e aparecem na academia no mês de novembro querendo ficar “sarado pro verão”.

Cabe aqui ressaltar, um pouco da minha experiência e observações que foram feitas ao longo dos anos em diversas academias que tive acesso, seja como instrutor, praticante de musculação ou outra modalidade esportiva. É incrível a quantidade de pessoas que fazem uso de esteroides anabolizantes por motivos estéticos, e é mais incrível ainda, ver esse número aumentar vertiginosamente no final do ano, nas proximidades do verão, onde é comum presenciar situações como dois indivíduos entrarem juntos no box do banheiro (certamente para fazer uso de esteroides), encontrar seringas descartáveis usadas no lixo do banheiro, constatar indivíduos praticando musculação com marcas de sangue na camiseta assim como a venda de (EAA) entre praticantes de musculação; geralmente o sujeito “gigante” vendendo para o “franzino”.

Dessa forma, podemos dizer que a autoimagem é assim constantemente modificada ou revisada à medida que os anos passam. E parece ser neste sentido que Ruel aborda a motivação e a noção de representação de si-mesmo.

3.4 TEORIA DA MOTIVAÇÃO E REPRESENTAÇÃO DE SI MESMO DE RUEL

Embasado na teoria da motivação de Nuttin, e em noções de autopercepção, auto-imagem e autoconceito, Ruel (1987; apud BALBINOTTI; BALBINOTTI; BARBOSA, 2009) acredita que a relação entre indivíduo e ambiente seja estabelecida no momento em que sua necessidade seja transformada em objeto-alvo. Sendo assim ele se pergunta sobre o processo, o qual dá início a este movimento intencional e que permite explicar a passagem da necessidade para o objeto alvo e, daí, para projeto de ação

Ruel (1984), tenta explicar com uma nova abordagem, mais detalhada, o que motiva o indivíduo a adotar um comportamento, fazendo uso da seguinte hipótese: “a motivação está em relação com as percepções afetivo-cognitivas que o indivíduo tem dele mesmo e de seu ambiente”, nesta perspectiva o autor afirma que o indivíduo avalia suas capacidades funcionais assim como as probabilidades de atingir seus objetivos antes de identificar suas necessidades de um projeto de ação.

Desta forma ao fazer a representação de si mesmo um indivíduo se confronta com os objetos desejados e com as situações desejadas. As comparações deste sujeito com outros indivíduos, seu julgamento sobre o ambiente assim como sua percepção sobre este julgamento também intervém em sua concepção (BALBINOTTI; BALBINOTTI, 2008; BALBINOTTI; BALBINOTTI; BARBOSA, 2009). Ruel (1987), menciona que este tipo de representação permite elaborar os autosconceitos, dos quais emergem a auto-estima, ele basicamente explica que o autojulgamento efetuado por um sujeito provém da responsabilidade dos sucessos ou dos fracassos anteriores a que se atribui. Esta representação formada pelo próprio sujeito pode explicar o estopim inicial da ação motivacional, neste sentido uma apreciação positiva pode desencadear atitudes afirmativas que acabam por colocar em evidência a possibilidade de realizar uma aspiração, portanto: o indivíduo consente em transformar a necessidade presente em objeto-alvo e a se engajar na seqüência em uma relação com o ambiente.

Segundo o autor, trata-se de uma necessidade do ser, um desejo de ser alguém, no entanto, apreciações desfavoráveis a respeito de si próprio ou de outrem, acabam por inibir o aparecimento de uma ação comportamental e/ou diminuir sua motivação.

Para exemplificarmos a relação entre a presente teoria de (RUEL, 1987), e a motivação para uso de esteroides anabolizantes podemos imaginar um indivíduo que chega à academia e depara-se com um sujeito que apresenta o estereótipo próximo do que julga ser o corpo ideal. Através da comparação, o indivíduo avalia suas capacidades, disponibilidades e probabilidades de obter um corpo semelhante, se obter este corpo é importante para este indivíduo e este, julgar ser incapaz de alcançar este objetivo por seu próprio mérito, então podemos esperar que este indivíduo possua uma maior probabilidade de encontrar nos esteroides a resposta para seu problema.

Analisando as teorias motivacionais aqui abordadas, em especial a teoria de Nuttin, (1985) e Ruel, (1987), não pude deixar de perceber e estabelecer relações com o trabalho desenvolvido por Gallahue e Ozmun, (2005), que realizam um trabalho memorável no que diz respeito ao desenvolvimento motor ao longo da vida. De modo geral, os autores colocam que o indivíduo é resultado da interação entre o **indivíduo** (hereditariedade, biologia, natureza e fatores intrínsecos) - o **ambiente** (experiências, aprendizado, encorajamento e fatores extrínsecos) - e a **tarefa** (ação, fatores físicos e mecânicos), e seu autoconceito depende do valor atribuído às suas vitórias e fracassos (suas experiências); sua coordenação motora, assim como, suas opções e decisões durante seu processo desenvolvimentista dependerá da interação entre essas três esferas juntamente com a importância atribuída pelo indivíduo às diferentes tarefas experienciadas, sendo assim se faz indispensável nos interarmos acerca dos aspectos relacionados ao autoconceito e seus desdobramentos no desenvolvimento do indivíduo.

4 ASPÉCTOS DO DESENVOLVIMENTO MOTOR NA FORMAÇÃO DO INDIVÍDUO

Gallahue et al. (2005), afirmam que o desenvolvimento é um processo contínuo, iniciando na concepção e cessando com a morte; incluindo todos os aspectos do comportamento humano. Além disso, o conceito de desenvolvimento permanente inclui toda alteração desenvolvimentista, tanto as alterações positivas associadas à infância e à adolescência, onde há grandes ganhos motores, quanto às mudanças provenientes do processo regressivo de envelhecimento, onde há uma perda.

Segundo os autores uma habilidade superior em uma área do desempenho não garante habilidades similares em outras. Vários fatores que envolvem habilidades motoras e desempenhos físicos interagem de maneiras complexas com o desenvolvimento cognitivo e afetivo.

Cada um desses fatores é por sua vez afetado por uma ampla variedade de exigências biológicas/ambientais e relacionadas a tarefas específicas. Os autores fazem referência ao termo

“experiência” como sendo de suma importância, pois refere-se a fatores do ambiente que podem alterar o aparecimento de várias características desenvolvimentistas no decorrer do processo de aprendizado, ou seja, as experiências de um indivíduo podem afetar o índice de aparecimento de certos padrões de comportamento.

De uma maneira geral os autores explicam que o indivíduo, o ambiente e a tarefa estão em constante contato, podendo um alterar o outro, sendo assim, esta interação pode afetar e ou alterar o desenvolvimento motor (psicomotor), o desenvolvimento cognitivo (intelectual) e o desenvolvimento afetivo (sócio-emocional) de acordo com suas experiências de vida. Em outras palavras, fatores relativos à tarefa, ao indivíduo e ao ambiente não são apenas influenciados (interação), mas também, podem ser modificados um pelo outro (transformação).

Desse processo de interação surge a noção de autoconceito e seus desdobramentos; fatores que influenciam imensamente o autojulgamento do indivíduo, e sua respectiva motivação para executar diferentes tarefas.

4.1 AUTOCONCEITO

Segundo Gallahue e Ozmun (2005) o autoconceito é uma estrutura multidimensional ligada à eficiência física observada na infância e além dela. De acordo com as experiências de vida, podemos somar vivências positivas e negativas. Os autores enfatizam que os sucessos, assim como, os fracassos pelos quais passamos na infância podem parecer remotos e sem significados para nós no presente, no entanto, foram eventos de suma importância que influenciaram o que e quem somos atualmente. Dessa forma, pode-se dizer que o autoconceito é um aspecto muito importante do comportamento afetivo das crianças e respectivos adultos.

O prefixo “AUTO” tem sido muito utilizado na literatura para designar o desenvolvimento do “EU”, inclusive com algumas sobreposições e uso de um termo pelo outro. Gallahue e Ozmun (2005) tentam esclarecer as diferenças, muitas vezes sutis, dos diferentes termos.

O autoconceito é geralmente considerado como a percepção que o indivíduo tem de suas características, atributos e limitações, e do modo pelo qual suas características são similares ou diferentes das de outras pessoas, é como o indivíduo se vê sem emitir julgamento pessoal ou comparar-se a outros.

4.2 AUTO-ESTIMA

É o valor (julgamento qualitativo) que o indivíduo atribui a suas características peculiares, atributos e limitações. Enquanto o autoconceito é simplesmente, a percepção de si próprio, a auto-estima é o valor que o indivíduo atribui a essas percepções. James, (1890) apud Gallahue e ozmum (2005), propôs uma fórmula para tentar decifrar a auto-estima, ela concluía que os sentimentos do indivíduo em relação a seu próprio valor são iguais a razão entre suas realizações e seu potencial de desempenho.

