




## **Repercussões clínicas da automedicação com corticoides para fins estéticos e esportivos**

*Clinical Repercussions of Self-Medication With Corticosteroids for Aesthetic and Sports Purposes*

*Repercusiones clínicas de la automedicación con corticosteroides con fines estéticos y deportivos*

 <https://doi.org/10.5281/zenodo.20173326>

**Rebecca Alves Dávila**

*Graduanda em Medicina*

*Universidade Anhanguera-UNIDERP, Campo Grande, Brasil*

*e-mail: [rebecca-davila@hotmail.com](mailto:rebecca-davila@hotmail.com)*

**Gabriela Hitomi Ohara**

*Graduanda em Medicina*

*Universidade UniCesumar, Corumbá, Brasil*

*e-mail: [gabrielahohara@gmail.com](mailto:gabrielahohara@gmail.com)*

- **Tipo de Estudo:** Estudo de revisão bibliográfica
- **Recebido:** 05/05/2026
- **Aceito:** 08/05/2026
- **Publicado:** 13/05/2026



*This work is licensed under a [Creative Commons Attribution 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/), and a [LOCKSS](https://www.lockss.org/) system.*



## RESUMO

**Introdução:** A automedicação com corticosteroides para fins estéticos e esportivos vem crescendo significativamente nos últimos anos, especialmente entre adultos jovens e praticantes de atividades físicas. A busca por hipertrofia muscular, emagrecimento rápido e melhora estética favorece o uso indiscriminado dessas substâncias, muitas vezes sem acompanhamento médico adequado. Apesar dos efeitos temporários percebidos pelos usuários, os glicocorticoides podem desencadear importantes repercussões clínicas sistêmicas. **Objetivo:** Analisar as principais repercussões clínicas associadas à automedicação com corticosteroides em contextos estéticos e esportivos. **Metodologia:** Trata-se de uma revisão narrativa da literatura, de caráter qualitativo e descritivo, realizada nas bases PubMed, Scielo, Google Scholar e ScienceDirect entre março e maio de 2026. Foram incluídos estudos publicados entre 2016 e 2026 relacionados ao uso indiscriminado de corticosteroides e suas complicações sistêmicas. Ao final da seleção, 8 estudos compuseram a análise final. **Resultados:** As principais complicações observadas envolveram resistência insulínica, diabetes mellitus secundário, hipertensão arterial, síndrome de Cushing iatrogênica, imunossupressão, osteoporose, alterações psiquiátricas e supressão do eixo hipotálamo-hipófise-adrenal. Também foram descritos aumento do risco cardiovascular, alterações dermatológicas e agravamento de lesões musculoesqueléticas devido ao mascaramento da dor e da inflamação. A associação com outras substâncias ergogênicas potencializou os efeitos adversos sistêmicos. **Conclusões:** A automedicação com corticosteroides representa um importante problema de saúde pública devido às repercussões clínicas progressivas e frequentemente silenciosas associadas ao uso indiscriminado dessas substâncias. Estratégias educativas, prevenção e ampliação da conscientização tornam-se fundamentais para redução dos riscos relacionados a essa prática.

**Palavras-chave:** Corticosteroides; Automedicação; Medicina Esportiva; Síndrome de Cushing; Complicações Metabólicas.

## ABSTRACT

*Introduction: Self-medication with corticosteroids for aesthetic and sports purposes has increased significantly in recent years, especially among young adults and physically active individuals. The search for muscle hypertrophy, rapid weight loss, and body enhancement has encouraged the indiscriminate use of these substances, often without proper medical supervision. Despite temporary perceived benefits, glucocorticoids may trigger important systemic clinical repercussions. Objective: To analyze the main clinical repercussions associated with self-medication with corticosteroids in aesthetic and sports contexts. Methodology: This is a qualitative and descriptive narrative literature review conducted in the PubMed, Scielo, Google Scholar, and ScienceDirect databases between March and May 2026. Studies published between 2016 and 2026 addressing indiscriminate corticosteroid use and its systemic complications were included. At the end of the selection process, 8 studies composed the final analysis. Results: The main complications identified included insulin resistance, secondary diabetes mellitus, arterial hypertension, iatrogenic Cushing syndrome, immunosuppression, osteoporosis, psychiatric disorders, and suppression of the hypothalamic-pituitary-adrenal axis. Increased cardiovascular risk, dermatological alterations, and worsening of musculoskeletal injuries due to masking of pain and inflammation were also reported. The concomitant use of other ergogenic substances intensified systemic adverse effects. Conclusions: Self-medication with corticosteroids represents an important public health issue due to the progressive and often silent clinical*



*repercussions associated with indiscriminate use. Educational strategies, prevention, and increased awareness are essential to reduce risks related to this practice.*

