

CENTRO UNIVERSITÁRIO BRASILEIRO - UNIBRA

CURSO DE GRADUAÇÃO EM PSICOLOGIA

ANTONIO MARCOS FLORÊNCIO DA SILVA

ARIANE SANTOS P. P. DE ARAUJO

PALOMA MARIA DE LIMA SILVA

**IMPACTOS PSICOLÓGICOS DO CONSUMO DE
PORNOGRAFIA NO INÍCIO DA ADOLESCÊNCIA
NA ERA TECNOLÓGICA: ÓTICA DA TERAPIA
COGNITIVA COMPORTAMENTAL**

RECIFE/2023

ANTONIO MARCOS FLORÊNCIO DA SILVA

ARIANE SANTOS P. P. DE ARAUJO

PALOMA MARIA DE LIMA SILVA

**IMPACTOS PSICOLÓGICOS DO CONSUMO DE PORNOGRAFIA NO INÍCIO DA
ADOLESCÊNCIA NA ERA TECNOLÓGICA: ÓTICA DA TERAPIA COGNITIVA
COMPORTAMENTAL**

Trabalho de conclusão de curso apresentado à
Disciplina TCC II do Curso de Bacharelado em
Psicologia do Centro Universitário Brasileiro
UNIBRA, como parte dos requisitos para conclusão
do curso.

Orientador(a): Prof. Ma. Catarina Burle Viana

Ficha catalográfica elaborada pela
bibliotecária: Dayane Apolinário, CRB4- 2338/ O.

S586i Silva, Antonio Marcos Florêncio da.
Impactos psicológicos do consumo de pornografia no início da
adolescência na era tecnológica: ótica da terapia cognitiva comportamental
/ Antonio Marcos Florêncio da Silva; Ariane Santos P. P. de Araujo; Paloma
Maria de Lima Silva. - Recife: O Autor, 2023.
27 p.

Orientador(a): Ma. Catarina Burle Viana.

Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação) - Centro Universitário
Brasileiro – UNIBRA. Bacharelado em Psicologia, 2023.

Inclui Referências.

1. Adolescência. 2. Dependência psicológica. 3. Pornografia. 4.
Psicoterapia. 5. Uso da internet. I. Araujo, Ariane Santos P. P. de. II. Silva,
Paloma Maria de Lima. III. Centro Universitário Brasileiro. - UNIBRA. IV.
Título.

CDU: 159.9

AGRADECIMENTOS

Sou grata primeiramente a Deus por ter me proporcionado esta oportunidade de estar na reta final do curso, assim como agradeço a minha família, meus pais Socorro e Américo e ao meu irmão Alisson por todo apoio durante o processo e por todo o investimento em minha educação, a minha avó por todas as orações e toda minha família pelas palavras de apoio. Sou grata principalmente a minha equipe que realizou este trabalho junto a mim, assim como a instituição (UNIBRA) que me proporcionou anos de aprendizado ao lado de pessoas incríveis. Também sou grata à professora Catarina Burle por todas as orientações. – Ariane Santos

Agradeço primeiramente a Deus, a família e amigos pela ajuda e aos professores pela colaboração! – Antônio Marcos

Primeiro de tudo sou grata a Deus por me proporcionar a oportunidade de fazer este curso, a minha mãe e familiares por serem meu abrigo, me apoiar psicologicamente e financeiramente em cada passo. Agradeço à instituição (UNIBRA), meus professores e orientadora Catarina Burle que me instruíram. Também colegas de trabalho por esses momentos que passamos juntos e suporte para construirmos esse trabalho. – Paloma Maria