4.3 AUTOCONFIANÇA

Significa a crença do indivíduo em desempenhar tarefa mental, física ou emocional. O indivíduo acredita que é capaz de dominar desafios e superar obstáculos ou dificuldades, sendo assim, os indivíduos que são autoconfiantes acreditam que são capazes de fazer com que as coisas aconteçam do seu modo. Bandura (1982) apud Gallahue e Ozmun (2005) usa o termo auto-eficácia como sinônimo de autoconfiança e o define como a convicção de que se pode executar, com êxito, um dado comportamento para produzir o resultado desejado.

Os autores chamam atenção à importância atribuída à atividade ou à tarefa pelo indivíduo (ou por seus pares, pai, amigos, professores e treinadores), pois esta pode estabelecer um vínculo entre a autoconfiança e a auto-estima. Se uma dada tarefa é considerada importante pelo indivíduo, então a **competência** na execução da mesma terá um importante impacto sobre a auto-estima do indivíduo. Sendo assim a noção de competência torna-se grande aliado no desenvolvimento da auto-estima.

Segundo (EBBECK E STUART, 1996), a “competência” é um fator importante no desenvolvimento do autoconceito do indivíduo. Neste contexto a competência pode ser considerada como a capacidade real de o indivíduo satisfazer exigências particulares para a realização de uma tarefa, e seu nível pode variar de deficiente, adequado ou superior.

A competência percebida, assim como, a importância percebida podem ter um impacto significativo na competência real, na autoconfiança, na auto-estima e no autoconceito de um indivíduo. Segundo (WEISS E HORN, 1990), estimativas da competência física (ou seja, habilidade) percebida têm demonstrado contribuir na motivação; e participação de esportes (Weiss e Chaumeton, 1992).

Weinberg e Gould, (1999) vão além da conceituação apresentado por Gallahue et al. (2005), e apresentam o Autoconceito Global ou Multidimensional.

4.4 AUTOCONCEITO GLOBAL OU MULTIDIMENCIONAL

O autoconceito intriga muitos teóricos e pesquisadores quando se divide em autoconceito global (isto é, de forma geral, sem segmentação), e auto conceito Multidimensional (segmentado em vários componentes). Weinberg e Gould, (1999), sugerem que é melhor ver o autoconceito não somente em termos globais, mas também de forma segmentada em componentes como autoconceito social, autoconceito acadêmico e autoconceito físico etc... .

Desta forma um indivíduo possui um autoconceito global, bem como um autoconceito segmentado em diversas áreas de si próprio. Em outras palavras, pode-se dizer que o auto-conceito global é produto da percepção do indivíduo de sua competência em áreas que tenham significado pessoal, não sendo afetado pela auto-avaliação que o indivíduo tem de sua competência em áreas que tenham pouca ou nenhuma significação pessoal.

Harter e Younie (1987), e (MARSH E SUTHERLAND REDMAYNE, 1994), concluem que: se para um indivíduo, ter um bom desempenho em jogos, atividades lúdicas e esportes é importante, então o êxito nessas áreas terão grande impacto no autoconceito global. No entanto, se estes atributos não são considerados pessoalmente importantes, eles terão pouco impacto.

A seguir, serão abordadas algumas dimensões motivacionais e sua possível relação com o processo de tomada de decisão no que se refere ao uso ou não de (EAA).

5 DIMENSÕES MOTIVACIONAIS RELACIONADOS À PRÁTICA DE MUSCULAÇÃO E USO DE ESTEROIDES ANABOLIZANTES

Para Balbinotti et al. (BALBINOTTI; SILVA, 2003; BALBINOTTI, 2004, 2010; BALBINOTTI; BARBOSA, 2006, 2008; BALBINOTTI; SALDANHA E BALBINOTTI, 2009; BALBINOTTI; CAPOZZOLI, 2008), são seis as dimensões motivacionais, distintas, mas relacionáveis que explicam e avaliam adequadamente o perfil motivacional de jovens à prática regular de atividades físicas e esportivas: Controle de Estresse (CE), Saúde (Sa), Sociabilidade (So), Competitividade (Co), Estética (Es) e Prazer (Pr).

5.1 CONTROLE DE ESTRESSE

Segundo o modelo constitutivo do Inventário de Motivação à Prática Regular de Atividades Físicas e Esportivas (BALBINOTTI, 2004), recentemente descrito em detalhes por Balbinotti; Saldanha e Balbinotti (2009), a dimensão Controle de Estresse (CE) avalia em que nível as pessoas utilizam a atividade física e esportiva como forma de controlar a ansiedade e o estresse da vida cotidiana (McDONALD; HODGOON, 1991).

O estresse é um fator que faz parte da vida das pessoas; baseia-se em aspectos relacionados com as respostas aos estímulos do meio ambiente (fatores situacionais) que interagem para produzir um resultado que pode afetar a motivação das pessoas em atividades específicas (FRANKS, 1994). Ele pode também ser caracterizado por qualquer tipo de situação que exija uma fase de adaptação orgânica e/ou emocional caracterizada por gasto de energia superior àquele que o organismo está acostumado (NUNOMURA; TEIXEIRA E CARUSO, 2004; MARTINS; JESUS, 1999).

Neste sentido, a prática regular de atividade esportiva pode ser considerada como aliada no combate ao estresse, proporcionando aos praticantes benefícios físicos e psicológicos (FONTANA, 2010; SAMPEDRO, 2012).

Segundo Nieman (2011), a atividade física é um hábito saudável capaz de reduzir a depressão, a ansiedade e o estresse mental, ao mesmo tempo em que melhora o bem-estar psicológico e promove uma atitude vigorosa diante da vida. Para Rocha (2009), os jovens são particularmente vulneráveis ao estresse. Muitos são os fatores que podem desencadear o estresse neste grupo de jovens devido às profundas e intensas transformações a que constantemente são expostos (COOL; PALACIOS E MARCHESI, 1995; PIRES; PIRES E PETROSKI, 2002; PIRES *et al.*, 2004; SANDOVAL; TUBIO, 2007).

Tamayo (2001), ao estudar o impacto da atividade física sobre o estresse do trabalho, em uma amostra de 197 indivíduos de uma instituição pública, sendo 73 (homens) 119 (mulheres), idade média de 36,23 anos, onde 45% praticavam exercícios e 55% sedentários, constatou que o estresse era maior nos indivíduos sedentários; relatou também que existem outros fatores ligados à redução de estresse, como: a interação social, a companhia e a comunicação interpessoal e o alto nível de deseabilidade social podem agir como poderosas estratégias para lidar com o estresse.

Sem dúvida alguma, a musculação, por si só é uma atividade física que proporciona inúmeros benefícios aos praticantes, benefícios estes cada vez mais reconhecidos pela sociedade, o que aumenta e muito o número de adeptos. Se por um lado a musculação como forma de atividade física é capaz de promover inúmeros benefícios no que se refere ao controle do estresse, capacidade física, psíquica e psicológica; por outro lado se associado ao uso de esteroides anabolizantes pode

auxiliar, “e muito”, no que se refere à capacidade física e desenvolvimento muscular, mas também pode minar a vida do usuário, desestruturando suas valências psíquicas, psicológicas e sociais, culminando em estresse profundo e depressão; indo assim de encontro aos benefícios universais proporcionados pela atividade física.

A começar pelo estresse (físico orgânico) que aumenta substancialmente devido ao aumento na carga e volume de treinamento, resultado do uso de esteroides anabolizantes que aumentam volume e força muscular assim como aceleram a recuperação do músculo pós-treino. Santos (2007), coloca que os esteroides anabolizantes, especialmente os androgênicos dependendo do tempo de ciclo, podem desenvolver extrema agressividade comportamental, agressividade essa, muito bem vinda pelos usuários durante o treinamento devido ao aumento motivacional para treinar mais pesado e intenso, mas muito nociva para suas relações interpessoais, pois essa raiva, agressividade proporcionada pelos esteroides muitas vezes resultam em perdas de amizades, destruição de relacionamentos, auto-destruição e incapacidade de controlar o comportamento.

Outro efeito colateral psíquico citado pelo autor é a depressão, muitas vezes resultante dos problemas interpessoais que surgiram do uso de esteroides e também pela queda brusca dos níveis de testosterona após o fim do ciclo e respectiva incapacidade de manter a performance e volume muscular. Segundo (Pope Jr e Katz, 1987) muitos efeitos colaterais de ordem psicológicas surgem do uso de esteroides anabolizantes, sendo que estes efeitos variam dependendo da droga e da quantidade consumida, como regra geral, quanto maior a dose, maiores são as mudanças na personalidade; em seu estudo os autores relatam que 4 entre 33 usuários regulares de esteroides anabolizantes apresentaram sintomas psicóticos, muitos outros pré-psicóticos, assim como manias e depressão profunda, e alertam quanto a oscilação do uso dos esteroides, o qual é capaz de criar uma condição psicológica que leve ao desequilíbrio mental. Gallaway, (1997) cita Pope e Kartz (1988), no que se refere ao abuso de esteroides anabolizantes, os quais podem levar a agressão, episódios de ira, paranóia, depressão e alucinações. Yesalis e Cowart, (1998) corroboram as afirmações acima em seu estudo, afirmando que são muitos os efeitos sobre o comportamento e temperamento, sendo mais comuns as mudanças psicológicas e ou psiquiátricas, e alerta quanto à intensificação desses sintomas entre os jovens, os quais enfrentam grande instabilidade emocional. Segundo (Santos, 2007) usuários contínuos de esteroides anabolizantes podem apresentar: ciúme patológico, ilusões, ira, distorções de julgamento, confusão mental, distração e esquecimentos.