**Keywords:** *Corticosteroids; Self-Medication; Sports Medicine; Cushing Syndrome; Metabolic Complications.*

### **RESUMEN**

*Introducción: La automedicación con corticosteroides con fines estéticos y deportivos ha aumentado significativamente en los últimos años, especialmente entre adultos jóvenes y personas físicamente activas. La búsqueda de hipertrofia muscular, pérdida rápida de peso y mejora corporal ha favorecido el uso indiscriminado de estas sustancias, muchas veces sin supervisión médica adecuada. A pesar de los beneficios temporales percibidos, los glucocorticoides pueden desencadenar importantes repercusiones clínicas sistémicas. Objetivo: Analizar las principales repercusiones clínicas asociadas a la automedicación con corticosteroides en contextos estéticos y deportivos. Metodología: Se trata de una revisión narrativa de la literatura, de carácter cualitativo y descriptivo, realizada en las bases de datos PubMed, Scielo, Google Scholar y ScienceDirect entre marzo y mayo de 2026. Se incluyeron estudios publicados entre 2016 y 2026 relacionados con el uso indiscriminado de corticosteroides y sus complicaciones sistémicas. Al final del proceso de selección, 8 estudios integraron el análisis final. Resultados: Las principales complicaciones identificadas incluyeron resistencia a la insulina, diabetes mellitus secundaria, hipertensión arterial, síndrome de Cushing iatrogénico, inmunosupresión, osteoporosis, alteraciones psiquiátricas y supresión del eje hipotálamo-hipófisis-adrenal. También se describieron aumento del riesgo cardiovascular, alteraciones dermatológicas y agravamiento de lesiones musculoesqueléticas debido al enmascaramiento del dolor y de la inflamación. Conclusiones: La automedicación con corticosteroides representa un importante problema de salud pública debido a las repercusiones clínicas progresivas y frecuentemente silenciosas asociadas a su uso indiscriminado. Las estrategias educativas, la prevención y el aumento de la concientización son fundamentales para reducir los riesgos relacionados con esta práctica.*

**Palabras clave:** *Corticosteroides; Automedicación; Medicina Deportiva; Síndrome de Cushing; Complicaciones Metabólicas.*

## **1. INTRODUÇÃO**

A automedicação com corticosteroides tem se tornado uma prática cada vez mais frequente entre indivíduos que buscam melhora estética, hipertrofia muscular, redução de gordura corporal e aumento de desempenho físico. Esses fármacos, originalmente indicados para condições inflamatórias, autoimunes e alérgicas, passaram a ser utilizados de forma indiscriminada em ambientes esportivos, academias e até em protocolos estéticos divulgados nas redes sociais, muitas vezes sem acompanhamento médico adequado. A facilidade de acesso a essas substâncias, associada à



disseminação de informações não científicas na internet, contribui para o crescimento do uso irracional de corticosteroides em diferentes faixas etárias.(1)

No contexto esportivo, corticosteroides são frequentemente utilizados com o objetivo de acelerar recuperação muscular, reduzir dor pós-treino e permitir maior intensidade de treinamento. Em procedimentos estéticos, algumas formulações são empregadas de maneira inadequada para redução de edema, perda ponderal rápida e melhora temporária da aparência corporal. Entretanto, apesar dos benefícios momentâneos percebidos pelos usuários, o uso prolongado ou indiscriminado dessas medicações pode desencadear importantes repercussões sistêmicas.(2)

Entre as principais complicações associadas ao uso crônico destacam-se síndrome de Cushing iatrogênica, hipertensão arterial, resistência insulínica, diabetes mellitus secundário, osteoporose, supressão do eixo hipotálamo-hipófise-adrenal e aumento do risco infeccioso. Além disso, alterações neuropsiquiátricas como ansiedade, insônia, irritabilidade, labilidade emocional e episódios depressivos têm sido descritas com frequência crescente em usuários crônicos. Em atletas e praticantes de musculação, o mascaramento de processos inflamatórios e lesões musculoesqueléticas também representa um fator de risco importante para agravamento clínico e atraso diagnóstico.(3)

Outro aspecto relevante envolve a ausência de monitoramento laboratorial e clínico nesses usuários. Muitos indivíduos utilizam corticosteroides de forma empírica, sem conhecimento sobre doses cumulativas, efeitos adversos ou interações medicamentosas. Essa realidade favorece complicações silenciosas e progressivas, frequentemente identificadas apenas em estágios avançados. Além disso, o uso associado de outras substâncias, como anabolizantes, termogênicos e hormônios tireoidianos, pode potencializar efeitos deletérios sistêmicos e aumentar o risco cardiovascular.(4)

Nesse contexto, o uso indiscriminado de corticosteroides ultrapassa uma questão exclusivamente farmacológica e passa a representar um importante problema de saúde pública, especialmente entre jovens adultos expostos à cultura estética e ao desempenho físico exacerbado. A banalização dessas substâncias, frequentemente vistas como recursos rápidos para transformação corporal, favorece comportamentos de risco e dificulta o reconhecimento precoce das complicações clínicas associadas. Assim, compreender os impactos sistêmicos decorrentes dessa prática torna-se essencial não apenas para o manejo médico adequado, mas também para o desenvolvimento de medidas educativas, preventivas e regulatórias capazes de reduzir os danos relacionados ao uso não supervisionado desses medicamentos.



