

USO COMPULSIVO DE PORNOGRAFIA E SEUS IMPACTOS NEGATIVOS

Ariane Baggio, Gabriel Luiz de Almeida, Patrícia Pelegrina Rosseto, e-mail:
almeida.psico@outlook.com

1 INTRODUÇÃO

Há inúmeros temas a serem abordados dentro do aspecto humano tão particular e diversificado, um deles sendo a “Pornografia” que pode ser definida, segundo o Dicionário Michaelis (2021), como uma forma de arte ou literatura obscena, um tratado sobre a prostituição, uma coleção de pinturas ou gravuras de cunho obsceno, ou ainda o caráter lascivo de uma publicação, mostrando aspectos que denotam a amplitude deste fenômeno. Ou seja, a Pornografia pode ser definida como conteúdos de cunho sexual, sejam escritos, contos falados ou imagens.

O acesso a pornografia por meio da internet, possibilitou consumir este conteúdo de maneira a proteger a privacidade do usuário, permitindo-lhes consumir o conteúdo de forma anônima e sem exposição pública, mas essa facilidade de acesso ao conteúdo favoreceu o surgimento de diversos problemas para o seu consumidor, que são pouco ou até desconhecidos como consequência do uso exacerbado de pornografia (GOLA; LEWCZUK; SKORKO, 2016). Um dos problemas é o uso excessivo e compulsivo que pode ser um comportamento caracterizado por uma busca incessante e incontrolável por esse tipo de material, que interfere negativamente na vida pessoal, social, profissional e afetiva do usuário (BAUMEL *et al.*, 2019). O estudo de Park *et al.* (2016) mostra ligações entre problemas sexuais e o uso compulsivo da pornografia que podem levar a dificuldades na satisfação sexual, na intimidade e na comunicação com o parceiro ou a parceira, além de provocar disfunções sexuais, como diminuição do desejo, da excitação e do orgasmo, e o aumento da ansiedade.

Apesar da escassez de estudos científicos sobre os impactos do uso problemático de pornografia, é fundamental não ignorar o sofrimento humano associado a esse problema. A psicologia deve se envolver na compreensão e tratamento desses efeitos, conforme preconizado pelo Conselho Federal de Psicologia (2005), que visa melhorar a

qualidade de vida das pessoas. Este trabalho acadêmico busca investigar os impactos negativos apresentados na literatura atual relacionados ao uso compulsivo da pornografia.

2 MÉTODO

Para realizar este trabalho, é empregado o método de revisão bibliográfica, que consiste na escolha de materiais previamente elaborados, como artigos científicos, livros, jornais, entre outros, com o objetivo de adquirir novos conhecimentos através da assimilação dos conteúdos pesquisados. Foi realizada uma pesquisa utilizando os mecanismos de busca PubMed, BVS e Scielo com as palavras-chave de inclusão como "pornografia" e "problemático", enquanto as palavras "covid" e "mulheres" foram usadas como critérios de exclusão. A seleção priorizou materiais de livre acesso publicados nos últimos 5 anos. Na PubMed, foram encontrados 74 artigos, dos quais apenas 13 os que abordavam o tema da pesquisa. O BVS produziu 39 artigos, resultando em 2 artigos dentro do tema. Dessa forma, gerou um total 15 artigos selecionados como base bibliográfica para este estudo.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

A partir dos resultados obtidos, evidencia-se que em um estudo de Gola *et al.* (2018), utilizando ressonância magnética em indivíduos com uso problemático de pornografia e uma amostra de comparação, demonstrou resultados na análise das ressonâncias semelhantes ao sistema neuronal de pessoas viciadas em drogas, ou seja, perceberam alterações no sistema de recompensa desses sujeitos, gerando resultados similares a de uma pessoa adicta em drogas químicas, demonstrando a possível problemática do tema.