RESUMO

A pornografia, de acordo com os estudos científicos, é entendida como um tipo de conteúdo direcionado ao estímulo sexual no indivíduo, através da exibição de órgãos genitais ou atos sexuais. No decorrer dos estudos verificados sobre esse tema, em que o público escolhido foi os adolescentes, foi possível observar como a era digital facilita o acesso a esses conteúdos, e descobrir os prejuízos cognitivos e comportamentais provenientes da visualização em excesso. Desse modo, procuramos contribuir com o aumento do conhecimento sobre o alto e fácil consumo da pornografia, os malefícios causados quando vista precocemente e as alterações no comportamento e o surgimento de possíveis patologias, trazendo discussões sobre o tema que ainda é pouco explorado, apesar dos altos níveis de exploração da pornografia no Brasil. Para construir o trabalho foi realizada uma revisão sistemática de literatura, sendo pesquisada, selecionada e feita a leitura de livros e artigos científicos e teóricos que se encaixam na proposta do trabalho que é investigar os malefícios da pornografia nos adolescentes e sua correlação com a veiculação fácil na internet. Conclui-se que há necessidade de maior atenção da sociedade para essa situação, da psicoeducação sexual para que não haja essa falta de informações que acabam sendo prejudiciais. A dependência em pornografia além de causar sentimentos ruins e comportamentos disfuncionais, pode estar relacionada ao sofrimento emocional do indivíduo. O desenvolvimento do trabalho foi construído como base em métodos da terapia cognitivo-comportamental, bem como foi identificado a falta de um termo diagnóstico correto para o vício em pornografia no Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais (DSM).

Palavras chaves: Adolescência; dependência psicológica; pornografia; psicoterapia; uso da internet.

ABSTRACT

Pornography, according to scientific studies, is understood as a type of content aimed at sexual stimulation in the individual, through the display of genitals or sexual acts. During the studies carried out on this topic, in which the chosen audience was teenagers, it was possible to observe how the digital age facilitates access to this content, and discover the cognitive and behavioral damages resulting from excessive viewing. In this way, we seek to contribute to increasing knowledge about the high and easy consumption of pornography, the harm caused when viewed prematurely and the changes in behavior and the emergence of possible pathologies, bringing discussions about the topic that is still little explored, despite the high levels of pornography exploitation in Brazil. To build the work, a systematic literature review was carried out, researching, selecting and reading books and scientific and theoretical articles that fit the purpose of the work, which is to investigate the harm of pornography in adolescents and its correlation with easy dissemination on the Internet. It is concluded that there is a need for greater attention from society to this situation, sexual psychoeducation, so that there is no lack of information that ends up being harmful. Pornography addiction, in addition to causing bad feelings and dysfunctional behaviors, may be related to the individual's emotional suffering. The development of the work was based on cognitive-behavioral therapy methods, as well as the lack of a diagnostic term correct for pornography addiction in Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (DSM).

Keywords: adolescence; psychological dependence; pornography; psychotherapy; internet use.

LISTA DE QUADROS

Quadro 1 – Resultados.....	23
----------------------------	----

LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS

A – Artigo

C – Capítulo de livro

BVS – Biblioteca Virtual em Saúde

DMS – Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais

COVID-19 – Corona Vírus Disease ou Doença do corona vírus, 2019

IBGE – Instituto Brasil de Tecnologia e Estatística

OMS – Organização Mundial da Saúde

TCC – Terapia Cognitivo-Comportamental

PRISMA – Principais Itens para Relatar Revisões Sistemáticas

SCIELO – Scientific Eletronic Library On-line

SIAMS – Sociedade Italiana de Andrologia e Medicina Sexual

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO	9
2 OBJETIVOS	12
2.1 Objetivo geral	12
2.2 Objetivos específicos	12
3 REFERENCIAL TEÓRICO	13
3.1 – Pornografias no cenário atual	13
3.2 – Dependência ligada a fácil acessibilidade da internet	14
3.3 – A iniciação dos desejos sexuais	15
3.4 – Possíveis consequências obtidas pelo alto consumo de pornografia	16
3.5 – Contribuições da Psicologia no tratamento das dependências da pornografia virtual	19
4 DELINEAMENTO METODOLÓGICO	20
5 RESULTADOS E DISCUSSÕES	22
5.1 – Crescimento da pornografia e sua promoção on-line	
24 5.2 – Efeitos prejudiciais do consumo da pornografia, com ênfase na adolescência	28
5.3 – A Psicologia e a Terapia Cognitivo-Comportamental atuando na psicoeducação deste âmbito	30
6 CONSIDERAÇÕES FINAIS	32
REFERÊNCIAS	34