## 2. METODOLOGIA

O presente estudo consistiu em uma revisão narrativa da literatura, de caráter descritivo e qualitativo, desenvolvida com o objetivo de analisar as principais repercussões clínicas associadas à automedicação com corticosteroides para fins estéticos e esportivos. A revisão buscou reunir evidências científicas atuais acerca das alterações metabólicas, cardiovasculares, endócrinas, imunológicas e psiquiátricas relacionadas ao uso indiscriminado dessas substâncias em indivíduos sem indicação terapêutica formal.

A pesquisa bibliográfica foi realizada entre março e maio de 2026 nas bases de dados PubMed, Scielo, Google Scholar e ScienceDirect. Foram selecionados artigos científicos, revisões de literatura, estudos observacionais, relatos clínicos relevantes e documentos de atualização médica relacionados ao uso não supervisionado de corticosteroides em contextos esportivos, estéticos e de performance corporal.

Para a estratégia de busca, utilizaram-se descritores em português e inglês indexados nos Descritores em Ciências da Saúde (DeCS) e Medical Subject Headings (MeSH), combinados pelos operadores booleanos AND e OR. Entre os principais termos utilizados destacaram-se: “corticosteroids”, “self-medication”, “anabolic practices”, “sports medicine”, “esthetic use”, “adverse effects”, “iatrogenic Cushing syndrome”, “glucocorticoids”, “bodybuilding” e “performance enhancement”.

Foram incluídos estudos publicados entre 2016 e 2026, disponíveis integralmente nos idiomas português, inglês e espanhol, que abordassem repercussões clínicas decorrentes do uso prolongado ou inadequado de corticosteroides. Também foram considerados estudos que discutiam fatores de risco, mecanismos fisiopatológicos e impactos sistêmicos relacionados ao uso dessas substâncias em populações jovens e praticantes de atividades físicas.

## 3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

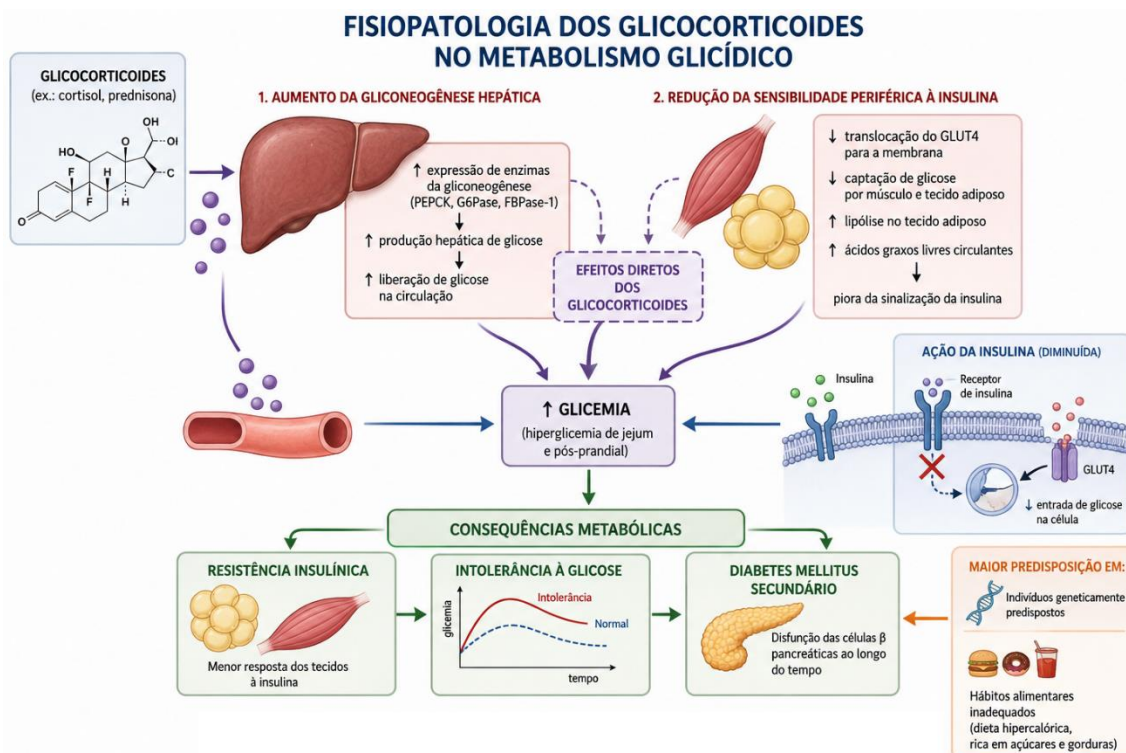
A automedicação com corticosteroides para fins estéticos e esportivos vem apresentando crescimento expressivo, especialmente entre adultos jovens inseridos em ambientes relacionados à hipertrofia muscular, emagrecimento rápido e busca por padrões corporais idealizados. A popularização dessas substâncias ocorre paralelamente ao aumento de conteúdos disseminados em

redes sociais que promovem protocolos sem respaldo científico, frequentemente associados à falsa percepção de segurança.(5)

Entre os principais motivos relacionados ao uso inadequado dessas medicações destacam-se a tentativa de acelerar recuperação muscular, reduzir edema corporal, potencializar definição física e minimizar dores associadas ao treinamento intenso. Em alguns contextos, corticosteroides também são utilizados como ferramentas para manutenção de rotina esportiva mesmo diante de lesões musculoesqueléticas. Entretanto, o alívio sintomático temporário frequentemente mascara processos inflamatórios importantes, favorecendo piora progressiva das lesões.(6)

