

Liceo A-66

“Héroes de la Concepción”

Laja

Guía de trabajo

Nombre:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Curso:\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Fecha:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Nota:\_\_\_\_\_\_\_\_

Estimado estudiante:

Mediante la observación del video “*Esteroides Discovery Chanel*” (https://www.youtube.com/watch?v=t03rxGWOiGY), responda las siguientes preguntas. Esta guía será evaluada con una calificación, reemplazando su trabajo en clases; por lo que debe ser entregada al profesor al terminar la hora de clases; no se recibirá después de terminada la hora.

1. ¿Para qué se utilizan los esteroides anabólicos?
2. ¿Para qué se utilizan los esteroides corticales?
3. ¿De qué están formados los músculos?
4. ¿Qué efectos ocasiona en el musculo del atleta el entrenamiento pesado de fuerza?
5. ¿Cuánto tiempo se necesita para que los músculos se reparen después del ejercicio?
6. ¿Quién fue Ben Johnson? Porque fue castigado?
7. ¿Qué ocurre con la testosterona cuando un atleta entrena intensamente?
8. ¿Qué son los glucocorticoides? ¿Cómo afectan al cuerpo humano?
9. ¿Cuáles son los efectos secundarios del uso de esteroides?
10. ¿Qué cambios corporales se producen en hombres y mujeres al consumir esteroides?
11. ¿Qué efectos tiene en el cuerpo el consumo de esteroides orales?
12. ¿Cómo actúan los esteroides sobre el colesterol HDL? ¿Y sobre el LDL?
13. ¿Qué es la vigorexia?
14. ¿Cuál es su opinión respecto al consumo de esteroides?