

Gli ormoni anabolizzanti: perché occorre evitarli? Risponde Danilo Centrella urologo e andrologo

Pubblicato: Venerdì 25 Febbraio 2022



A [Pillole della Salute](#) oggi parliamo di **ormoni anabolizzanti** come il testosterone o il nandrolone. Sono termini che tornano ciclicamente nelle notizie legate allo sport malato. **Ma cosa sono esattamente? Come funzionano e perché occorre evitarli?**

Risponde il **Dottor Danilo Centrella** medico chirurgo specialista urologia e andrologia e direttore della struttura complessa di urologia del Verbano Cusio Ossola.

Chi di noi, appassionato di Olimpiadi, ricorderà le atlete della Germania dell'est, quando uscivano e facevano le competizioni. Hanno vinto tutto negli anni tra il '65 e il '90, fino alla caduta di Berlino. Si vedevano queste grosse atlete muscolose. Addirittura ce n'era una si chiamava [Heidi Krigher](#) che ha vinto lanciando il peso a più di 20 metri. Un'impresa incredibile per questa ragazza. Le atlete della DDR hanno vinto 400 medaglie, più degli Stati Uniti e più della Russia in quegli anni. Non si capiva come fosse possibile. Poi, alla caduta del muro di Berlino, si è capito, e ci sono molti studi scientifici che dimostrano che le atlete erano in realtà delle cavie per la sperimentazione dell'utilizzo del testosterone, questo ormone anabolizzante.

Cosa sono gli ormoni? Gli ormoni sono delle **molecole**, prodotte dal nostro organismo. Sono dei **messaggeri** che mandano un messaggio al corpo per rispondere alle sollecitazioni del mondo esterno. Per esempio regolano il calore, lo stress, la pressione del sangue, l'umore, le pulsioni sessuali. Insomma sono estremamente importanti e sono prodotti da **diverse ghiandole** con l'ipotalamo, l'ipofisi, la tiroide, il surrene, il pancreas, i testicoli nell'uomo e l'ovaio nelle donne.

La caratteristica di questi ormoni è il fatto che quando aumentano molto, il nostro organismo li limita automaticamente, quindi c'è **una regolazione naturale**. Quando sono in **deficienza** è la scienza che dà una risposta con gli **ormoni sintetici** che possono aiutare nello sviluppo e nella regolazione del nostro organismo.

Purtroppo, la natura umana cerca sempre delle scorciatoie e quindi vengono utilizzati anche in maniera incongrua. Si danno gli ormoni per aumentare le prestazioni. Gli ormoni anabolizzanti, soprattutto il testosterone, il nandrolone, ma anche la **eritropoietina**, gli insulini utilizzano le proteine per **aumentare la massa magra, ridurre la massa grassa e aumentare la resistenza alla fatica**, quindi nello sport, soprattutto nello sport agonistico in passato e, adesso, anche in quello non agonistico.

Pensate che c'è uno studio che dice che basta una sola dose di testosterone o di nandrolone per **ridurre la produzione del nostro corpo del testosterone**, quindi determinano **un'ipotrofia o atrofia**, quindi una diminuzione della produzione dei testicoli, un rimpicciolimento dei testicoli e gravi danni per la sessualità e per la fertilità dell'uomo.

Ma, poi, si è visto da un ulteriore studio scientifico effettuato su migliaia di ragazzi che utilizzano gli anabolizzanti, che questi ormoni, alla fine, **danno un danno permanente di varia natura** che può essere la **ginecomastia**, cioè un aumento del seno, la **perdita di capelli**, la **diminuzione o alterazione del tono dell'umore** con un'aggressività del soggetto, perfino la **sterilità maschile e femminile**. Danni negli **adolescenti** si riscontrano nella crescita delle ossa.

C'è una una leggenda, quella di Icaro figlio di Dedalo, fuggito con delle ali di cera dal labirinto della Grecia. Il figlio sfida la natura umana, si avvicina al sole, ma le ali di cera si sciolgono e cade. Questo ci insegna che bisogna rispettare la natura umana e gli insegnamenti della scienza. **Soprattutto rispettare il limite del corpo umano.**

Quindi sappiate che se utilizzate testosterone, o se avete utilizzato il testosterone o altri anabolizzanti, dovete rivolgervi al vostro medico di base, all'endocrinologo, agli specialisti come l'urologo o il ginecologo per la donna. **Evitate anche quello che viene detto uso responsabile** di questo ormone perché non esiste un uso responsabile. I preparatori atletici che ve lo propongono, dicendo che in realtà è solo un uso moderato, sono soltanto dei faccendieri. C'è una legge molto seria, quella del 2000 che prevede anche una condanna penale, fino al carcere da 3 anni, a chi cerca di somministrarli. Quindi è molto importante considerare il proprio corpo un tempio e il tempio deve essere salvaguardato per godere i benefici per molti anni.

Per chi volesse approfondire o prendere appuntamento con il dottor Dottor Danilo Centrella medico chirurgo specialista urologia e andrologia e direttore della struttura complessa di urologia del Verbano Cusio Ossola può visitare il sito www.danilocentrella.it

Redazione VareseNews

redazione@varesenews.it