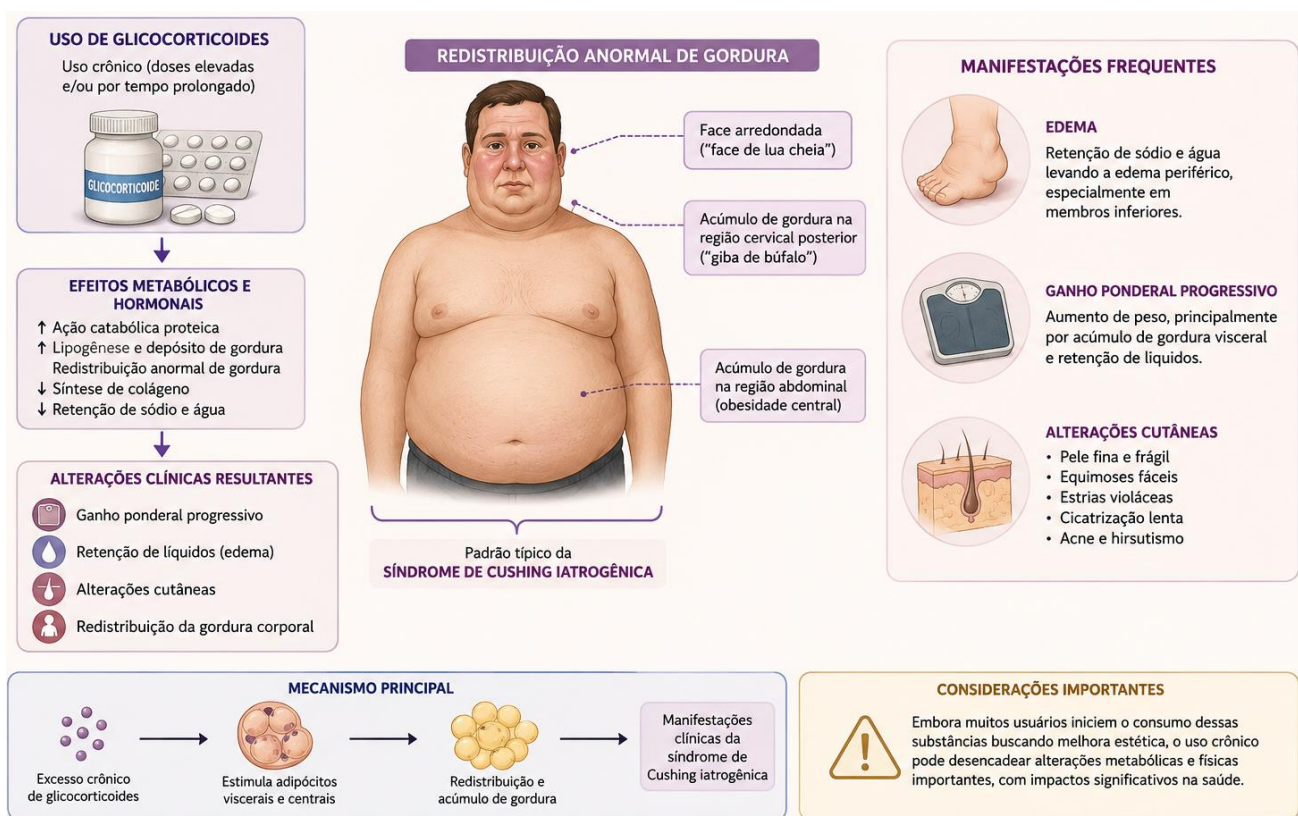
As alterações metabólicas representam algumas das complicações mais frequentemente associadas ao uso prolongado dessas substâncias. Os glicocorticoides interferem diretamente no metabolismo glicídico por meio do aumento da gliconeogênese hepática e da redução da sensibilidade periférica à insulina (Figura 1). Como consequência, observa-se maior predisposição ao desenvolvimento de resistência insulínica, intolerância à glicose e diabetes mellitus secundário, sobretudo em indivíduos geneticamente predispostos ou com hábitos alimentares inadequados.(7)

**Figura 1.** Fisiopatologia dos glicocorticoides no metabolismo da glicose.



Além da desregulação glicêmica, alterações na composição corporal também aparecem de forma recorrente. Embora muitos usuários iniciem o consumo dessas substâncias buscando melhora estética, o uso crônico pode desencadear redistribuição anormal de gordura, principalmente em região abdominal, cervical posterior e face (Figura 2). Esse padrão é compatível com manifestações da síndrome de Cushing iatrogênica, frequentemente acompanhada de edema, ganho ponderal progressivo e alterações cutâneas.(8)

**Figura 2.** Alterações da composição corporal induzidas por glicocorticoides e desenvolvimento de Síndrome de Cushing Iatrogênica.



