

Co to są SARM-y?

Obecnie na rynku jest dostępnych tak wiele środków wspomagających efekty treningu, że nie musisz narażać się na skutki uboczne, wynikające z przyjmowania sterydów.

Kontrowersyjne anaboliki coraz częściej zostają zastąpione znacznie bezpieczniejszymi preparatami, wśród których można wymienić **SARMy**. Co to jest i w jaki sposób może Ci pomóc w zbudowaniu beztłuszczowej masy mięśniowej? Wyjaśniamy!

Bezpieczne formy dopingiu

Proces budowy idealnej sylwetki naznaczony jest ciężką pracą i samodyscypliną. Często wymaga to wsparcia odpowiednią suplementacją, która poprawi wydolność organizmu i ułatwi rozbudowę masy mięśniowej. Na przestrzeni lat stosunek do środków farmakologicznych uległ zmianie i przestały być już tak piętnowane. Dzięki badaniom udało się udowodnić, że wiele z takich substancji, oprócz szybszego przyrostu mięśni, korzystnie wpływa na funkcjonowanie całego organizmu, czego przykładem mogą być [peptydy w sporcie](#). W kontekście substancji wspierających efekty treningu coraz częściej mówi się też o **SARMach**. Co to za substancje i dlaczego są uważane jako doping nowej generacji?

Czym są SARMS?

Powstanie **SARM-ów** można uznać za przypadek, gdyż zostały poznane podczas badań prowadzonych w celu wynalezienia leku na nowotwór prostaty. To zapoczątkowało odkrycie andaryny – cząsteczki, która nie przejawiała skuteczności w terapii raka, jednak okazała się zdolna do stymulowania produkcji testosteronu. Andaryna, jako selektywny modulator receptora androgenowego, czyli **SARM**, stała się przedmiotem badań w kontekście działania anabolicznego.

Warto zauważyć, że potencjał, jaki niosą za sobą **SARMy**, wykorzystuje się nie tylko w celach rozbudowy tkanki mięśniowej w dyscyplinach sylwetkowych. [Andarine](#) jest również stosowana jako element leczenia chorób powodujących osłabienie i zanik mięśni lub spadek gęstości tkanek kostnych.

Jak działają SARM-y?

SARMS to grupa niesteroidowych związków, które stymulują receptory androgenowe do produkcji hormonów płciowych. Mają właściwości podobne do substancji anabolicznych, ale w mniejszym stopniu oddziałują na organizm. W przeciwieństwie do sterydów [SARMy](#) są w stanie działać selektywnie, czyli aktywować lub blokować tylko wybrane receptory w tkankach mięśniowych i kostnych. Pozwala to wyeliminować szereg skutków ubocznych typowych dla dopingiu, wywołanych wysokim stężeniem hormonów. Wybiórcze działanie modulatorów androgenowych przekłada się też na lepszą kontrolę nad substancjami, gdyż oddziałują tylko na określone obszary ciała.

Dla kogo SARM będzie dobrym wyborem?

SARMs nie są nowym wynalazkiem, jednak dopiero od niedawna zaczynają zdobywać popularność w środowisku kulturystycznym. Szczególne zainteresowanie wzbudzają wśród osób, które szukają bezpieczniejszej formy dopingu, bez narażania się na ryzyko wystąpienia niepożądanych skutków ubocznych. **SARM-y** są przedmiotem wielu badań, które mają na celu lepsze poznanie właściwości substancji oraz możliwości modyfikacji struktury związków tak, by działały w ściśle ukierunkowany sposób.

Trzeba mieć jednak na uwadze, że od 2008 r. **SARMs** trafiły na listę środków antydopingowych i zostały uznane przez WADA za substancje zakazane w sporcie. Mogą być więc używane jedynie amatorsko w celu osiągnięcia szybszych przyrostów beztłuszczowej masy mięśniowej. Jeżeli więc zastanawiasz się, co wybrać – [SARM czy peptydy](#), te drugie będą lepszym rozwiązaniem w zawodowych sportach sylwetkowych, gdyż wiele substancji z tej grupy nie zostało zakwalifikowanych jako nielegalny doping.

Gdzie kupić SARM-y?

Bądź także ostrożny, kupując SARM-y. Sklep, który sprzedaje preparaty z niewiadomego źródła, powinien wzbudzić Twoje podejrzenia, nawet gdy oferuje specyfiki w niskich cenach. Zaopatruj się tylko u sprawdzonych firm z asortymentem zawierającym jedynie certyfikowane produkty.