5.2 SAÚDE

Esta dimensão motivacional avalia em que nível as pessoas utilizam a atividade física regular e esportiva como forma de manutenção da saúde geral e a prevenção de doenças associadas ao sedentarismo. Os benefícios de uma atividade física regular são largamente conhecidos, principalmente no que diz respeito ao processo de crescimento e desenvolvimento geral do organismo, aos tecidos ósseos, musculares, aos sistemas energéticos e outros. Neste sentido, pode-se dizer que há uma relação direta entre atividade física e saúde (NUNOMURA; TEIXEIRA E CARUSO, 2004).

Segundo Wankel (1993), índices apropriados de atividade física regular podem adicionar vida aos anos, e anos à vida. O sentir-se saudável pode levar pessoas a manter uma atividade física regular. Para Marques e Gaya (1999), as preocupações com a promoção da saúde cada vez mais se configuram em prioridades nos países desenvolvidos e em desenvolvimento.

Teixeira e Balbinotti (2010), em um estudo que tinha por objetivo analisar os fatores motivacionais para a prática do voleibol entre adolescentes, encontraram prevalência das dimensões prazer e saúde, segundo os autores, os resultados relacionados à dimensão saúde remetem à importância dada pelos jovens de hoje para os benefícios da atividade física.

Em um outro estudo realizado no intuito de identificar os motivos de ingresso de 986 praticantes de exercícios físicos de ambos os sexos (com 15 anos ou mais) dos Centros de Atividades do SESC-DF, apontou os itens relacionados à saúde e ao condicionamento físico como os mais indicados pela maioria. Ao analisar os principais motivos do ingresso em programas de exercícios físicos, segundo a faixa etária, os resultados foram diferentes. Dos 15 aos 20 anos a dimensão motivacional “estética” foi a mais indicada, porém dos 21 aos 40 a saúde foi a segunda mais citada pelos indivíduos como sendo uma das razões mais motivadoras para a prática de exercícios físicos. Quando analisados os motivos de ingresso em um programa de atividades físicas segundo o sexo, a saúde foi mencionada pelo sexo feminino como um dos principais motivos; enquanto que o sexo masculino preocupa-se mais com a melhora do condicionamento físico. Outra análise realizada no estudo foi quanto ao(s) tipo(s) de exercício(s) físico(s). Nos esportes individuais e coletivos e na ginástica, a saúde também esteve entre as mais indicadas (CASTRO *et al.*, 2009).

É indiscutível o impacto, a eficiência e a importância da musculação quando se fala em manutenção da saúde, de doenças associadas ao sedentarismo, longevidade, performance e qualidade de vida, no entanto, no momento em que associamos à prática da musculação ao uso de

esteroides anabolizantes, surge a dicotomia entre a saúde proporcionada pela prática da musculação e o risco a saúde a que praticantes de musculação e também usuários de esteroides anabolizantes estão sujeitos.

Cabe lembrar que estes medicamentos podem sim ser empregados para promover a saúde, no entanto, o uso indiscriminado dessas drogas dentro de academias apresentam graves riscos à saúde dos usuários em razão do modo de utilização das drogas, procedência, dosagem, aplicação entre outras... . Se de um lado esses medicamentos estão relacionados a doenças graves e até fatalidades, do outro, também relacionam-se com a saúde, segundo (SANTOS, 2007) essa classe de drogas é amplamente utilizada pela classe médica para tratar pacientes com raquitismo, assim como pacientes que se recuperam de cirurgias e tratamento de câncer que resultem em danos ao tecido muscular; atualmente vem sendo bastante utilizada também para tratar a andropausa, uma espécie de menopausa masculina muitas vezes confundida com “estresse”, assim como em pequenos distúrbios envolvendo déficits de testosterona em homens e em mulheres, promovendo assim uma reposição química que retarda o envelhecimento e diminui a degeneração do sistema hormonal.

Outros casos de uso médico segundo a FDA (Food and Drugs Administration) são: ganho de peso para deficiência nutricional crônica ou Aids; alívio de dor óssea acompanhada de osteoporose; indução do catabolismo pelo corticosteróide; anemia severa; angiodema hereditária; metástase de câncer de mama em mulheres; estados de deficiência hormonal em homens.

Parece que o uso médico dessa classe de medicamentos vem recebendo cada vez mais credibilidade entre os médicos e também entre os pacientes, apesar de haver evidências correlacionando o uso de esteroides anabolizantes a efeitos colaterais sérios até mesmo quando prescritos por médicos (SANTOS, 2007).

Não podemos esquecer que quando os médicos prescrevem esses medicamentos a seus pacientes, isso acontece de modo consciente, com o maior controle possível, respaldados por diversos exames, após avaliação dos prós e os contras de sua prescrição; existe também o controle periódico dos efeitos do medicamento, onde o médico se necessário interrompe ou reajusta as doses se necessário; segundo (NETO, 2007) esse tipo de cuidado, cautela, é quase inexistente entre usuários de esteroides anabolizantes nas academias, estes costumam utilizar dosagens extremamente altas, muito acima do indicado para uso terapêutico, raramente fazem uso dessa droga com acompanhamento médico e ainda por cima, grande parte das drogas utilizadas por estes indivíduos vem da clandestinidade, obtidas através de contrabandistas, sendo muitos falsificados e

ou adulterados, o autor relata uma estimativa feita até o ano de (2007), onde se calculou existir só nos (EUA) mais de 200 laboratórios clandestinos.

Um fato intrigante nos é apresentado por (SANTOS, 2007), o autor apresenta um capítulo em seu livro onde relaciona o uso de esteroides anabolizantes com doenças fatais, citando alguns autores que vem desenvolvendo estudos na área, investigando mortes que supostamente estariam ligadas ao uso de esteroides anabolizantes, o que surpreende, é que em grande parte dos casos a causa da morte foi o uso de outros medicamentos em conjunto com os esteroides anabolizantes como: “Aminoglutatimideo” (nome comercial- ex: Cytadren) usado no tratamento da síndrome de Cushing (produção excessiva de cortisol pela supra-renal), Harcourt (2000), afirma que as mortes que têm sido associadas aos (EAA) parecem ser decorrentes do uso contínuo prolongado ou de doses abusivas; Neto (2007), cita outro medicamento extremamente perigoso usado muitas vezes por fisiculturistas juntamente com esteroides anabolizantes, os “Diuréticos”, e aponta este medicamento como responsável por algumas mortes entre culturistas.

Percebe-se que a medicina vem utilizando essa classe de medicamentos com muita cautela para promover a saúde, no entanto, dentro das academias de musculação a motivação para o uso de esteroides anabolizantes parece ser outro, o que muitas vezes resulta em danos à saúde.

5.3 SOCIABILIDADE

Esta dimensão motivacional avalia em que nível as pessoas utilizam a atividade física regular e esportiva como forma de fazer parte de um grupo, clube ou relacionar-se com outras pessoas (SILVA, 2007). Para Sage (1986), a socialização é um processo pelo qual os indivíduos aprendem habilidades, atitudes, valores e comportamentos que os tornam capazes de participar como membro da sociedade em que vivem, (p.344).

A socialização significa o processo de transmissão dos comportamentos socialmente esperados. Mais especificamente, a socialização para o desempenho de determinado papel social envolve a aquisição de capacidades (habilidades) físicas e sociais, valores, conhecimentos, atitudes, normas e disposições, que podem ser aprendidas em uma ou mais instituições sociais, como por exemplo, a família, a escola, o esporte, e ainda através dos meios de comunicação (EIDELWEIN; NUNES, 2010). A atividade física, como agente socializador, é uma poderosa influência na formação de atitudes e no desenvolvimento moral (SHIELDS E BREDEMEIER, 1995).

Com isso, a sociabilidade pode ser considerada como uma das dimensões que leva crianças, jovens e adultos a participarem de práticas esportivas regulares. A necessidade de pertencer a um grupo é muito forte na adolescência e isso pode ser um dos fatores primordiais para os jovens se envolverem com o esporte, pois o mesmo proporciona oportunidades de estar com os amigos e fazer novas amizades (WEINBERG; GOULD, 2001; GALLAHUE; OZMUN, 2005).