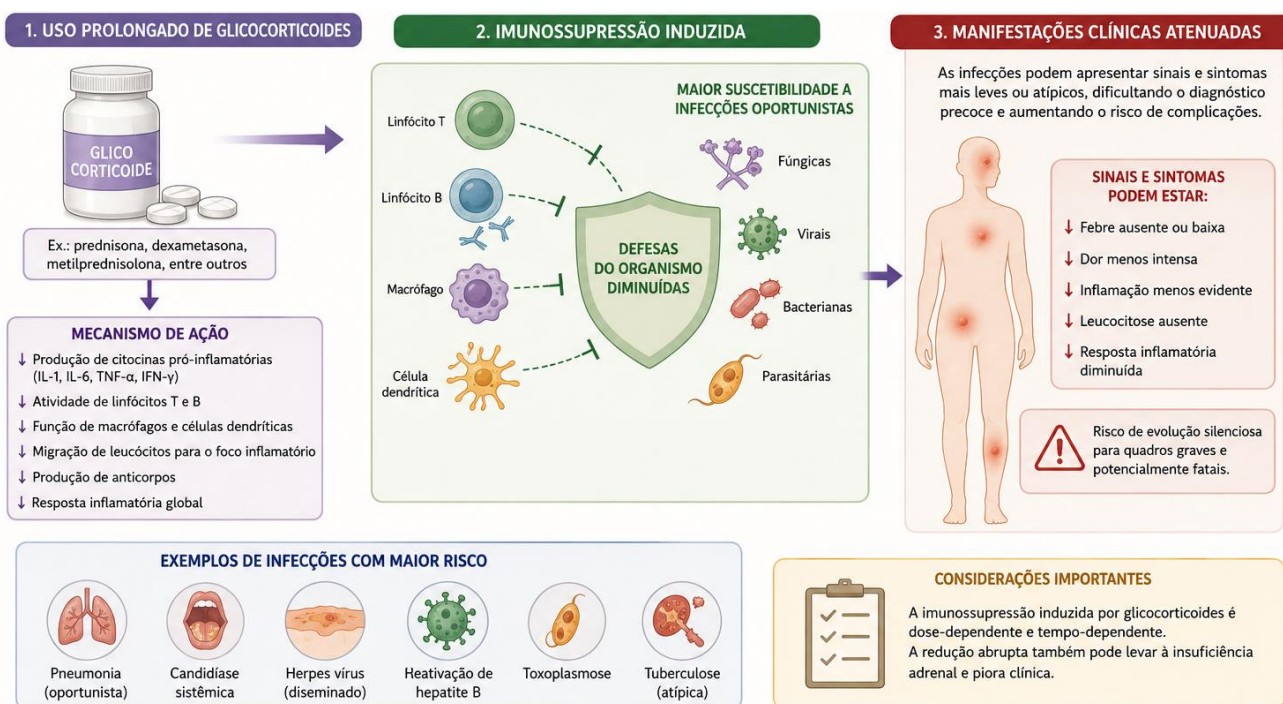
O impacto cardiovascular associado à automedicação com corticosteroides também merece destaque. A retenção hidrossalina induzida pelos glicocorticoides favorece elevação da pressão arterial e aumento da sobrecarga cardíaca. Em usuários submetidos a períodos prolongados de exposição, há relatos de hipertensão persistente, alterações endoteliais e maior risco de eventos tromboembólicos,

especialmente quando ocorre associação com anabolizantes, estimulantes metabólicos e substâncias termogênicas.(9)

A combinação dessas medicações com outros recursos ergogênicos potencializa significativamente os riscos clínicos. Em ambientes esportivos e academias, é relativamente comum a associação entre corticosteroides, hormônios tireoidianos, testosterona, diuréticos e pré-treinos estimulantes. Essa interação farmacológica favorece descompensações metabólicas importantes e amplia o risco de arritmias cardíacas, instabilidade hemodinâmica e lesão orgânica sistêmica.(10)

