'Deporte Seguro' y Abuso de Esteroides Anabolizantes: Consecuencias y Presión en Redes Sociales

Los esteroides anabolizantes (AAS) son sustancias que imitan los efectos de la testosterona y que tienen determinadas aplicaciones médicas. No obstante, el abuso de estas sustancias sin supervisión sanitaria por parte de la población para aumentar la masa muscular o mejorar la apariencia física causa una preocupación que ha llegado al ámbito institucional.



Fuente: chatgpt

En enero de 2026, el Ayuntamiento de València ha presentado una campaña con el título de 'Deporte Seguro' que tiene por objetivo concienciar acerca de los peligros de los esteroides anabolizantes y otras sustancias dopantes. Para ello, pretende llegar a la población fomentando una imagen corporal positiva, ofreciendo alternativas que promuevan la mejora personal que no conlleve riesgos y reforzando la autoestima. La iniciativa se planteó a raíz de un estudio de la Universidad de Valencia (Agulló-Calatayud et al., 2019), que puso el foco en el acceso a estas sustancias y en la influencia de los ideales físicos difundidos en internet. El objetivo del estudio es examinar la proporción de

estudiantes de secundaria que reporten uso de AAS, así como uso de otras drogas y determinar el perfil sociodemográfico del consumo de AAS en estudiantes valencianos. Algunos puntos clave que motivaron el proyecto fueron el consumo en menores, ya que, en la muestra representativa de 11.162 estudiantes, con una media de edad de 16.26 años, un 3.3 % habían consumido AAS. Se especificó un mayor consumo en chicos (86.2%) frente a las chicas (13.8%). Aparte, se destacaron los gimnasios como focos de consumo y la facilidad de acceso a estas sustancias mediante los mercados negros digitales.

Un factor actual influyente en el consumo de AAS son las comunidades virtuales. Esto se debe a las fotos de transformaciones físicas, rutinas de gimnasio y vídeos, que promocionan resultados instantáneos y contribuyen a normalizar ideales de belleza que pueden generar insatisfacción corporal, se convierten en tendencia en las redes sociales. Ganson et al. (2026) investigaron la asociación entre el uso de redes sociales, tiempo en pantalla e intención de uso de AAS en una muestra de 1.515 hombres que no habían usado estas sustancias. Los resultados destacaban que a mayor tiempo pasado en redes sociales y, en menor medida, navegando en internet, había una asociación significativa a una mayor intención de utilizar AAS en algún momento. Además, la adicción a las redes sociales, la exposición a contenidos que muestran cuerpos musculados y las comparaciones corporales en estas plataformas se asocian de forma independiente con una mayor intención de consumir esteroides anabolizantes. Por tanto, este estudio destaca la importancia no solamente de la duración, sino del contenido y contexto de las redes sociales con las que se interactúa.

Un grupo especialmente vulnerable al uso extremo de AAS son los culturistas o 'bodybuilders', ya que el consumo puede estar motivado por el deseo de incrementar el valor simbólico y social del cuerpo. La importancia atribuida a la apariencia física puede llevar a estos individuos a racionalizar los riesgos para la salud en favor de alcanzar ciertos objetivos estéticos. Dentro de este contexto, los esteroides anabolizantes se asocian, más allá de su función fisiológica, con ideales de belleza, rendimiento y reconocimiento social. Este pensamiento colabora a normalizar el consumo y favorece el desarrollo de mercados informales y no regulados. Siguiendo esta línea, Çakmak (2026) ha publicado un estudio que destaca cómo en estas situaciones el cuerpo adquiere un valor simbólico sostenido por los significados culturales y sociales que se le asocian. Aparte, la investigación

relaciona esta dinámica con patrones de consumo problemático y adictivo de AAS.

Este uso problemático de los AAS conlleva una serie de consecuencias que se padecen tanto a nivel físico como psicológico. Por un lado, Pahlavani & Veisi (2025) muestran repercusiones como daños hepáticos, alteraciones hormonales, daños al riñón y afecciones al cerebro, como anomalías en los neurotransmisores. Especialmente, este abuso causa un gran impacto en el sistema cardiovascular y los vasos sanguíneos.

Por otro lado, algunas de las consecuencias psicológicas son declive cognitivo, deterioro de la memoria (Pahlavani & Veisi, 2025), problemas en la calidad y frecuencia del sueño y malestar psicológico (Klonteig et al., 2024). Sumado a esto, una revisión sistemática elaborada por Çinaroglu & Yilmazer (2025) investigó la dismorfia muscular (DM) con el uso de AAS. La DM es un trastorno de imagen corporal caracterizado por una preocupación obsesiva con la musculatura y compulsiones como son ejercicio excesivo, dieta rígida y constante comprobación corporal. Esta revisión concluye que el abuso de AAS se relaciona con la dismorfia muscular, problemas de imagen corporal y psicopatología obsesivo-compulsiva.

Referencias

Agulló Calatayud, V., Samper Gras, T., Aguilar Serrano, J., & Tomás Dols, S. (2019). The epidemiology of anabolic-androgenic steroids use among secondary students (Valencia-Spain). *Health and Addictions/Salud y Drogas*, 19(2), 1-7. https://doi.org/10.21134/haaj.v19i2.423

Ayuntamiento de Valencia. (2026). Deporte seguro. https://www.valencia.es/cas/actualidad/-/content/presentaci%C3%B3n-campa%C3%B1a-deporte-seguro-*sensibilitazaci%C3%B3-anabolizantes

Çakmak, M. N. (2026). The Political Economy of the Body as Sign: A Sociological Study on Supplement Addiction among Bodybuilding–Fitness Practitioners. *Journal Of Economy Culture And Society*, 0(73), 123-146. https://doi.org/10.26650/jecs2026-1816755

Çınaroğlu, M., & Yılmazer, E. (2025). Muscle Dysmorphia, Obsessive–Compulsive Traits, and Anabolic Steroid Use: A Systematic Review and Meta-Analysis. *Behavioral Sciences*, 15(9), 1206. https://doi.org/10.3390/bs15091206

Ganson, K. T., Piatkowski, T., Testa, A., He, J., & Nagata, J. M. (2026). Social media engagement and anabolic-androgenic steroid use intentions among boys and men in Canada and the United States. *Body Image*, 57, 102057. https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2026.102057

Klonteig, S., Scarth, M., & Bjørnebekk, A. (2024). Sleep pathology and use of anabolic androgen steroids among male weightlifters in Norway. *BMC Psychiatry*, 24(1), 62. https://doi.org/10.1186/s12888-024-05516-6

Pahlavani, H. A., & Veisi, A. (2025). Possible consequences of the abuse of anabolic steroids on different organs of athletes. *Archives Of Physiology And Biochemistry*, 131(3), 393-409. https://doi.org/10.1080/13813455.2025.2459283