Cunha (2003), constatou que apesar da predominante busca da satisfação dos interesses físico-esportivos, há uma relação com interesses sociais nas academias de ginástica. A autora afirma que as pessoas não vão a esses lugares apenas para se exercitarem, mas que há todo um convívio social por trás desse cenário que reafirma o status social e financeiro de seus participantes.

É a possibilidade de convívio social que atrai um grande número de pessoas a aderirem a esse tipo de atividade.

Um outro estudo feito por Sene *et al.* (2011) com idosos entre 60 e 82 anos objetivava verificar os fatores motivacionais que levam pessoas da terceira idade à prática de exercício físico, concluiu-se que muitos idosos têm a iniciativa do exercício físico para sair da rotina e da solidão que tem dentro de casa, se socializando e fazendo amizades dentro do local onde praticarão a atividade. O estudo mostrou que “encontrar e fazer novos amigos” foi a terceira média mais alta entre os resultados.

Gallahue e Ozmun (2005), citam o termo “socialização cultural” e explicam que refere-se a modificações no comportamento do indivíduo para satisfazer as expectativas de um certo grupo, e coloca ainda que, a socialização é um processo permanente onde um bebê torna-se adulto em um ambiente cultural, explica também que o desenvolvimento motricional de um indivíduo não se dá no vácuo, mas sim em um ambiente social que inclui a atividade física, dessa maneira, a necessidade de afiliação a um grupo é crucial na tomada de decisão.

Se formos analisar o que diz Gallahue e Ozmun (2005), podemos imaginar uma situação onde a motivação para o uso de esteroides poderia se dar pela socialização, imaginemos um grupo de amigos onde dois fazem uso de esteroides anabolizantes, estes apresentam afinidades entre si e conseqüentemente obtêm resultados de forma mais rápida que o restante do grupo, dessa forma por uma questão de comparação, talvez também de estética ou para pertencer ou satisfazer as expectativas do grupo outros integrantes também se motivem a fazer uso dos esteroides.

Existem muito poucos artigos falando sobre motivação para uso de esteroides anabolizantes em academias, menos ainda que relacionem o uso de esteroides anabolizantes com razões ligadas a sociabilidade. No entanto, há diversos relatos na literatura que relacionam o uso de esteroides anabolizantes com psicoses, depressão, desequilíbrio mental, episódios violentos, paranóia,

alucinações, ciúme patológico, comportamento agressivo entre outros, ((POPE E KATZ, 1987), (GALLAWAY, 1997)), estes comportamentos por si só podem causar grandes problemas na vida social do usuário, ocasionando perdas irreparáveis, existem também relatos na literatura de casos de assassinatos, e estupros relacionados ao uso de esteroides anabolizantes (Pope e Katz, 1990).

5.4 COMPETITIVIDADE

Esta dimensão motivacional avalia o nível em que as pessoas utilizam a atividade física regular e esportiva como forma de manifestação de aspectos relacionados ao vencer. A competição sugere uma sensação de superioridade e de destaque em uma determinada atividade física ou desporto. De Rose Jr. e Korsakas (2006), relacionam fatores envolvidos na competição desportiva: confronto, disputa, resultado, avaliação, seleção, busca pela vitória, derrota, pressão, alegria e frustração. Marques e Oliveira (2001) afirmaram que não há desporto sem competição. Comparar o desempenho consigo mesmo e com os outros pode levar as pessoas a manter-se em atividade.

Segundo Weinberg e Gould (2001), a competitividade das pessoas pode ser orientada à vitória ou orientada ao objetivo. Aqueles que possuem orientação dirigida à vitória focalizam seu comportamento no vencer e na comparação interpessoal. As pessoas que possuem orientação ao objetivo focalizam seu comportamento nos padrões de desempenho pessoal.

Os atletas também podem ser classificados nestes mesmos padrões: aqueles que são orientados para um resultado final, se esforçando nas competições e os atletas que possuem orientação para a tarefa, buscando um melhor desempenho, aperfeiçoando seu nível técnico.

Balbinotti, Saldanha e Balbinotti (2009), promoveram um estudo envolvendo atletas de ambos os sexos, entre 13 e 16 anos, com o intuito de descrever e comparar índices médios a partir da avaliação de seis dimensões motivacionais; concluiu que a competitividade é um dos fatores que mais estimulam atletas do sexo masculino a pratica de esporte.

A competição é um aspecto cada vez mais presente na sociedade em que vivemos, competimos nos esportes, na busca profissional, nos relacionamentos, competimos por tudo; e vários são os motivos, podemos citar desde a auto-afirmação, reconhecimento, fama, vaidade, necessidade entre muitos outros... .

Sem dúvida alguma, a competitividade é um fator que motiva muita gente a fazer uso de esteroides, segundo (NETO, 2007), não existe atualmente culturismo, fisioculturismo e levantamento de força, entre outros, sem o uso de substâncias que potencializem o desempenho, entre eles os esteroides anabolizantes; de acordo com o autor essa droga é amplamente utilizada

nesses meios a fim de obter melhores resultados nas competições. Yesalis e Cowart (1998), relatam que devido ao uso de esteroides anabolizantes os atletas “limpos” não teriam condições de competir em igualdade, e afirmam que isso acontece em muitos esportes.

Podemos citar o caso de Ben Johnson do atletismo nos jogos olímpicos de (1988) em Seul, coréia do Sul, onde perdeu a medalha de ouro na prova dos 100m por ser pego no teste antidoping que detectou a presença de esteroides no seu organismo; (YESALIS e COWART, 1998) relatam o caso de um treinador soviético que deu entrevista ao “The New York Times” lamentando a punição de Ben Johnson, afirmando que não todos, mas cerca de 90% dos atletas que participaram da competição também utilizaram drogas.

Acredito que dentro da academia a competição se dê na forma de comparação entre os pares, onde o corpo mais volumoso e definido se mostra superior aos outros, sendo então um exemplo a ser seguido e superado. A insatisfação com a imagem corporal tem sido descrita como uma das principais causas do abuso de (EAA), influenciando consideravelmente a motivação de jovens que buscam o corpo ideal, tomando por base modelos de corpos sugeridos pela mídia, em publicações especializadas (CECCHETTO, FARIAS, CORREA, 2010; MELNIK, JANSEN, GRABBE, 2007), em contrapartida muitos desses modelos, para manterem-se na vitrine midiática também fazem uso de esteroides; segundo a revista (BOA FORMA, 2013), o uso de esteroides anabolizantes também é observado entre artistas que vivem de sua imagem, independente do sexo, percebe-se aqui que muitos artistas que hoje admitem terem feito uso de esteroides anabolizantes, negaram esta prática no passado, provavelmente por medo de serem estigmatizados ou sofrerem algum tipo de preconceito, uma vez que seu uso é tido como politicamente incorreto e repudiado.

5.5 ESTÉTICA

Esta dimensão motivacional avalia em que nível as pessoas utilizam a atividade física regular e esportiva como forma de obter (conquistar) ou manter um corpo que seja considerado atraente e aprovado pela sociedade ou grupo em que o indivíduo está inserido.

Para Capdevilla, Niñerola e Pintanel (2004), os índices encontrados nesta dimensão sofrem grande influência do contexto social. Ainda segundo o autor, as culturas latinas tendem a valorizar mais o corpo magro e/ou bem desenhado do que outras culturas. A busca do corpo ideal preconizado pela cultura ocidental pode favorecer a procura por atividades físicas prolongadas.

Cunha (2003), afirma que a indústria da mídia veicula uma necessidade de manutenção da forma corporal a qualquer custo, onde a televisão, a publicidade, o cinema e os jornais defendem

músculos torneados, vitaminas milagrosas, modelos longilíneas e academias de ginástica, que, de acordo com esse pensamento, são as que mais lucram com essa realidade.

Rocha (2008), realizou um estudo com 250 indivíduos, de ambos os sexos, com idade entre 18 e 50 anos, com o objetivo de traçar um perfil referente à idade, ao sexo e a intenção de prática dos alunos de ginástica aeróbica e suas vertentes nas academias da cidade de Montes Claros, Minas Gerais, concluiu que a maioria dos pesquisados tinha como objetivo a melhoria da componente estética, voltada para o emagrecimento, a beleza e a saúde.

Vivemos na era da imagem, onde valem pelo que aparentamos ser. A sociedade impõe padrões de estética e de beleza que devem ser seguidos, imitados e/ou copiados a qualquer preço (CRISTINO *et al.*, 2008).

Nesta perspectiva, um estudo (SALDANHA *et al.*, 2007) com 366 adolescentes gaúchas do entre 13 e 19 anos, na intenção de verificar a existência de diferenças significativas entre os níveis de motivação à prática regular de atividade física relacionada à estética, ele constatou que durante o início da adolescência (13 até 17 anos) a motivação relacionada à prática regular de atividade física relacionada à dimensão estética permaneceu estável e que no final desta fase houve uma elevação desta dimensão (18 e 19 anos).

