

TIPS for TEENS

STERIODS

THE TRUTH ABOUT ANABOLIC STEROIDS



**SLANG: ARNOLDS/GYM CANDY/
PUMPERS/STACKERS/
WEIGHT TRAINERS/JUICE**

GET THE FACTS

STERIODS AFFECT YOUR HEART. Steroid use and misuse have been associated with cardiovascular disease, including heart attack and stroke. Researchers found that steroid users had significantly weaker hearts than those who never used steroids.¹

STERIODS AFFECT YOUR MOOD. Steroids can cause paranoid jealousy, extreme irritability, and impaired judgment. Extreme mood swings also can occur, including “roid rage”—angry feelings and behavior that may lead to violence.²

STERIODS INCREASE YOUR RISK OF INFECTION. Sharing needles or using dirty needles to inject steroids puts you at risk for diseases such as HIV/AIDS and hepatitis.³

? Q&A

Q. WHAT ARE ANABOLIC STEROIDS?

A. Anabolic steroids, commonly referred to as steroids, are medications related to testosterone, some of which are medicines approved for certain therapeutic uses. Bodybuilders and athletes may misuse steroids to build muscle, often taking doses much higher than would be prescribed for a medical condition, such as delayed puberty or muscle loss due to disease. Using them this way is not legal or safe.⁴

Q. ARE STEROIDS ADDICTIVE?

A. Yes, they can be. Withdrawal symptoms include mood swings, suicidal thoughts or attempts, fatigue, restlessness, loss of appetite, and loss of sleep.⁵

Q. WHAT CAN I DO TO EXCEL IN SPORTS IF I DON'T USE STEROIDS?

A. Focus on eating a proper diet and getting plenty of rest. These are important factors in mental and physical health and conditioning. Millions of athletes excel in sports without using steroids.

THE BOTTOM LINE:

Many people are prescribed steroids for medical reasons, but steroids can still be deadly. Talk to your parents, a doctor, a counselor, a teacher, or another adult you trust if you have questions.

LEARN MORE:

Get the latest information on how drugs affect the brain and body at teens.drugabuse.gov.

TO LEARN MORE ABOUT STEROIDS, CONTACT:

SAMHSA

1-877-SAMHSA-7 (1-877-726-4727)

(English and Español)

TTY 1-800-487-4889

www.samhsa.gov

store.samhsa.gov



SAMHSA

Substance Abuse and Mental Health
Services Administration



BEFORE YOU RISK IT!

1

KNOW THE LAW. Steroids are illegal to have without a prescription from a licensed physician.⁶ It is illegal for individuals to sell steroids.

2

GET THE FACTS. Doctors prescribe steroids for specific medical conditions. They are only safe for use when a doctor prescribes them and monitors their effects.⁷

3

KNOW THE RISKS. Most anabolic steroids sold illegally in the United States come from abroad. Thefts and inappropriate prescribing, as well as production in secret labs, also lead to illegal steroid sales.⁸

4

LOOK AROUND YOU. The majority of teens aren't using steroids. Only 0.6 percent of 8th graders, 0.7 percent of 10th graders, and 1.1 percent of 12th graders reported steroid use in the past year.⁹



KNOW THE SIGNS

How can you tell if a friend is using steroids? Symptoms of steroids use may include:¹⁰

FOR GUYS

- Hair loss
- Development of breasts
- Impotence

FOR GIRLS

- Growth of facial hair
- Deepened voice
- Breast reduction

FOR BOTH

- Acne
- Jaundice (yellowing of the skin)
- Swelling of feet or ankles
- Aching joints
- Bad breath
- Mood swings
- Nervousness
- Trembling



WHAT CAN YOU DO TO HELP SOMEONE WHO IS USING STEROIDS?

BE A FRIEND. SAVE A LIFE.

Encourage your friend to stop using or seek help from a parent, teacher, or other caring adult.

For 24/7 free and confidential information and treatment referrals in English and Español, call SAMHSA's National Helpline at:

1-800-662-HELP (1-800-662-4357)

or visit the SAMHSA Behavioral Health

Treatment Services Locator at:

findtreatment.samhsa.gov

MORE INFORMATION

FOR MORE INFORMATION OR FOR RESOURCES USED IN THIS

"TIPS for TEENS,"

visit store.samhsa.gov or call
1-877-SAMHSA-7 (1-877-726-4727)
(English and Español).

PEP NO. 19-06 REVISED 2019

SAMHSA complies with applicable Federal civil rights laws and does not discriminate on the basis of race, color, national origin, age, disability, or sex.

SAMHSA cumple con las leyes federales de derechos civiles aplicables y no discrimina por motivos de raza, color, nacionalidad, edad, discapacidad o sexo.