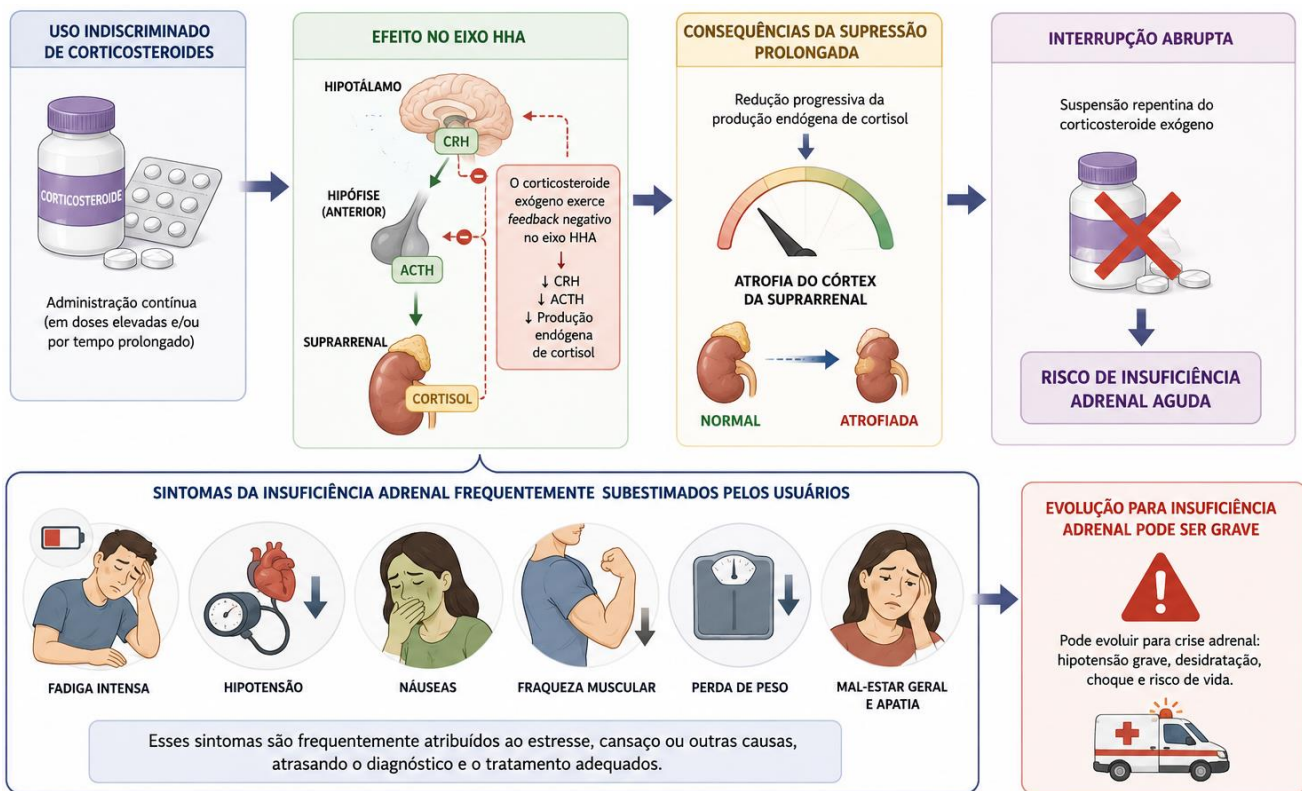
Outro aspecto relevante envolve os efeitos imunológicos decorrentes do uso prolongado de glicocorticoides. A imunossupressão induzida por essas substâncias reduz a capacidade de resposta inflamatória do organismo, aumentando susceptibilidade a infecções oportunistas (Figura 2). Além disso, manifestações clínicas infecciosas podem se apresentar de maneira atenuada, dificultando o reconhecimento precoce de quadros potencialmente graves.(11)

**Figura 3.** Efeitos imunológicos do uso prolongado de glicocorticoides e susceptibilidade a infecções oportunistas



A supressão do eixo hipotálamo-hipófise-adrenal representa uma das complicações endocrinológicas mais preocupantes relacionadas ao uso indiscriminado dessas medicações. A administração contínua de corticosteroides reduz progressivamente a produção endógena de cortisol, podendo desencadear insuficiência adrenal após suspensão abrupta (Figura 4). Em muitos casos, sintomas como fadiga intensa, hipotensão, náuseas e fraqueza muscular são inicialmente subestimados pelos usuários, retardando o diagnóstico adequado.(12)

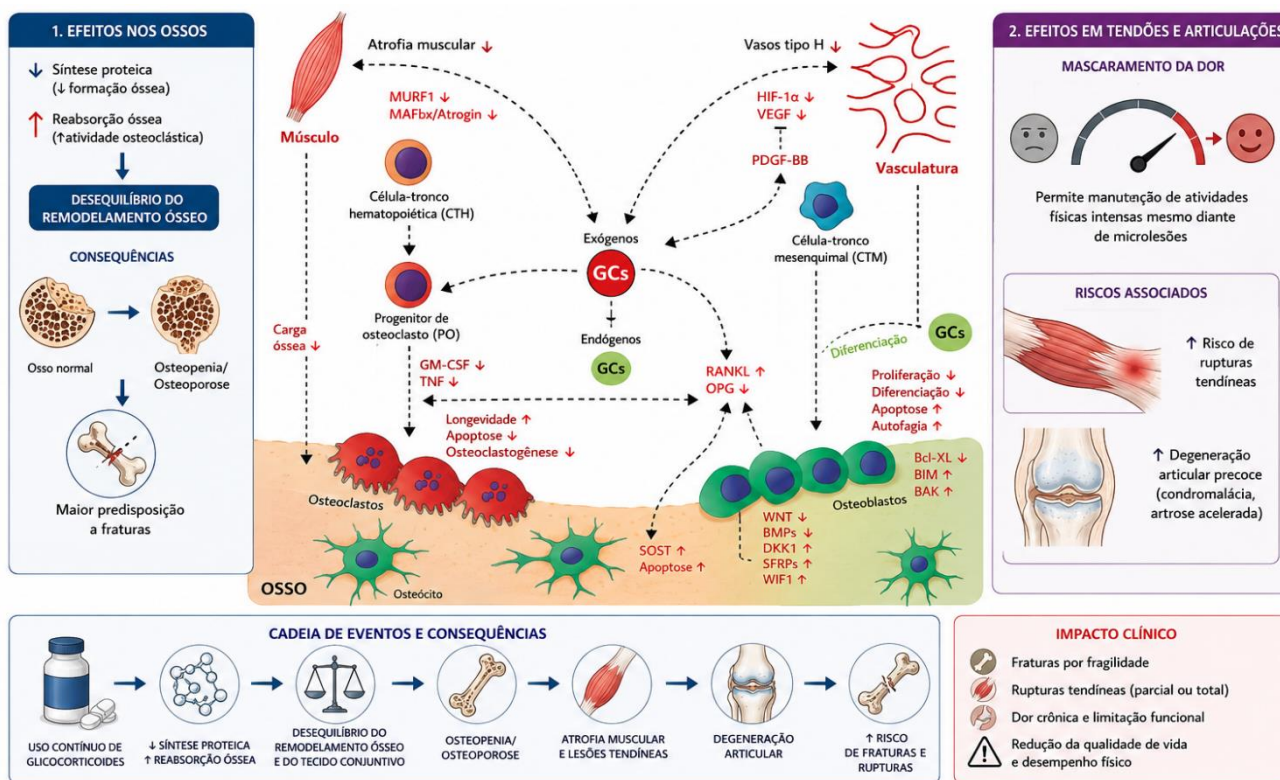
**Figura 4.** Supressão do Eixo Hipotálamo-Hipófise-Adrenal induzida pelo uso prolongado de corticosteroides.



