

La 'droga' que está matando a los culturistas cubanos

Osniel Carmona y Alejandro Hernández | lunes, 29 de mayo, 2017 7:00 am



[youtube]<https://www.youtube.com/watch?v=UB8LhNjyj30>[/youtube]

LA HABANA, Cuba.- Resaltar la belleza física de manera que emule con los patrones estéticos que nos llegan desde el exterior prevalece como un propósito compartido entre las nuevas generaciones de cubanos que andan tras los pasos de la moda.

Para ellos, proyectar una imagen de musculatura pronunciada y bien definida resulta imprescindible. Sin embargo, hay quienes intentando incrementar la masa muscular sustituyen las cargas de ejercicios por el uso de sustancias que deterioran la salud.

La utilización de aceites comestibles inyectados se ha popularizado, principalmente entre aquellos que se encuentran en el límite de la adolescencia y la juventud y cuya finalidad consiste en exhibirse durante la pasarela de verano,

la playa.

El método consiste en suministrar con una jeringuilla altas dosis de aceite en el músculo que se desea aumentar. Toda vez que en cortos plazos el método “ofrece sus resultados”, se vuelve adicción. Algunas personas llegan a suministrarse hasta 300 ml diarios de aceite de girasol, repartidos entre las zonas del cuerpo de mayor interés.

“La supuesta ganancia es engañosa, una burbuja que en cualquier momento puede explotar”, advierte Armando Cabrejas, un doctor de la capital con experiencia en atender este tipo de casos.

Lejos de actuar como un estimulante saludable, refiere el especialista en Medicina Interna, los aceites comestibles, por su composición orgánica, crean un efecto inflamatorio en los músculos inyectados y, a la postre, secuelas que en ocasiones son irreversibles.

Teniendo en cuenta que el organismo humano solo alcanza a desechar menos del 40% de los lípidos, los placeres triviales que brinda este método no se equiparan con los riesgos que incorpora.

Según Cabrejas, las primeras reacciones incluyen “calambres, dolor en el área de inyección, inflamación y náuseas”.

Más problemas pueden aparecer a la hora de inyectar la sustancia, donde “se puede comprimir un nervio o arteria y dañar estas estructuras. A la vez, si las zonas infectadas no responden a los tratamientos con antibióticos, se hace ineludible intervenir quirúrgicamente, y en ocasiones extirpar el músculo.”

En el gimnasio “Strong” de la barriada capitalina de Cayo Hueso, varios jóvenes que se ejercitaban manifestaron haberse inyectado aceites comestibles en algún momento.

“Lo hice porque vi como otros también se inyectaban; por suerte lo dejé a tiempo. Sé de amigos que han sufrido por esa causa y de algún que otro caso que perdió la vida. Yo le recomiendo a todos los que llegan nuevos aquí que no lo intenten”, expresó un levantador de pesas que pidió ser nombrado bajo el seudónimo de “el plomo”.

Un colega suyo, que se identificó como Roger Manduley, argumentó que muchos

practicantes de fisiculturismo utilizan el aceite de cocinar confundidos con el uso que se le da al aceite de maní.

“Se escucha decir que en otros lugares del mundo se usa como estimulante muscular para los ejercicios, pero incluso ni en este caso tenemos confirmación aquí de que el aceite de maní no es dañino, así que mucho menos los aceites comestibles”, puntualizó Manduley.

Otro factor de riesgo que alegaron saber —aunque reconocen que muchas veces lo pasan por alto— es la transmisión de agentes mortales como el VIH, y las hepatitis B y C, mediante el uso colectivo de jeringuillas.

“He presenciado como se inyectan dos y tres personas con la misma jeringuilla sin antes esterilizarla. No se quieren la vida”, cuenta Manduley.

De la antena al gym

A raíz del desabasto en la red de comercios estatales de vitaminas y estimulantes avalados por la ciencia, el mercado subterráneo es el único capaz de garantizar este tipo de productos que, a decir del Máster en Cultura Física Joel Carrió Vazconcelos, “son imprescindibles para que los músculos rebasen el crecimiento macro de cada constitución física”.

No obstante, explica Carrió, el uso de estos estimulantes debe ser prescrito por doctores o especialistas en la disciplina.

Eduardo Delá Correa, entrenador del gimnasio “Strong”, dijo que la mayoría de los practicantes del fisiculturismo en la isla desconocen el tipo de sustancias que pueden consumir.

“La gente viene al gimnasio con todo tipo de polvos o pastillas, y aunque aconsejes que no tomen nada sin antes consultarlo, se lo toman porque dicen que lo vieron en una propaganda de los canales de afuera”, destacó Delá.

De acuerdo con Luis Ángel Pillief, entrenador en “GYMCUBA”, la creatina es el producto que más persiguen quienes hacen ejercicios, a pesar de que al mismo tiempo es la sustancia más cara en el mercado negro.

Pillief comenta que las llamadas mulas son quienes surten desde los Estados Unidos la mayoría de los estimulantes que demandan los fisiculturistas cubanos.

“Encargas lo que quieres comprar y a los pocos días lo tienes en la mano, pero todo un poco más caro. La creatina puede valer hasta 120 CUC, aunque se pueden encargar otras cosas más baratas y que ofrecen resultados bastante parecidos”, comentó Pillief.

Así mismo, abunda que ante lo prohibitivo que pueden ser los precios, además de las inyecciones de aceites muchos jóvenes que desean hacer crecer los músculos recurren a comprar anabólicos y esteroides de bajo costo y contraindicados para la salud.

En la lista de los más consumidos, ilustra, resaltan la testosterona y el nerobol.

Un deporte “para ricos”

Uno de los grandes obstáculos que deben enfrentar por igual quienes pretenden mostrar exuberantes musculaturas, lo constituye el poder alcanzar una dieta alimenticia acorde al ritmo que los propios ejercicios físicos exigen.

“De nada te vale tener el mejor de los productos, el mejor de los entrenadores, un gimnasio con todas las de la ley y darte el lujo de disponer de todo el día sólo para ejercitarte si no tienes una dieta correctamente balanceada”, aseguró David Hernández Duarte, también entrenador del gimnasio “GYMCUBA”.

Según indica Hernández, los practicantes de este deporte deben consumir varios tipos de frutas para aportar vitaminas al organismo, carnes magras, “es decir, sin grasas animales o que aumente los niveles de colesterol en sangre”, escasos carbohidratos y azúcares.

Reinier Planas Urrutia, quien en días alternos levanta pesas, consideró que “en las circunstancias actuales” llevar la dieta idónea al pie de la letra es una utopía, dadas las dificultades para encontrar los alimentos y los precios que han alcanzado.

Al respecto, citó a frutas, cítricos y carnes como alimentos de lujo.

“Una libra de limones puede costar 30 pesos, una libra de pescado o pechuga de pollo es el equivalente a lo que gano de salario en cuatro días. A ese ritmo, ¿quién puede cumplir con la dieta que indica el entrenador?”, espetó Planas.