SAMHSA
Substance Abuse and Mental Health
Services Administration

¹ CardioSmart. (2017). Anabolic Steroids Increase Risk for Heart Disease in Young and Middle-Aged Men. American College of Cardiology. Retrieved from <https://www.cardiosmart.org/News-and-Events/2017/07/Anabolic-Steroids-Increase-Risk-for-Heart-Disease-in-Young-and-MiddleAged-Men>

^{2,4,10} National Institute on Drug Abuse. (2016). Anabolic steroids. *Drug Facts*. Retrieved from <https://www.drugabuse.gov/publications/drugfacts/anabolic-steroids>

³ Centers for Disease Control and Prevention. (2018). Injection Drug Use and HIV Risk. Retrieved from <https://www.cdc.gov/hiv/risk/idu.html>

^{5,6,7} National Institute on Drug Abuse. (2018). Anabolic steroids. *NIDA for Teens*. Retrieved from <https://teens.drugabuse.gov/drug-facts/anabolic-steroids>

⁸ National Institute on Drug Abuse. (2018). Steroids and Other Appearance and Performance Enhancing Drugs (APEDs). Retrieved from <https://www.drugabuse.gov/publications/research-reports/steroids-other-appearance-performance-enhancing-drugs-aped/what-history-anabolic-steroid-use>

⁹ Miech, R. A., Schulenberg, J. E., Johnston, L. D., Bachman, J. G., O'Malley, P. M., & Patrick, M. E. (December 14, 2017). National adolescent drug trends in 2017: Findings released. *Monitoring the Future*. Retrieved from <http://monitoringthefuture.org/data/17data/17drtbl2.pdf>



Behavioral Health

For information on substance use disorder treatment services in San Bernardino County call (909) 421-4601(711 for TTY users) or visit www.sbcounty.gov/DBH

CONSEJOS para JÓVENES

ESTEROIDES

LA VERDAD DE LOS ESTEROIDES ANABOLICÓS

CONOCE LAS VERDADES



LOS ESTEROIDES AFECTAN TU CORAZÓN. El uso indebido de esteroides se ha asociado con enfermedades cardiovasculares, como ataque cardíaco y accidente cerebrovascular. Los investigadores encontraron que los usuarios de esteroides tenían corazones significativamente más débiles que aquellos que nunca usaron esteroides.¹

LOS ESTEROIDES AFECTAN TU ESTADO DE ÁNIMO. Los esteroides pueden causar celos paranoicos, irritabilidad extrema y problemas de juicio. También pueden producirse cambios de humor extremos, incluyendo la "ira de los roid", sentimientos y comportamientos furiosos que pueden conducir a la violencia.²

LOS ESTEROIDES AUMENTAN TU RIESGO DE INFECCIÓN. Compartir agujas o usar agujas sucias para inyectarse esteroides te pone en riesgo de contraer enfermedades como el VIH / SIDA y la hepatitis.³



Behavioral Health

Para más información sobre los servicios de abuso de sustancias en el condado de San Bernardino, llama al (909) 421-4601 (711 for TTY users) o visita www.sbcounty.gov/DBH

?

PREGUNTAS & RESPUESTAS

P. ¿Qué son los esteroides anabólicos?

R. Los esteroides anabólicos, comúnmente referidos como esteroides, son medicamentos relacionados con la testosterona, algunos de los cuales son medicamentos aprobados para ciertos usos terapéuticos. Los culturistas y los atletas pueden aprovechar de los esteroides para desarrollar músculo, a menudo tomando dosis mucho más altas de las que se recetarían para una afección médica, como la pubertad tardía o la pérdida muscular por enfermedad. Usarlos de esta manera no es legal ni seguro.⁴

P. ¿SON ADICTIVOS LOS ESTEROIDES?

R. Sí. Los síntomas de abstinencia incluyen cambios de humor, pensamientos o intentos de suicidio, fatiga, inquietud, pérdida de apetito y pérdida de sueño.⁵

P. ¿QUÉ PUEDO HACER PARA EXCELAR EN EL DEPORTE SIN USAR ESTEROIDES?

R. Concéntrate en comer una dieta adecuada y descansar mucho. Estos son factores importantes para la salud y el acondicionamiento físico y mental. Millones de atletas se destacan en los deportes sin usar esteroides.

LA CONCLUSIÓN ES QUE:

A muchas personas se les recetan esteroides por razones médicas, pero los esteroides aún pueden ser mortales. Habla con tus padres, un médico, un consejero, un maestro u otro adulto de tu confianza si tienes preguntas.

OBTÉN MÁS INFORMACIÓN

Obtén la información más reciente sobre como las drogas afectan el cerebro y el cuerpo en: teens.drugabuse.gov.