As repercussões psiquiátricas associadas aos glicocorticoides também vêm recebendo maior atenção na literatura recente. Alterações de humor, ansiedade, irritabilidade, insônia e instabilidade emocional aparecem de maneira relativamente frequente entre usuários crônicos. Em exposições prolongadas ou em doses elevadas, podem surgir manifestações mais graves, incluindo episódios depressivos, comportamento agressivo e sintomas psicóticos.(13)

No contexto musculoesquelético, o uso contínuo dessas substâncias pode comprometer significativamente a integridade estrutural de ossos, tendões e articulações. A redução da síntese proteica e o aumento da reabsorção óssea favorecem osteopenia, osteoporose e maior predisposição a fraturas. Paralelamente, o mascaramento da dor permite manutenção de atividades físicas intensas mesmo diante de microlesões, aumentando risco de rupturas tendíneas e degeneração articular precoce (Figura 5).(14)

**Figura 5.** Mecanismos celulares e efeitos musculoesqueléticos induzidos pelo uso crônico de glicocorticoides.



As manifestações dermatológicas também apresentam elevada frequência entre usuários de corticosteroides. Acne inflamatória, estrias violáceas, afinamento cutâneo, fragilidade vascular e dificuldade de cicatrização constituem alguns dos achados mais relatados. Curiosamente, muitas dessas alterações comprometem justamente o objetivo estético inicialmente buscado pelos usuários.(15)

A influência estética contemporânea exerce papel central nesse processo. A valorização de padrões corporais extremamente definidos e a pressão por resultados rápidos estimulam práticas cada



vez mais agressivas relacionadas ao corpo e desempenho físico. Nesse contexto, corticosteroides passam a ser utilizados não apenas como medicamentos, mas como instrumentos de transformação corporal imediata.

Do ponto de vista clínico, um dos principais desafios consiste na subnotificação dos casos relacionados à automedicação. Muitos indivíduos omitem o uso dessas substâncias durante consultas médicas por receio de julgamento ou desconhecimento sobre a importância da informação. Consequentemente, complicações associadas aos glicocorticoides podem permanecer sem diagnóstico correto por longos períodos.

A ausência de acompanhamento laboratorial adequado também agrava significativamente esse cenário. Usuários frequentemente desconhecem parâmetros básicos de monitoramento, como glicemia, perfil lipídico, função adrenal e pressão arterial. Isso favorece evolução silenciosa de alterações metabólicas e cardiovasculares que muitas vezes só são identificadas em estágios avançados.

Outro ponto frequentemente debatido refere-se à carência de políticas educativas direcionadas ao uso racional dessas substâncias. Apesar do aumento progressivo do consumo para fins estéticos e esportivos, ainda existe limitada discussão pública sobre os riscos associados à automedicação com corticosteroides. A falta de campanhas preventivas e orientação profissional contribui para perpetuação desse comportamento em diferentes faixas etárias.

A análise global evidencia que os efeitos adversos relacionados aos glicocorticoides extrapolam alterações isoladas e configuram repercussões multissistêmicas complexas. As complicações observadas envolvem integração entre alterações hormonais, metabólicas, cardiovasculares, imunológicas e psiquiátricas, demonstrando que o uso indiscriminado dessas substâncias pode comprometer significativamente a saúde física e mental dos usuários.

Assim, é torna-se fundamental ampliar estratégias de conscientização, rastreamento clínico e educação em saúde voltadas principalmente para populações mais expostas à cultura estética e esportiva. O reconhecimento precoce das manifestações associadas aos corticosteroides pode contribuir para redução de complicações graves e favorecer abordagens terapêuticas mais eficazes diante do crescente uso indiscriminado dessas medicações.