A estética demonstra ser o principal motivo que leva praticantes de musculação ao uso de esteroides anabolizantes, talvez pela perspectiva de alcançar o corpo perfeito no menor tempo possível com o mínimo esforço. Neto (1997), afirma que os maiores usuários dessas substâncias são atletas/esportistas, em especial, os halterofilistas e os fisioculturistas, no entanto a partir da década de 1990 um outro tipo de usuário começa a se destacar, são eles: praticantes de musculação sem interesses competitivos que fazem uso dos esteroides anabolizantes principalmente por motivos estéticos.

No Brasil, não se tem estimativa acerca do perfil do usuário, mas sabe-se que o consumidor preferencial está entre os 18 e 34 anos e, em geral, é do sexo masculino (CEBRID, 1999). Em um estudo realizado por (LAMB, 1996) em Arkansas, (EUA) envolvendo alunos da 7ª e 8ª séries do ensino fundamental, atletas e não atletas ele encontrou que entre os meninos e meninas, 11 e 0,5%, respectivamente, já haviam usado ou estavam fazendo uso de esteroides, a pesquisa apontou também que muitos jovens estavam usando essas substâncias para melhorar a aparência física.

Um estudo muito interessante foi realizado por (SILVA E MOREAU, 2003) cujo objetivo foi estimar o consumo e traçar o perfil dos usuários de esteroides anabólicos androgênicos (EAA) entre praticantes de musculação em três grandes academias de ginástica na cidade de São Paulo,

participaram do estudo 209 indivíduos, cerca de 3% do total de alunos das três academias; os principais achados foram: Incidência- número geral de usuários de 19% sendo que, destes, 8% estavam em pleno uso, talvez se este estudo, o qual foi realizado nas proximidades de julho, fosse realizado mais próximo ao final do ano (verão), a incidência fosse bem maior; Prevalência- entre os usuários de esteroides anabolizantes, 90% foram do sexo masculino; Motivação para a prática de musculação- entre usuários (82% estética) seguido de (41% saúde), entre não usuários (69% estética) seguido de (67% saúde); Motivação para uso de esteroides (82% estética); Faixa etária- a maior incidência, cerca de 46% dos usuários, apresentaram idade entre 25 e 29 anos; Nível de treinamento muscular- mostrou-se maior entre usuários, tanto no aspecto tempo de prática quanto na frequência semanal, o que por si só, pode indicar um maior nível de motivação para a prática da musculação; Acesso aos esteroides- 65% dos usuários respondeu adquirir as drogas em farmácias sem receita médica, 41% respondeu adquirir com outros praticantes de musculação (desse situação podemos esperar que as drogas adquiridas na farmácia ao menos sejam de procedência legítima, mas, fruto de esquemas que envolvem falsificações de receitas por parte da farmácia, já, as drogas adquiridas com outros praticantes de musculação apresentam maior periculosidade e probabilidade de advir do comércio ilegal, inclusive contrabandos).

Frizon, Macedo e Yonamine, (2009), promoveram um estudo relacionado ao uso de (EAA) por praticantes de atividades físicas das principais academias de Erechim e Passo Fundo/RS envolvendo 418 entrevistados, eles encontraram que cerca de 6,5% dos entrevistados faziam uso de (EAA), com grande prevalência do sexo masculino, e que a faixa etária entre os usuários estava entre 21 e 25 anos, motivados por estética e ganho de força.

Inácio *et al.*, (2008) em um estudo envolvendo uso de esteroides anabolizantes em academias encontrou uma prevalência de idade entre 18 e 25 anos, maioria do sexo masculino, e os principais motivos para o uso foram a estética e o rápido aumento da massa muscular.

Iriart, Chaves e Orleans (2009), também apresentaram um trabalho muito interessante envolvendo o uso de (EAA) entre praticantes de musculação, o objetivo do estudo foi investigar as motivações para a prática da musculação e uso de anabolizantes, assim como as representações e usos sociais do corpo entre usuários de anabolizantes praticantes de musculação. Foi realizado um estudo etnográfico com observação participante em academias de musculação de bairros de classe média e classes populares de Salvador, Bahia, Brasil, ao todo foram 43 entrevistas com usuários de (EAA), os autores encontraram que, a prática da musculação e o uso de anabolizantes tanto entre usuários de classe média quanto populares, são motivados principalmente por razões estéticas e

citam a dicotomia entre o segundo principal motivo encontrado para a prática da musculação (saúde) e a opção de fazer uso de (EAA), apontam a insatisfação com o corpo, a constante comparação com o padrão de beleza disseminado pela mídia, o medo de ser renegado e ou excluído pelos grupos à que pertence, o simbolismo associado ao corpo trabalhado e por fim e não menos importante o “imediatismo” na obtenção de resultados como importantes favorecedores ao uso de anabolizantes, afinal de contas, por que não conseguir em três meses o que se conseguiria em três anos.

5.6 PRAZER

Esta dimensão avalia em que nível as pessoas praticam regularmente atividades físicas ou esportivas como forma de obtenção de prazer. Dimensão motivacional associada à sensação de bem-estar, de diversão e satisfação que a prática regular da atividade física e esportiva proporciona. Supõe o interesse que se tem pela atividade assim como a necessidade e a importância acordada pelo praticante. Esta dimensão motivacional é fundamental para a motivação intrínseca, o que faz com que a pessoa aja por divertimento, pelo prazer, pelo desafio, por sua própria vontade e pela satisfação, resultando em um comportamento caracterizado pela autodeterminação.

É neste sentido que o prazer pode ser considerado um dos motivos que leva as pessoas à prática de atividades físicas e esportivas (DECI; RYAN, 1985). Marcellino (2003), associa o prazer oportunizado pela prática de uma atividade física ao conceito de lazer. Cunha (2003), utiliza como referência o conceito de lazer definido por Dumazedier: “conjunto de ocupações às quais o indivíduo pode entregar-se de livre vontade, seja para repousar, seja para divertir-se, recrear-se e entreter-se ou ainda para desenvolver [...] sua participação social voluntária [...] após livrar-se [...] das obrigações profissionais, familiares e sociais” (1976, p. 34).

Marcellino (2003) investigou os motivos dos alunos frequentarem as academias de ginástica e diagnosticou que mais de 90% consideram a frequência em academias como uma de suas atividades de lazer.

Não foram encontrados artigos que apontassem o prazer como motivo para o uso de esteroides anabolizantes, no entanto, poderíamos levantar a hipótese de que atingir o objetivo desejado (o corpo ideal) em um tempo significativamente menor e com menos esforço (perspectiva futura curta), possa proporcionar significativo prazer ao indivíduo a ponto de motivar o uso de esteroides anabolizantes. O reconhecimento, a admiração, o desejo e inveja alheios também podem proporcionar imenso prazer ao usuário de esteroides, uma vez que alimentam a vaidade e acariciam o ego do usuário.

6 CONSIDERAÇÕES FINAIS

O objetivo principal desta revisão foi aprofundar o conhecimento sobre as principais teorias e dimensões motivacionais e demais aspectos que podem influenciar jovens esportistas e praticantes de musculação quanto ao uso de esteroides anabolizantes e drogas afins.

Para isso foi realizado uma pesquisa bibliográfica na literatura existente sobre o tema e buscou-se estabelecer correlações entre o que foi encontrado na literatura e o tema do presente trabalho.

Cabe aqui ressaltar, as limitações encontradas para a realização do presente estudo, pode-se dizer que a literatura referente ao tema aqui proposto (“Motivação” e “Esteroides Anabolizantes”), ainda é bastante escassa no cenário nacional e internacional, muito provavelmente por se tratar de um assunto polêmico e estigmatizado pela sociedade, sendo ainda desenvolvido de maneira incipiente e sem maiores controles, com exceção de alguns poucos estudos desenvolvidos no cenário internacional.

Ainda que existam estudos nessa perspectiva (poucos), pode-se dizer que a maioria deles ainda não articula de maneira satisfatória o constructo da motivação com o conseqüente uso de (EAA), estando limitados pela simples constatação das causas e motivos mais superficiais que acendem o estopim motivacional inclinando o indivíduo ao uso de (EAA). Vale lembrar que a maior parte da literatura aqui utilizada segue essa perspectiva.

Sendo assim, em resposta aos objetivos propostos no início do trabalho podemos constatar que boa parte da literatura consultada abordou a questão do uso de esteroides anabolizantes em academias, sendo que a análise destes estudos indicaram que a maioria dos usuários de esteroides anabolizantes se encontrou entre indivíduos do sexo masculino, na faixa etária de 20 à 30 anos, estando assim, de acordo com os dados do (CEBRID, 1999), que aponta uma faixa etária similar.