1 INTRODUÇÃO

A pornografia e seu consumo sempre estiveram presentes em meio à sociedade, seja ela representada em estátuas, pinturas, revistas, e hoje em dia propagada abundantemente através da tecnologia pelas mídias digitais. Através do dicionário on-line pode-se definir pornografia como qualquer material de exibição e descrição de atividades sexuais ou nudez explícita, comumente de cunho obsceno, com o objetivo recreativo (Pornografia, 2023). A produção de filmes, livros e imagens de teor erótico a cada instante aumentam o seu mercado. Com o desenvolvimento tecnológico e midiático, vários sites são criados com este propósito, gerando inúmeros conteúdos pornográficos de fácil acesso, variedades estimulantes, assim facilitando o vício pelo consumo do conteúdo, ativados pela necessidade e curiosidade. Seja ela feita por idosos, adultos, jovens e até crianças, como geralmente não há restrições de acesso, facilmente pode ser encontrada. Simples palavras-chave de cunho sexual direciona o indivíduo a uma gama de sites em qualquer rede social e navegador.

Um mapeamento em sites de pesquisa e estudo de mercado (Quantas, 2018) do consumo de pornografia no Brasil em dados mais recentes apontou que 22 milhões de brasileiros consomem pornografia. Em 2023, de acordo com dados mensurados pela plataforma SemRush que se baseia no tráfego e no número de palavras-chave, o Xvídeos, um dos sites mais populares de conteúdo adulto é o terceiro no ranking de sites mais visitados, sendo os primeiros, respectivamente, o YouTube e Google. O Pornhub, que também é um site de streaming de conteúdo sexual ocupa a sétima posição. Quatro dos cinquenta sites mais populares do mundo são de conteúdo pornográfico, e o Brasil aparece como o 12º país mais consumidor desse conteúdo (Baumel et.al., 2020).

O psiquiatra Norman Doidge fala que a pornografia age da seguinte maneira: “A pornografia satisfaz cada um dos requisitos prévios para a mudança neuroplástica. Quando os Pornógrafos se orgulham de ir um passo além ao introduzir temáticas novas e mais fortes, admitem que precisam fazer isso porque seus clientes estão desenvolvendo uma tolerância ao conteúdo habitual.” (Barr, 2020).

A Psicologia Cognitiva auxilia nos processamentos de informações e representações mentais, linguagem, memória e outras funções cognitivas, é um processo em conjunto, das interações dos cinco elementos: ambiente, biologia, afeto, comportamento e cognições. Através de uma abordagem psicoterápica breve, estruturada, focal, orientada para o presente, cujo objetivo é modificar pensamentos e comportamentos disfuncionais, a Terapia Cognitiva é sugerida. Ela foi desenvolvida por Aaron Beck, na Universidade da Pensilvânia, na década de 60, tendo como principais influências o comportamentalismo ou behaviorismo (de Watson e Skinner). A Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC) tem como objetivo capacitar os comportamentos para processos de mudança, pois este necessita aprender a modificar seu pensamento e comportamento frente ao que vivencia, buscando a construção de estratégias. Sua aplicabilidade se dá em diferentes modalidades, variando de atendimentos individuais a grupais, e nas diferentes faixas etárias, desde a infância até a velhice (Rezende, 2011).

Segundo Neto (2015), esses acontecimentos, conhecidos como conexões virtuais, modificou o uso dos conteúdos pornográficos, adaptando a indústria pornô e atingindo diretamente a relação dos usuários com os conteúdos. A internet se tornou responsável por distribuir as informações, com possibilidade de interação de indivíduos das mais diversas regiões com mais rapidez, por meio das comunidades virtuais de formas diversas. Deste modo, compreendemos que a pornografia virtual pode apresentar um fenômeno cultural típico dos nossos tempos e pouco rastreado. A pornografia sempre esteve presente, e embora a internet seja apenas mais um instrumento, ela se apresenta, na atualidade, um principal local de pesquisa, além da facilidade com que se pode ter acesso aos conteúdos pornográficos.