Quando se fala do uso problemático de pornografia, não se pode deixar de lado a questão moral. Inicialmente, se pode compreender, de acordo com o olhar da pesquisa de Lewczuk *et al.* (2020), que as pessoas que usam pornografia podem ter problemas se elas sentirem que o seu comportamento vai contra as suas normas internas, como as suas crenças religiosas ou morais

Portanto, se mostra também importante a compreensão de questões além da moral; também o gênero faz com que a problemática seja mais acentuada para os homens, segundo Cardoso *et al.* (2022), isso se deve às normas socioculturais relacionadas à sexualidade e às normas de gênero. Arelado a isso está a regulação do estado emocional; o uso de pornografia online pode gerar emoções positivas, como prazer e alegria, podendo ser uma experiência de estar em uma realidade agradável e intensa e esse estado faz com que o usuário dessa prática possa utilizá-la como fuga de outro tipo de realidade, uma entediante ou até negativa, devido a problemas, estresse e tristeza, se tornando uma forma de esquiva (BLINKA *et al.*, 2022).

A problemática mais enfatizada diante desta pesquisa é a disfunção erétil, que pode estar associado ao uso excessivo de pornografia. Este problema é mais encontrado em homens jovens e em início de relacionamento, devido aos fatores como pressão de desempenho, ansiedade e insegurança e, junto disso, existem homens que consideram a pornografia mais excitante que a relação sexual com outro sujeito isso gera um comportamento de comodismo e adaptado a realidade pornográfica que não se assemelha a de uma relação íntima com outro ser humano, podendo causar a disfunção erétil situacional, pois a excitação, a ereção peniana foi condicionada aos estímulos pornográficos (JACOBS *et al.*, 2021).

Um mecanismo que pode ser uma das causas à disfunção erétil, à ejaculação precoce e à dificuldade de relacionamentos pessoais é a dessensibilização dos estímulos sexuais de usuários problemáticos de pornografia. Ou seja, antes um vídeo pornográfico era suficiente para o indivíduo atingir o orgasmo, porém, com o uso contínuo e persistente, ele pode desenvolver uma dessensibilização, precisando de muitos vídeos de conteúdo pornográfico para se chegar ao mesmo resultado anterior. O mesmo estudo afirma que a conduta excessiva, principalmente em sessões prolongadas, resultou em considerável fadiga, exaustão e privação de sono dos usuários, justamente devido ao comportamento obsessivo criado pela dessensibilização dos estímulos (BLINKA *et al.*, 2022).

Outro estudo que desempenha um papel fundamental diante as problemáticas exibidas é de Hanseder *et al.* (2023) no qual os participantes também apresentaram

sofrimentos psíquicos como ansiedade, angústia psicológica, depressão, insegurança, autoconfiança reduzida e autoestima baixa. Isso ocorria por causa da autopercepção dos participantes do estudo da incapacidade de parar de usar a pornografia, demonstrando ser um comportamento compulsivo que se mantinha apesar dos esforços para cessar a busca por esse tipo de conteúdo. Blinka *et al.* (2022) trouxe, de forma complementar, em sua pesquisa os sentimentos de autodepreciação e autodesprezo por parte dos entrevistados ao se enxergarem incapacitados de mudar de comportamento e de buscar outras formas de prazer.

Quanto às relações afetivas, dependente do contexto e dos padrões de consumo dentro do casal (KOHUT *et al.*, 2021), o uso problemático surgia quando apenas um dos indivíduos utiliza pornografia e o outro consome pouco ou nada, a satisfação sexual e relacional do primeiro é negativamente afetada. Outra faceta do uso de pornografia para os relacionamentos amorosos é a constante exposição à conteúdos sexuais violentos. Conforme Meagan *et al.* (2018), homens que reportaram um nível mais elevado de envolvimento excessivo, compulsivo e descontrolado com pornografia também apresentaram maior incidência de perpetrar violência física e sexual contra parceiras íntimas.

A estratégia encontrada na pesquisa como principal adotada por essa população de estudo para lidar com essa problemática foi a redução, alternância ou interrupção do consumo de pornografia (HENSEDER *et al.*, 2023). A Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC), tanto como tratamento abrangente quanto em forma isolada, demonstrou eficácia no manejo de comportamentos sexuais compulsivos, podendo ser buscada como uma área efetiva de tratamento para o uso problemático de pornografia, segundo Lotfi, Babakhanin e Ghazanfarpour (2021).