A maior parte destes usuários, afirmou se sentir motivado a usar anabolizantes por motivos estéticos, alias, dentre as seis dimensões motivacionais aqui abordadas esta foi a única que foi citada diretamente pelos usuários, sendo que muitos relataram praticar musculação por razões relacionados a saúde, uma pequena controversa, uma vez que grande parte dos usuários costuma dispensar acompanhamento médico por achar desnecessário e ainda adquire estas drogas de procedência duvidosa.

Acredito com este trabalho ter contribuído para uma análise mais profunda do contexto motivacional, proporcionando assim, mais um estudo a ser utilizado como ferramenta para uma

melhor compreensão do constructo da motivação relacionado ao uso de (EAA), cabe salientar, que se trata de um processo dinâmico que está em constante mudança e varia de indivíduo para indivíduo, pois cada pessoa tem uma experiência única, baseada em vivências anteriores, sucessos, fracassos, valores, crenças, competências, aspirações e muitos outros; e por mais que as teorias e abordagens aqui realizadas possam nos oferecer uma base considerável para melhor entendermos o campo motivacional, devemos ter em mente que elas não esgotam o tema aqui proposto, por isso, cada caso deve ser analisado a parte.

Essa revisão também tem a intenção de auxiliar profissionais da educação física, proporcionando um conhecimento mais amplo em torno dessa temática, ressaltando a importância de estar devidamente informado e preparado para intervir e esclarecer eventuais dúvidas e curiosidades no que tange o assunto.

Faz-se necessário um número maior de pesquisas para o enriquecimento das discussões sobre o assunto, embora essa revisão gere uma base teórica a mais a ser consultada no futuro.

REFERÊNCIAS

- ANDRADE, M. M. **Introdução à metodologia do trabalho científico**. 9. ed. São Paulo: Atlas, 2009.
- BALBINOTTI, A. A. M. **Inventário de Motivação a Prática Regular de Atividade Física (IMPRAFE-126)**. 2ª ed.. Porto Alegre: Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Laboratório de Psicologia do Esporte, 2004.
- BALBINOTTI, M. A. A. **Inventário de Motivos para a Prática Regular de Atividades Físicas e Esportivas (IMPRAF-132)**. 3ª ed.. Service d'Intervention et de Recherche en Orientation et Psychologie (SIROP), Montréal, Canadá, 2010.
- BALBINOTTI, M. A. A.; BALBINOTTI, C. A. A. Motivação e perspectiva futura no tênis infanto-juvenil. **Revista Brasileira Psicologia do Esporte**, vol.2, n.2, p. 1-20, 2008.
- BALBINOTTI, M. A. A.; BALBINOTTI, C. A. A.; BARBOSA, M. L. L. A teoria da significação motivacional da perspectiva futura e suas aplicações no contexto do tênis infanto-juvenil. In: BALBINOTTI, C. A. A. (Org.). **O ensino do tênis: novas perspectivas de aprendizagem**. Porto Alegre: Artmed, 2009.
- BALBINOTTI, M. A. A.; BARBOSA, M. L. L. Análise da consistência interna e fatorial confirmatória do IMPRAFE-126 com praticantes de atividades físicas gaúchos. **Psico-USF**, São Paulo, v. 13, n. 1, p.1-12, 2008.
- BALBINOTTI, M. A. A.; BARBOSA, M. L. L. **Inventário de Motivação à Prática Regular de Atividade Física (IMPRAF- 54)**. Laboratório de Psicologia do Esporte. Universidade Federal do Rio Grande do Sul: Porto Alegre, 2006.
- BALBINOTTI, M. A. A.; CAPOZZOLI, C. J. Motivação à prática regular de atividade física: Um estudo exploratório com praticantes em academias de ginástica. **Revista Brasileira de Educação Física e Esporte**, São Paulo, v. 22, n. 1, p. 63-80, jan./mar., 2008.
- BALBINOTTI, M. A. A.; SALDANHA, R. P.; BALBINOTTI, A. A. Dimensões motivacionais de basquetebolistas infanto-juvenis: Um estudo segundo o sexo. **Motriz**, Rio Claro, v. 15, n. 2, p. 318-329, 2009.
- BALBINOTTI, M.; SILVA, M. **Inventário de Motivação Aplicado a Atividade Física (IMPRAFE-126)**. Laboratório de Psicologia do Esporte. Universidade Federal do Rio Grande do Sul: Porto Alegre, 2003.
- BARROS, J.M.C. Educação Física e esporte: Profissões? **Revista Kinesis**, Rio Claro, v.11, p. 5-16, 1993.
- BITTENCOURT, N. **Musculação: uma abordagem metodológica**. Sprint, Rio de Janeiro, 1986.

BOA FORMA. Disponível em: <http://boaforma.uol.com.br/album/2013/11/21/veja-os-famosos-que-ja-admitiram-o-uso-de-anabolizantes.htm>. Acesso em: 28, maio 2014.

BODYBUILDERANABOLIC. Disponível em: <http://bodybuilderanabolic.blogspot.com.br/2013/06/o-inicio-da-musculacao.html>. Acesso em: 20, out. 2013.

BODYBUILDING ACNE: an underestimated health problem? **J. Dtsch. Dermatol. Ges.**, v.5, n.2, p.110-7, 2007.

CAPDEVILLA, L.; NIÑEROLA, J.; PINTANEL, M. Motivación y Actividade Física: el autoinforme de motivos para la práctica de ejercicio físico. **Revista de Psicología del Deporte**, Barcelona, v.13, n. 1, p. 55-74, 2004.

CAPINUSSÚ, J.M., COSTA, L.P. **Administração e marketing nas academias de ginástica e musculação**. São Paulo, Ibrasa, 78p. (1989).

CAPOZZOLI, C. J. **Motivação à prática regular de atividades físicas**: um estudo com praticantes em academias de ginástica de Porto Alegre. Dissertação (Mestrado). Porto Alegre, Universidade Federal do Rio Grande do Sul, 2010.

CASTRO, M. S. *et al.* Motivos de Ingresso nos Programas de Exercícios Físicos Oferecidos pelo Serviço Social do Comércio – SESC-DF. **Revista Movimento**, Porto Alegre, v. 15, n. 02, p. 87-102, 2009.

CATLIN, D. H.; HATTON, C. K. Use and abuse of anabolic and other drugs for athletic enhancement. **Advances in Internal Medicine**, v. 36, p. 399, ISSN 0065-2822, (1991).

CEBRID. Centro Brasileiro de Informações sobre Drogas Psicotrópicas. Esteróides Anabolizantes. São Paulo: Universidade Federal de São Paulo.. Disponível em: WWW.cebrid.drogas.com.br, 1999.

CECCHETTO, F.; MORAES, D.R.; FARIAS, P.S. **Distintos enfoques sobre os esteroides anabólicos**: Riscos para a saúde e hipermasculinidade. **Interface - Comunic., Saude, Educ.** 2011.

CECCHETTO, F.; FARIAS, P.; CORREA, J. **Corpo e gênero no tatame**: uma análise do material publicado em uma revista especializada em artes marciais. In: SEMINÁRIO INTERNACIONAL FAZENDO GÊNERO, 9., 2010, Florianópolis. **Anais...** Florianópolis: UFSC, 2010. Disponível em: http://www.fazendogenero.ufsc.br/9/resources/anais/1278268420_ARQUIVO_Artigoanabolizante_s3006.2.pdf. Acesso em: 30 maio.2014.

CHAPMAN, D. L. **Sandow the magnificent: Eugen Sandow and the beginnings of bodybuilding**. University of Illinois Press, 1994.

COLGAN, M. **Optimum sports nutrition: your competitive edge**. New York: Advanced Research, 1993.

COOL, C.; PALACIOS, J.; MARCHESI, A. **Desenvolvimento psicológico e educação**. Porto Alegre: Artes Médicas, Psicologia Evolutiva, v. 1, (1995).

COSTA, Allan José Silva da. Musculação e qualidade de vida. In Revista Virtual EFARTIGOS. Vol. 02, nº 03, Natal, 2004.

COSTA, M. G. **Ginástica localizada**. Rio de Janeiro: Sprint Editora, 1996.

COSTA, S.B., PALAFOX, G.H.M. **Características especiais da ginástica de academia no seu processo evolutivo no Brasil**. Revista da Educação Física/UEM, Maringá, v.4, n.1, p.54-60, 1993.

CRISTINO, A. P. R. *et al.* A compreensão da estética na formação inicial em Educação Física licenciatura. **Educación Física y Deporte Revista Digital**, Buenos Aires, v. 13, n. 121, jun. 2008. Disponível em: <http://www.efdeportes.com/efd121/a-comprensao-da-estetica-na-formacao-inicial-em-educacao-fisica.htm>. Acesso em: 10 out. 2013.

CUNHA, A. C. Os conteúdos físico-esportivos no lazer em academias: atividade ou passividade?. In. MARCELLINO, N. C. (Org.). **Lúdico, educação e Educação Física**. 2ª ed. Ijuí: Editora Unijuí, p.149-159, 2003.