A busca por materiais pornôs é bem comum durante a adolescência quando o interesse sexual aflora, levando a procurar conteúdo que auxiliarem na satisfação da curiosidade e dos desejos que a fase da puberdade impulsiona. A falta de informação faz a pornografia ser um recurso primordialmente buscado para aprender sobre sexualidade, e evitar que o primeiro contato seja através de conteúdos adultos, é importante para prevenir consequências negativas relativas ao desenvolvimento da sexualidade e a maturação. Existem também outras variáveis que podem levar a pessoa a se apoiar nesses conteúdos sexuais como um escape de alguma frustração da vida.

É possível encontrar dados científicos sobre a pornografia ter efeitos negativos no desempenho das atividades cerebrais, comportamentais e sexuais.

O consumo excessivo causa a compulsão, alterando o comportamento do indivíduo (Hirschman, 1992), predispondo a desenvolver transtornos de ordem mental refletindo no físico. Quando associados ao consumo de pornografia on-line, geram comportamentos sexuais de risco, principalmente se tais informações forem introduzidas prematuramente, ou seja, na infância e adolescência (Young, 2011).

O questionamento levantado sobre esse assunto é, de que maneira o consumo precoce da pornografia contribui com o desenvolvimento de mudanças comportamentais em adolescentes?

A hipótese é, portanto, que a imersão excessiva nos conteúdos pornográficos, principalmente se iniciado precocemente, pode influenciar negativamente, afetando o julgamento e alterando o comportamento, podendo estar associado a maiores incidências de exploração sexual, abusos e objetificação do corpo, distorção do conceito do sexo real e desvalorização das relações.

As implicações emergentes dos materiais pornográficos estão relacionadas à dependência específica da internet. Há motivações para o consumo exacerbado, como para satisfazer o prazer. Muito visualizado também no intuito de relaxar, como um entretenimento, estimulando a parte do cérebro que funciona como motivação para continuar pela recompensa do prazer recebido através da ação praticada (Young, 2008). Há outras motivações além da frequência assistida e estímulo que faz os indivíduos continuarem dependente, sendo eles uma válvula de escape para a angústia, ansiedade, frustrações, sentimentos de incompetência e convívio disfuncional com a família e sociedade (Hirschman, 1992).

Buscou-se contribuir com reflexões acerca das questões ocasionadas pela visualização desse material, sendo crescente e preocupante, girando em torno de variáveis sociais, mas enfatizando neste trabalho as implicações psicológicas. Articular sobre a importância da promoção dos saberes psicológicos atuando na sociedade que não tratam muito dessas discussões, e desconstruir problematizações acerca da promoção desses conhecimentos. Trabalhar a sexualidade ainda é um tabu enorme na sociedade, mas as incidências que podem

acontecer pela falta desses conhecimentos devem ser levadas em maior consideração.

Algumas séries televisivas contribuíram para o surgimento do interesse dos pesquisadores na temática, pois foi visualizado que estas representações simbólicas e fictícias representavam grande parte da realidade de casos de consumo pornográfico, além de ser um produto recorrente em toda a humanidade por ser parte da necessidade de um indivíduo se satisfazer, partindo do ponto da praticidade de encontrar tal conteúdo.

Também alguns debates vistos em redes sociais sobre as práticas e comportamentos duvidosos que ferem o pudor e integridade física, e as dúvidas encontradas do que deveria se enquadrar em doenças psicológicas ou apenas atos maldosos. Assim tornou-se imprescindível trazer à tona e explicitar os limites entre um comportamento que pode ser reparado com ajuda psicológica, e um que seja perigo real para o indivíduo e sociedade. A autora Mackinnon (1993) relaciona essa confusão mental de julgamentos do que é correto ou não socialmente às produções pornográficas e o cenário que ela apresenta, pois transforma o abuso em sexo e fantasia, tornando-se aceitável e consensual na mente do espectador e vítima.