PARA OBTENER MÁS INFORMACIÓN LOS ESTEROIDES, COMUNÍCATE CON:

SAMHSA

1-877-SAMHSA-7 (1-877-726-4727)

(Inglés y Español)

TTY 1-800-487-4889

www.samhsa.gov

store.samhsa.gov



SAMHSA
Substance Abuse and Mental Health
Services Administration



¡ANTES DE ARRIESGARTE!

- 1. CONOCE LA LEY.** Es ilegal tener esteroides sin receta médica de un médico con licencia.⁶ Es ilegal que las personas vendan esteroides.
- 2. OBTEN LOS DATOS.** Los médicos recetan esteroides para afecciones médicas específicas. Solo son seguros para usar cuando un médico los prescribe y controla sus efectos.⁷
- 3. CONOCE LOS RIESGOS.** La mayoría de los esteroides anabólicos vendidos ilegalmente en los Estados Unidos vienen del extranjero. Los robos y la prescripción inapropiada, así como la producción en laboratorios secretos, también conducen a la venta ilegal de esteroides.⁸
- 4. MIRA A TU ALREDEDOR.** La mayoría de los adolescentes no usan esteroides. Solo el 0.6 por ciento de los alumnos de octavo grado, el 0.7 por ciento de los alumnos de décimo grado y el 1.1 por ciento de los alumnos de duodécimo grado informaron el uso de esteroides en el último año.⁹



CONOCE LAS SEÑALES

¿Cómo puedes saber si un amigo está usando esteroides? Los síntomas del uso de esteroides pueden incluir:¹⁰

PARA LOS MUCHACHOS:

- Pérdida de cabello
- Desarrollo de senos
- Impotencia

PARA LAS MUCHACHAS:

- Crecimiento del vello facial.
- Voz profunda
- Reducción de senos

PARA AMBOS

- Acné
- Ictericia (coloración amarillenta de la piel)
- Hinchazón de pies o tobillos.
- Articulaciones adoloridas
- Mal aliento
- Cambios de humor
- Nerviosismo
- Temblor



¿QUÉ PUEDES HACER PARA AYUDAR A ALGUIEN QUE ESTÁ USANDO ESTEROIDES?

SE UN AMIGO.

Anima a tu amigo a dejar de usar o buscar ayuda de un padre, maestro u otro adulto que se preocupe.

Para información gratuita y confidencial las 24 horas del día/7 días a la semana, y referencias en inglés y español, llama a la Línea de Ayuda Nacional de SAMHSA al:

1-800-662-HELP (1-800-662-4357)

o visita la página de los Servicios SAMHSA de Tratamiento de Salud Mental:
findtreatment.samhsa.gov

MÁS INFORMACIÓN

PARA MÁS INFORMACIÓN O PARA LOS RECURSOS UTILIZADOS EN ESTE

"CONSEJO PARA JÓVENES,"

Visita store.samhsa.gov o llama

1-877-SAMHSA-7 (1877-726-4727)
(Inglés y español).

PEP NO. 19-06 REVISED 209

SAMHSA complies with applicable Federal civil rights laws and does not discriminate on the basis of race, color, national origin, age, disability, or sex.

SAMHSA cumple con las leyes federales de derechos civiles aplicables y no discrimina por motivos de raza, color, nacionalidad, edad, discapacidad o sexo.

SAMHSA

Substance Abuse and Mental Health
Services Administration

1 CardioSmart. (2017). Anabolic Steroids Increase Risk for Heart Disease in Young and Middle-Aged Men. American College of Cardiology. Retrieved from <https://www.cardiosmart.org/News-and-Events/2017/07/Anabolic-Steroids-Increase-Risk-for-Heart-Disease-in-Young-and-MiddleAged-Men>

2, 4, 10 National Institute on Drug Abuse. (2016). Anabolic steroids. *Drug Facts*. Retrieved from <https://www.drugabuse.gov/publications/drugfacts/anabolic-steroids>

3 Centers for Disease Control and Prevention. (2018). Injection Drug Use and HIV Risk. Retrieved from <https://www.cdc.gov/hiv/risk/idu.html>

5, 6, 7 National Institute on Drug Abuse. (2018). Anabolic steroids. *NIDA for Teens*. Retrieved from <https://teens.drugabuse.gov/drug-facts/anabolic-steroids>

8 National Institute on Drug Abuse. (2018). Steroids and Other Appearance and Performance Enhancing Drugs (APEDs). Retrieved from <https://www.drugabuse.gov/publications/research-reports/steroids-other-appearance-performance-enhancing-drugs-aped/what-history-anabolic-steroid-use>

9 Miech, R. A., Schulenberg, J. E., Johnston, L. D., Bachman, J. G., O'Malley, P. M., & Patrick, M. E. (December 14, 2017). National adolescent drug trends in 2017: Findings released. *Monitoring the Future*. Retrieved from <http://monitoringthefuture.org/data/17data/17drtbl2.pdf>