DACOSTA, L. (ORG.). Atlas do Esporte no Brasil. Rio de Janeiro. CONFEF. 2006.

DALEY, C. The strongman of eugenics, Eugen Sandow. **Australian Historical Studies**, v. 33, n. 120, p. 233-248, 2002. ISSN 1031-461X.

DE ROSE JR., D.; KORSAKAS, P. O processo de competição e o ensino do desporto. In: TANI, G.; BENTO, J. O.; PETERSEN, R.D.S. **Pedagogia do Desporto**. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, p. 251-261, (2006).

DECI, E. L.; RYAN, R. M. **Intrinsic motivation and self-determination in human behavior**. New York: Plenum Press, 1985.

DSAY, C. L. Bodybuilding: A postmodern freak show. **Freakery: Cultural spectacles of the extraordinary body**, p. 356, . ISSN 0814782221, 1996.

EBBECK, V.; STUART, M. E. Predictors of self-esteem with youth basketball players. **Pediatric Exercise Science**, v. 8, p. 368-378, ISSN 0899-8493, 1996.

EIDELWEIN, B.; NUNES, M. S. Esporte na Educação Física escolar e sua importância na sociabilização. **Educación Física y Deporte Revista Digital**, Buenos Aires, v. 15, n. 147, ago. 2010. Disponível em: <http://www.efdeportes.com/efd147/esporte-na-educacao-fisica-escolar.htm>. Acesso em: 02 dez. 2013.

FONTANA, P. S. **A motivação na ginástica rítmica**: um estudo descritivo correlacional entre dimensões motivacionais e autodeterminação em atletas de 13 a 16 anos. Dissertação (Mestrado). Porto Alegre, Universidade Federal do Rio Grande do Sul, 2010.

FRANKE, W. W.; BERENDONK, B. Hormonal doping and androgenization of athletes: a secret program of the German Democratic Republic government. **Clinical chemistry**, v. 43, n. 7, p. 1262-1279, ISSN 0009-9147, 1997.

FRANKS, B. What is stress? **Quest**, v. 46, n. 1, p. 1-7, 1994.

- FRIZON, F.; MACEDO, S.; YONAMINE, M. Uso de esteróides andrógenos anabólicos por praticantes de atividade física das principais academias de Erechim e Passo Fundo/RS. **Revista de Ciências Farmacêuticas Básica e Aplicada**, v. 26, n. 3, p. 227-232, ISSN 2179-443X, 2009.
- FRIZON, F.; MACEDO, S.; YONAMINE, M. Uso de esteróides andrógenos anabólicos por praticantes de atividade física das principais academias de Erechim e Passo Fundo/RS. **Revista de Ciências Farmacêuticas Básica e Aplicada**, v. 26, n. 3, p. 227-232, ISSN 2179-443X, 2009.
- GALLAHUE, D. L. e OZMUN, J. C. **Compreendendo o desenvolvimento motor**, 2005.
- GALLAWAY, S. **The steroid bible**. Belle, ISBN 1890342009, 1997.
- GIANOLLA, F. **Musculação: conceitos básicos**. Barueri, SP: Manole, 2003.
- GIANOLLA, Fábio. **História da musculação** [2000]. Disponível em: <<http://www.nabba.com.br/musculacao3.asp>>. Acesso em: 29 out 2013.
- GODOY, E. S. **Musculação e fitness**. Rio de Janeiro: Sprint, 1994.
- HARCOURT, E. **What leads to negative side effects**. (2000). Disponível em: www.anabolics.com
Acesso em: 28 set, 2013.
- HARTER, S.; YOUNIE, S. **The determinants and mediational role of global self-worth in children**. 1987.
- HOMEGYMSONLINE disponível em: <http://www.homegymsonline.info/joe-weider-his-fitness-legacy/>. Acesso em: ago 2013.
- INÁCIO, F. et al. Levantamento do uso de anabolizantes e suplementos nutricionais em academias de musculação. **Mov Percepção**, v. 9, p. 287-99, 2008.
- INTERNACIONAL FAZENDO GÊNERO, 9., 2010, Florianópolis. **Anais...** Florianópolis: UFSC, 2010. Disponível em: <http://www.fazendogenero.ufsc.br/9/resources/anais/1278268420_ARQUIVO_Artigoanabolizantes3006.2.pdf>. Acesso em: 28, set.2013.
- IRIART, J. A. B.; CHAVES, J. C.; ORLEANS, R. G. D. Body cult and use of anabolic steroids by bodybuilders. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 25, n. 4, p. 773-782, ISSN 0102-311X. 2009.
- LAMB, D. R. O uso abusivo de esteróides anabolizantes no esporte. **Nutrição no Esporte**, v. 5, 1996.
- LENS, W. **Cognition in human motivation and learning**. Leuven, Hillsdale: Leuven University & Lawrence Erlbaum Associates Inc, 1981.
- LENS, W. La signification motivationnelle de la perspective future. **Revue québécoise de psychologie**, vol. 14, n.1, pp.69-83, jan./mai. 1993.
- MARCELLINO N. C. Academias de ginástica como opção de lazer. **Revista Brasileira Ciência e Movimento**, Taguatinga, v. 11, n. 2, p. 49-54, 2003.

- MARCONI, M. A.; LAKATOS, E. M. **Fundamentos de metodologia científica**. 6 ed. São Paulo: Atlas, 2006.
- MARQUES, A. T.; GAYA, A. Atividade física, Aptidão física e Educação para a Saúde: Estudos na Área Pedagógica em Portugal e no Brasil. **Revista Paulista de Educação Física**, São Paulo, v. 13, n. 1, p. 83-102, 1999.
- MARQUES, A. T.; OLIVEIRA, J. M.. O treino dos jovens desportistas. Actualização de alguns temas que fazem a agenda do debate sobre a preparação dos mais jovens. **Revista Portuguesa de Ciências do Desporto**, Porto, v. 1, n. 1, p. 130-137, 2001.
- MARSH, H. W.; SUTHERLAND REDMAYNE, R. A multidimensional physical self-concept and its relations to multiple components of physical fitness. **Journal of Sport and Exercise Psychology**, v. 16, p. 43-43, ISSN 0895-2779, 1994.
- MARTINS, C. O.; JESUS, J. F. Estresse, Exercício Físico, Ergonomia e Computador. **Revista Brasileira de Ciências do Esporte**, v. 21, n. 1, p. 807-813, 1999.
- McDONALD, D.; HODGOON, J. **Psychological effects of aerobic fitness training**. New York: Springer-Verlag, 1991.
- MILLAR, A. P. "Drugs in sports". In: The journal of performance enhancing drugs. V.1, n. 3, p. 106-12, 1996.
- MURER, E. BAHRKE, M. S.; YESALIS III, C. E.; WRIGHT, J. E. Psychological and behavioural effects of endogenous testosterone levels and anabolic-androgenic steroids among males. **Sports Medicine**, v. 10, n. 5, p. 303-337, ISSN 0112-1642, 1990.
- NETO, W. M. G. **Musculação: anabolismo total**. Rio de Janeiro: Shape, 2007.
- NIEMAN, D. C. **Exercício e saúde: teste e prescrição de exercícios**. 6ª Ed. Barueri, São Paulo: Manole, 2011.
- NOVAES, E.V. Qualidade de vida, atividade física, saúde e doença. In: VOTRE, S.J. (Org.) **Cultura, atividade corporal e esporte**. Rio de Janeiro: Ed. Central da Universidade Gama Filho, p.175-186, 1996.
- NOVAES, J.S.; NOVAES, G.S.; LOVISOLO, H.R. Metáforas gímnicas e valores orientadores da educação física em academias. In: RESENDE, H.G., VOTRE, S.J. **Ensaio sobre educação física, esporte e lazer: tendências e perspectivas**. Rio de Janeiro: SBDEF: UGF, p. 103-14, 1994.
- NOVAES, J.S. **Ginástica em academia no Rio de Janeiro: uma pesquisa histórico-descritiva**. Rio de Janeiro: Sprint, 100p, 1991.
- NUNOMURA, M.; TEIXEIRA, L. A. C.; CARUSO, M. R. F. Nível de estresse em adultos após 12 meses de prática regular de atividade física. **Revista Mackenzie de Educação Física e Esporte**, v. 3, n. 3, p. 125-134, 2004.

NUTTIN, J. **Motivation et perspective d'avenir**. Louvain: Presses Universitaires de Louvain, 1980b.

NUTTIN, J. R.; LENS, W. **Future time perspective and motivation: Theory and research method**. Leuven University Press & Erlbaum, ISBN 9061861721, 1985.

PEDRO, A. B. A. **A influência motivacional da música em praticantes de ginástica localizada em juiz de fora**. Trabalho de Conclusão de Curso. Universidade Federal de Juiz de Fora, 2009.

PEREIRA, F.M. **Dialética da cultura física**: introdução à crítica da educação física, do esporte e da recreação. São Paulo: Ícone, p.148-156, 1988.