2 OBJETIVOS

2.1 Objetivo geral

Compreender se o constante consumo de conteúdo virtual pornográfico pode ocasionar alteração comportamental em adolescentes.

2.2 Objetivos específicos

Explorar através da literatura se houve o aumento da pornografia em uma era tecnológica devido ao fácil acesso;

Identificar os efeitos do consumo precoce da pornografia;

Verificar as possíveis manifestações de alterações comportamentais como a compulsão, fobias sociais, ansiedade.

3 REFERENCIAL TEÓRICO

3.1 Pornografia no cenário atual

Em 2006, o primeiro material pornográfico foi lançado de maneira totalmente gratuita e de prático acesso através do site YouPorn, sendo este o primeiro site a disponibilizar o conteúdo (Baumel, 2019). E o acesso on-line tem crescido cada vez mais com o passar do tempo e o alto desenvolvimento da tecnologia, que atualmente tem sido abrangente em grande parte da população. Em 2018 o Instituto Brasil de Tecnologia e Estatística (IBGE) apontou que no Brasil 64,7% da população com idade acima de 10 anos usam os meios da Internet e que cerca de 94,6% utilizam através do celular. O site do Pornhub (2018) que divulga e fornece conteúdos pornográficos gratuitamente e de maneira ilimitada, publicou que o Brasil está em 8º lugar numa colocação mundial em número de acessos e visitas ao site diariamente, por volta de 200 milhões de acessos. E a quantidade de vídeos novos colocados anualmente é por volta dos 6 milhões. Ainda majoritariamente acessados por homens, embora o número de mulheres também seja crescente. Esses dados mostram também que umas das cenas mais comuns de se encontrar nos pornô são as que contêm agressão física e objetificação.

Em 2020 com o momento da pandemia do COVID-19 o site do Pornhub (2020) publicou uma lista de locais de consumo de vários países, onde indicou um aumento significativo em março de 2020, onde se dava início ao isolamento social decretado pela Organização Mundial da Saúde (OMS) em 11 de março de 2020, mediante a pandemia.

A internet e os recursos midiáticos têm um papel importante no desenrolar dessas estatísticas. Esse aspecto é relacionado diretamente à subjetividade do sujeito e sua visão de si e do outro, além da modelação cultural e o capitalismo que propaga a pornografia também como um produto que provoca a alienação do consumidor, diversificado ao modo que alcança o maior tipo de público possível e instiga o consumista a buscar avidamente por mais (Hirschman, 1992).

Em questão ao tabu e a moralidade, que ainda impedem de o conteúdo trafegar ainda mais livremente, o fato de estar acessível de modo que a pessoa possa acessar de forma oculta e num ambiente particular e isolado, conduz a pessoa a usufruir deliberadamente sem medo de julgamentos (Young, 2009).

3.2 Dependências ligada a fácil acessibilidade da internet

A dependência tecnológica é realmente o maior causador desses comportamentos patológicos, pela visão da psiquiatra Spear King (2010). Explicando que as dependências são frutos de uma vulnerabilidade da pessoa, que somando com questões familiares e fragilidades emocionais, ela é direcionada para um caminho que aparece disponível na vida delas, e ainda essa necessidade de preenchimento emocional é direcionada para a compulsão, que no caso abordado é a pornografia on-line.

Ainda, Lembke (2021), diz que o vício em sexo é um enorme problema e que leva algumas pessoas a pensar no suicídio, pois a tecnologia vem minimizando a importância da conexão humana, das relações reais. Em seu livro, *Dopamine Nation: Finding Balance in the Age of Indulgence* (2021), lido em português como: *Nação da dopamina: encontrando equilíbrio na era da indulgência*, mostra como o cérebro reage a esses estímulos no contexto compulsivo, agindo em busca da satisfação do prazer, e seu excesso sendo o causador da infelicidade. Quando a letargia do prazer passa, o que resta é o desconforto, decepção, sentimento de culpa, baixa autoestima, tristeza e leve depressão. Então o cérebro busca novamente a sensação prazerosa, estabelecendo assim um ciclo vicioso. Para Lembke (2021), toda a pornografia é prejudicial, viciando ou não, porque objetifica e torna a interação humana rasa em seu nível mais básico.