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

A presente pesquisa buscou explorar algumas das principais dimensões desse problema em ascensão no Brasil, destacando a dificuldade de encontrar materiais nacionais, os desafios no acesso ao tratamento, o estigma associado à busca de ajuda e a

influência da cultura sobre esse comportamento. A sexualização da sociedade e a fácil acessibilidade à pornografia online podem contribuir para o desenvolvimento desse comportamento problemático sem que se perceba seus riscos, que, segundo a pesquisa realizada, podem causar sofrimento físico e psíquico ao indivíduo. Por fim, através dos estudos realizado fez se perceber que o Brasil ainda carece de recursos terapêuticos específicos e profissionais de saúde mental treinados para lidar com o uso compulsivo de pornografia e necessita de mais pesquisas na área para maior compreensão da problemática.

REFERÊNCIAS

BAUMEL, C. *et al.* Atitudes de Jovens frente à Pornografia e suas Consequências. **Psico-Usf**. v. 24, p. 131-144, 2019. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/psuf/a/Jpt5TYJSjkDbV5ckSDyvxhG/?format=html&lang=pt>>. Acesso em: 29 ago. 2023

BLINKA L. *et al.* Online Sex Addiction: A Qualitative Analysis of Symptoms in Treatment-Seeking Men. **Front Psychiatry**. 2022. Disponível em: <<https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpsy.2022.907549/full>>. Acesso em: 29 ago. 2023

CARDOSO, J. *et al.* Predictors of Pornography Use: Difficulties in Emotion Regulation and Loneliness. **J Sex Med**, v. 19, n. 4, p. 620-628, 2022. Disponível em: <<https://academic.oup.com/jsm/article/19/4/620/6961258?login=false>>. Acessado em: 29 ago. 2023.

CONSELHO FEDERAL DE PSICOLOGIA. Código de Ética Profissional dos Psicólogos, Resolução n.º 10/05, 2005. Psicologia, ética e direitos humanos.

GOLA, M.; LEWCZUK, K.; SKORKO, M. What matters: Quantity or quality of pornography use? Psychological and behavioral factors of seeking treatment for problematic pornography use. **The journal of sexual medicine**, v. 13, n. 5, p. 815-824, 2016. Disponível em: <<https://academic.oup.com/jsm/article-abstract/13/5/815/6940181?login=false>>. Acesso em: 08 jun. 2023

GOLA M., *et al.* Can Pornography be Addictive? An fMRI Study of Men Seeking Treatment for Problematic Pornography Use. **Neuropsychopharmacology**. 2017 Sep;42(10):2021-2031. Disponível em: <<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5039517/>>. Acesso em: 09 abr. 2023.

JACOBS T. *et al.* Associations Between Online Pornography Consumption and Sexual Dysfunction in Young Men: Multivariate Analysis Based on an International Web-Based Survey. **JMIR Public Health Surveill.** 2021. Disponível em: <<https://publichealth.jmir.org/2021/10/e32542/>>. Acesso em: 29 ago. 2023.

KOHUT T. *et al.* But What's Your Partner Up to? Associations Between Relationship Quality and Pornography Use Depend on Contextual Patterns of Use Within the Couple. **Front Psychol.** 2021. Disponível em: <<https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpsyg.2021.661347/full>>. Acesso em: 29 ago. 2023.

LEWCZUK K. *et al.* Variability of Pornographic Content Consumed and Longest Session of Pornography Use Associated With Treatment Feeling and Problematic Sexual Behavior Symptoms. **Sex Med.** 2021. Disponível em: <<https://academic.oup.com/smoa/article/9/1/100276/6956600?login=false>>. Acesso em: 29 ago. 2023.

LOTFI A.; BABAKHANIN M.; GHAZANFARPOUR M. The effectiveness of intervention with cognitive behavioral therapy on pornography: A systematic review protocol of randomized clinical trial studies. **Health Sci Rep.** 2021. Disponível em: <<https://onlinelibrary.wiley.com/doi/full/10.1002/hsr2.341>>. Acesso em: 29 ago. 2023.

MICHAELIS: **Dicionário Brasileiro da Língua Portuguesa.** Editora Melhoramentos Ltda., 2021. Disponível em: <<https://michaelis.uol.com.br/moderno-portugues/busca/portugues-brasileiro/pornografia>>. Acesso em: 21 fev. 2023.

PARK, B. Y. *et al.* Is internet pornography causing sexual dysfunctions? A review with clinical reports. **Behavioral Sciences**, v. 6, n. 3, p. 17, 2016. Disponível em: <<https://doi.org/10.3390/bs6030017>>. Acesso em: 10 abr. 2023.