PEREIRA, M.M.F. **Academia**: estrutura técnica e administrativa. Rio de Janeiro: Sprint, 200p, 1996.

PIRES, E. A. G.; DUARTE, M. F. S.; PIRES, M. C.; SOUZA, G. S. Hábitos de atividade física e o estresse em adolescentes de Florianópolis – SC, Brasil. **Revista Brasileira de Ciência e Movimento**, Brasília, v. 12, n. 1, p. 51-56, jan/mar, 2004.

PIRES, E. A. G.; PIRES, M. C.; PETROSKI, É. L. Adiposidade Corporal, Padrão de Comportamento e Estresse em Adolescentes. **Revista Brasileira de Cineantropometria e Desempenho Humano**, v. 4, n. 1, p. 7-16, 2002.

POPE JR, H.; KATZ, D. Bodybuilder's psychosis. **The Lancet**, v. 329, n. 8537, p. 863, ISSN 0140-6736, 1987.

POPE, H. G.; KATZ, D. L. Homicide and near-homicide by anabolic steroid users. **Journal of Clinical Psychiatry**, ISSN 0160-6689, 1990.

PRAZERES, M. V. **A prática da musculação e seus benefícios para a qualidade de vida**: Florianópolis 2007.

RAMOS, J. J. **Exercícios Físicos Na História E Na Arte**. Ibrasa, ISBN 8534802068, 1983.

ROCHA, C. C. M. **A motivação de adolescentes do ensino fundamental para a prática da educação física escolar**. Dissertação (Mestrado em Psicologia do Desporto) – Universidade Técnica de Lisboa, Faculdade de Motricidade Humana, 2009.

ROCHA, K. F. Motivos de adesão à prática de ginástica de academia. **Motricidade**. Santa Maria da Feira, v.4 n.3, 2008.

RODRIGUES, C. E. C., CARNAVAL, P. E. **Musculação**: teoria e prática. Rio de Janeiro: Sprint, 1985.

ROJAS, P. N. C. **Aderência aos Programas de Exercícios Físicos em Academias de Ginástica na Cidade de Curitiba – PR**. Dissertação (Mestrado), Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, 2003.

RUEL, P. H. Motivation et représentation de soi. **Revue des sciences de l'éducation**, v. 13, p. 239-260, 1987.

RUEL, P.H. **La problématique de la adaptation scolaire et la motivation**. Revue des sciences de l'éducation, 10(2), 247-260, (1984).

RYAN, R. M. *et al.* Intrinsic motivation and exercise adherence. **International Journal of Sport Psychology**, Roma, v. 28, p. 335-354, 1997.

RYAN, R. M.; DECI, E. L. Intrinsic and Extrinsic Motivations: classic definitions and new directions. **Contemporary Educational Psychology**, v. 25, n. 1, p. 54-67, January, 2000a.

RYAN, R. M.; DECI, E. Self-Determination Theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. **American Psychologist**, v. 55, n.1, p. 68-78, jan. 2000b.

SAGE, G. The Effects of Physical Activity on the Social Development of Children. **Effects of Physical Activity on Children**, 19, 22-29. (1986).

SALDANHA, R. P. *et al.* A motivação à prática regular de atividades físicas: um estudo sobre a estética em adolescentes do sexo feminino. **Coleção Pesquisa em Educação Física**, v. 6, n. 2, 2007.

SALOMON, D. V. **Como fazer uma monografia**. 12 ed. São Paulo: Editora WMF Martins Fontes, 2010.

SALVADOR, A. D. **Métodos e técnicas bibliográficas**. 11 ed. Porto Alegre: Sulina, 1986.

SAMPEDRO, L. B. R. **Dimensões motivacionais associadas à prática regular de atividades físicas e esportivas na educação física escolar**. Dissertação (Mestrado). Porto Alegre, Universidade Federal do Rio Grande do Sul, 2012.

SANDOVAL, J. R. G.; TUBIO, J. C. C. La motivación hacia la práctica deportiva em adolescentes mexicanos: inicio, mantenimiento y abandono. **Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte**, v. 2, n. 1, p. 41-60, 2007.

SANTAREM, J. M. Drogas anabolizantes: Situação atual (1999). Disponível em: www.saude total.com/cecafi.

SANTOS, A. M. **Mundo Anabolico**. Editora Manole Ltda, ISBN 8520425364, 2007.

SENE, R. F.; GARBELLOTO, T.; GAYA, A.; ALONSO, J. L. L. Modalidades esportivas e fatores motivacionais que levam pessoas da terceira idade a prática de exercício físico. **Educación Física y Deporte Revista Digital**, Buenos Aires, v. 16, n. 156, maio, 2011. Disponível em: <http://www.efdeportes.com/efd156/fatores-motivacionais-da-terceira-idade.htm>. Acesso em: 19 dez, 2012.

SHIELDS, D. L. L.; BREDEMEIER, B. J. L. **Character development and physical activity**. Human Kinetics Publishers, ISBN 0873227115, 1995.

SILVA, A. M. A. C. Reconnectando a sociabilidade on-line e off-line: trajetórias, formações de grupos e poder em canais geográficos na Internet Relay Chat (IRC). In: GONZÁLES, F. J. Sociabilidade e práticas corporais: leitura de uma relação. In: STIGGER, M. P.; GONZÁLEZ, F. J.;

SILVEIRA, R. O **Esporte na Cidade: Estudos sobre sociabilidades esportivas em espaços urbanos**. Porto Alegre: UFRGS, 2007.

SILVA, L. S. M. F.; MOREAU, R. L. D. M. Uso de esteróides anabólicos androgênicos por praticantes de musculação de grandes academias da cidade de São Paulo. **Revista Brasileira de Ciências Farmacêuticas**, v. 39, n. 3, p. 327-333, ISSN 1516-9332, 2003.

SILVA, R. B.; MATIAS, T. S.; VIANA, M. S.; ANDRADE, A. Relação da prática de exercícios físicos e fatores associados às regulações motivacionais de adolescentes brasileiros. **Motricidade**, vol. 8, n. 22, p. 8-21, 2012.

SUPER INTENSO. Disponível em: <http://superintenso.wordpress.com/2010/01/26/a-historia-e-a-evolucao-da-musculacao/>. Acesso em: 17 out, 2013.

TAMAYO, A. Prioridades axiológicas, atividade física e estresse ocupacional. **Revista de administração contemporânea**, v. 5, n. 3, p. 127-147, 2001.

TEIXEIRA, R. G.; BALBINOTTI, C. A. A. Análise dos fatores motivacionais para a prática do voleibol em adolescentes de clubes especializados e de programas sociais da prefeitura de Porto Alegre. **Educación Física y Deporte Revista Digital**, Buenos Aires, v.14, n. 141, fev. 2010. Disponível em: <http://www.efdeportes.com/efd141/fatores-motivacionais-para-a-pratica-do-voleibol.htm>. Acesso em: 16 mar. 2013.

VALLERAND, R. J.; THILL, E. E. Introduction au concept de motivation. **Introduction à la psychologie de la motivation**, p. 3-39, 1993.

VILARTA, ROBERTO. Saúde coletiva e atividade física: conceitos e aplicações dirigidos à graduação em educação física / Roberto Vilarta (org). 1º ed. Campinas: ipes editorial, 2007.

Viver em equilíbrio. disponível em: http://viveremequilibrio.com.br/coluna_detalle.php?coluna=32. Acesso em out, 2013.

WANKEL, L. The Importance of Enjoyment to Adherence and Psychological Benefits from Physical Activity. **International Journal of Sport Psychology**, Roma, v. 24, n. 2, p. 151-169, 1993.

WEINBERG, R. S.; GOULD, D. **Fundamentos da psicologia do esporte e do exercício**. Porto Alegre: Artmed, 2001.

WEINBERG, R.S.; GOULD, D. **Foundations of sport and exercise psychology**. Champaign: Human Kinetics, p.95-114, 1999.

WEISS, M. R.; HORN, T. S. Articles: Psychology. **Research Quarterly for Exercise and Sport**, v. 61, n. 3, p. 250-258, ISSN 0270-1367, 1990.

WEISS, M.R.; CHAUMETON, N. **Motivational orientations in sport**. In T.S. Horn (Ed.), *Advances in sport psychology* (pp. 61-99). Champaign, IL: Human Kinetics, (1992).

YESALIS, C. E.; BAHRKE, M. S. Doping among adolescent athletes. **Baillieres Best Pract Res Clin Endocrinol Metab**, v. 14, n. 1, p. 25-35, Mar 2000. Disponível em: < <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/10932808> >. Acesso em: 17 março, 2014.

YESALIS, C. E.; COWART, V. S. **The steroids game**. Human Kinetics Champaign, IL, ISBN 0880114940, 1998.

YESALIS, C. E.; COWART, V. S. **The steroids game: an expert's inside look at anabolic steroid use in sport**. Champaign, Human Kinetics, 1998.