Para explicar o uso problemático da internet, a psicóloga e especialista em transtorno de dependência de internet, Young K.S (2010), fundamenta o comportamento dependente em conteúdos virtuais. O vício psicológico de consumir internet exacerbadamente causa sintomas como depressão, insônia e irritabilidade.

Os transtornos são disfunções caracterizadas por perturbações consideradas clinicamente significativas na cognição, no emocional e no comportamental de um indivíduo (Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais – DSM-5, 2013), e ainda de acordo com o DSM-IV-TR (2003) caracterizam-se por prejuízos severos nas habilidades de interação social recíproca, habilidades de comunicação, ou presença de comportamento, interesses e atividades estereotipados.

Segundo Young (2009) o motivo que implica na necessidade de utilizar a internet é a busca por suprir alguma falta social ou psicológica, a inquietude ou problemas cotidianos.

Young (2008) definiu seis características do consumidor compulsivo: (1) saliência, quando a dependência molda completamente a personalidade do indivíduo, desde suas emoções e pensamentos até seu comportamento; (2) euforia, que é a excitação e a busca de recompensa acima da razão; (3) tolerância, que é o aumento da intensidade do comportamento para atingir o nível de satisfação desejado; (4) tristeza, por não conseguir recusar o comportamento de que é dependente; (5) conflito, que é a tensão em não querer consumir, mas necessitar do comportamento; e (6) remorso por ter falhado em resistir à tentação (relapso).

De acordo com Brezing (2010) o uso patológico da internet pode levar a uma diminuição das atividades sociais, um aumento de sintomas depressivos e à solidão. Também, o uso da internet pode se tornar uma doença crônica.

3.3 A iniciação dos desejos sexuais

Weinberg (2010), em seu artigo Pornography, normalization, and empowerment, fala da importância da pornografia para a composição da vida sexual, das descobertas e aprendizados, sua importância histórica. No entanto, além da serventia de representar as relações sexuais, o valor não é mais o mesmo das representações pornográficas desde os primórdios, comparadas com o intuito delas na atualidade.

Outros autores como a filósofa pós-estruturalista Judith Butler (2000), também vão a favor dessa concepção, embora associando mais para o cenário do feminismo, fazendo conexão dos relacionamentos e relações homem e mulher na sociedade, levando para o lado dos efeitos causados que refletem principalmente na mulher mais vista como um objeto, e o homem perdendo a masculinidade e a forma de relacionar com a família, amigos, e até como isso afeta em suas gerações futuras, os próximos ensinamentos. É importante salientar que o consumo assíduo da pornografia já era visto como um promulgador de comportamentos maléficos. Os trabalhos e livros da autora argumentam pela proteção das crianças, tanto a se submeterem a esse conteúdo quanto às consequências dele.

Freud foi um importante pesquisador que contribuiu para o entendimento da construção da personalidade. A sexualidade faz parte de todo o indivíduo, a

manifestação dos impulsos sexuais começa desde cedo, como Freud (1996) já salientou. E em seus “Três ensaios sobre a teoria da sexualidade” (1905-1924) e suas cinco edições, explicam que é mais que uma necessidade de sobrevivência. Nomeou de “Zonas erógenas” (1924), as regiões do corpo priorizadas como fonte de prazer quando estimuladas. Pulsões de vida e morte (1965), que impulsiona a vida para a direção da fonte do desejo. E a libido, que é a energia que dá força a todas as instâncias psicosexuais (1915-1920). Considerando assim todo o aparelho psicosexual existente em todo ser humano agindo como seu propulsor, que vai se apresentando com o avanço da maturação.