#### 4. CONCLUSÕES

A automedicação com corticosteroides para fins estéticos e esportivos representa uma prática crescente e potencialmente perigosa, associada a importantes repercussões clínicas multissistêmicas. O uso indiscriminado dessas substâncias, frequentemente motivado pela busca por resultados corporais rápidos e melhora de desempenho físico, favorece o desenvolvimento de alterações metabólicas, cardiovasculares, endócrinas, imunológicas, psiquiátricas e musculoesqueléticas, muitas vezes de forma silenciosa e progressiva.

As evidências analisadas demonstram que a ausência de acompanhamento médico e de monitoramento laboratorial adequado contribui significativamente para o agravamento das complicações relacionadas ao uso prolongado de glicocorticoides. Além disso, a influência das redes sociais, a banalização dessas substâncias em ambientes esportivos e a disseminação de protocolos sem respaldo científico ampliam a exposição de jovens adultos aos riscos associados à automedicação.

Observa-se ainda importante dificuldade no reconhecimento precoce dessas complicações, especialmente devido à omissão do uso durante atendimentos médicos e à semelhança clínica de algumas manifestações com outras condições metabólicas e hormonais. Dessa forma, torna-se essencial fortalecer estratégias educativas, preventivas e regulatórias voltadas ao uso racional dos corticosteroides, bem como ampliar a conscientização sobre os impactos sistêmicos decorrentes de sua utilização inadequada.

#### REFERENCIAS

1. Zheng Y, Tang PK, Hu H, Ung COL. Patterns of self-medication and intention to seek pharmacist guidance among older adults during the COVID-19 pandemic in Macao: a cross-sectional study. *BMC Public Health*. 2024;24(1):2066. doi:10.1186/s12889-024-19453-2.
2. Riiser A, Stensrud T, Andersen LB. Glucocorticoids and physical performance: a systematic review with meta-analysis of randomized controlled trials. *Front Sports Act Living*. 2023;5:1108062. doi:10.3389/fspor.2023.1108062.
3. Ataallah B, Al Tameemi M. Iatrogenic Cushing's syndrome and the hidden ingredient of Artri King. *Cureus*. 2026;18(1):e100843. doi:10.7759/cureus.100843.



4. Rifaei SM, Etoom S, Hanandeh SA, Ali SH, Alzboon AM, Al-Jaraideh MD, et al. Public awareness of corticosteroid use and side effects: a cross-sectional study from Jordan. *Mater Sociomed.* 2025;37(1):24-31. doi:10.5455/msm.2025.37.24-31.
5. Risks related to the use of anabolic steroids for aesthetic purposes. *Res Soc Dev.* 2022;11(7):e18811729983. doi:10.33448/rsd-v11i7.29983.
6. Cotobal-Calvo EM, Mata-Pérez C, Bocchino A, Gilart E, Gutiérrez-Baena B, Palazón-Fernández JL. Self-medication practice and associated factors among health professionals in Spain. *Nurs Rep.* 2025;15(2):53. doi:10.3390/nursrep15020053.
7. Tavares LCP, Caetano LVN, Ianhez M. Side effects of chronic systemic glucocorticoid therapy: what dermatologists should know. *An Bras Dermatol.* 2024;99(2):259-268. doi:10.1016/j.abd.2023.05.005.
8. Martinez GJ, Appleton M, Kipp ZA, Loria AS, Min B, Hinds TD Jr. Glucocorticoids, their uses, sexual dimorphisms, and diseases: new concepts, mechanisms, and discoveries. *Physiol Rev.* 2024;104(1). doi:10.1152/physrev.00021.2023.
9. Montes EG, Mansani FP, Schafranski MD, Toledo Júnior AO, Calixto LF, Costa RL, et al. Relationship between corticotherapy and increased cardiac risk in patients with rheumatoid arthritis. *Braz J Pharm Sci.* 2021;57. doi:10.1590/s2175-97902020000419156.
10. Risks of the use of androgenanabolic steroids in sports. *Res Soc Dev.* 2022;11(8):e11111830732.
11. Lockett J, Inder WJ, Clifton VL. The glucocorticoid receptor: isoforms, functions, and contribution to glucocorticoid sensitivity. *Endocr Rev.* 2024;45(4):593-624. doi:10.1210/edrev/bnae008.
12. Arshad MF, Elder C, Newell-Price J, Ross R, Debono M. A retrospective study on weaning glucocorticoids and recovery of the hypothalamic-pituitary-adrenal axis. *J Clin Endocrinol Metab.* 2024;109(11):e2031-e2037. doi:10.1210/clinem/dgae059.
13. Gostoli S, Carrozzino D, Raimondi G, Subach R, Gigante G, Rafanelli C. Corticosteroid-induced manic and/or psychotic symptoms: a systematic review. *Front Pharmacol.* 2025;16:1628765. doi:10.3389/fphar.2025.1628765.
14. Kobza AO, Herman D, Papaioannou A, Lau AN, Adachi JD. Understanding and managing corticosteroid-induced osteoporosis. *Open Access Rheumatol.* 2021;13:177-190. doi:10.2147/OARRR.S282606.
15. Parać E, Špiljak B, Lugović-Mihić L, Bukvić Mokos Z. Acne-like eruptions: disease features and differential diagnosis. *Cosmetics.* 2023;10(3):89. doi:10.3390/cosmetics10030089.