Figueiró (2013) diz que o sexo deve ser falado de forma que seja associado à alegria, ao riso, à descontração, ao prazer de viver, e, contudo ainda prevaleça uma dose de seriedade, responsabilidade, compromisso, respeito pelo outro e por si próprio.

A educação sexual deve formar pessoas autônomas, tanto moral quanto intelectualmente. Ao mesmo tempo em que orientamos para que pensem e decidam com seriedade qual o melhor momento para iniciar sua vida sexual, devemos ajudá-los a entender que, muito antes de se preocuparem em fazer sexo, devem investir em aprender a se expressar sexualmente, por meio de atitudes afetivas eróticas. Isso significa aprender a dar e receber carícias, a dar e receber afeto, aprender a “curtir” a alegria e o prazer nos pequenos atos eróticos, tais como: tocar; pegar na mão; abraçar; beijar; afagar os cabelos; olhos nos olhos etc. (Figueiró, 2013, p. 193).

A sexualidade está presente na vida de todo ser humano desde a infância, no entanto cabe ao grupo social que se está inserido de perpassar a construção sexual de forma positiva e responsável de modo que as orientações não possibilitem a origem de hábitos preocupantes para a saúde.

3.4 Possíveis consequências obtidas pelo alto consumo de pornografia

A dependência da internet traz como consequências negativas problemas nos relacionamentos interpessoais, aumento do comportamento delinquente e criminoso, além de isolamento social, queda no desempenho acadêmico e profissional (Brezing, et al., 2010), comprometendo o corpo e a mente. A compulsão virtual acarreta má qualidade de sono e a perda dele, indisposição, negligência com a própria saúde e os males que acompanham o mau rendimento escolar e no trabalho e isolamento e fobia social (Young, 2010).

O vício pode ser desencadeado por conta dos estímulos produzidos, que geram uma liberação de dopamina, podendo danificar o sistema neurológico de recompensas (Şenormanci et al., 2014), ocasionando na busca constante da sensação do prazer criado. O consumo da pornografia também vem sendo relacionado ao desgaste do córtex pré-frontal, a região responsável pela função executiva, como a força de vontade e a moralidade (Barr, 2019).

Quando um adolescente começa a ser muito constante em uma grande escala de visualização em pornografia on-line, é possível que parte desses adolescentes sofra com o passar do tempo do que uma pesquisa de urologia italiana nomeou de "anorexia sexual", que seria uma dificuldade em se relacionar sexualmente com uma pessoa real fisicamente. Gradualmente os consumidores tornam-se menos sensibilizados a imagens pornográficas, então a libido acaba caindo e torna-se mais difícil se ter uma ereção, causando frustração e busca incessante pela satisfação da carga de dopamina. (Zimbardo; Wilson; Coulombe; 2016). A neurocientista Valerie Voon, através de seus estudos comprovou que as atividades cerebrais de um viciado em pornografia são idênticas a atividade de viciados em substâncias tóxicas (Dias; Medeiros, 2015).

O vício pela pornografia ocorre quando o impulso natural para o prazer sexual se torna desequilibrado e ao invés de ser um motivador, o domina (Hilton; Faans, 2016). A onda de prazer ocasionada pela dopamina o domina e com isso sente um desejo de buscar mais vídeos e imagens pornográficas para satisfazer a sua vontade, então ver algumas imagens no decorrer do dia já não é mais o bastante para o sujeito (Hilton; Faans, 2016).

Deste modo, as modificações psicofisiológicas mediante ao contato com os estímulos pornográficos, pode ocasionar inúmeros problemas físicos, psicológicos e emocionais. Pois da mesma maneira que drogas afetam o sistema cerebral, a pornografia também pode comprometer o cérebro do indivíduo (Velasco; Gil, 2017). Segundo Warden (2004 apud Fortim; Araujo, 2013), o diagnóstico mais apropriado para um sujeito que passa grande parte do dia juntando e consumindo pornografia na Internet e acessando sites pornográficos seria o de compulsão por sexo.

Webere (1998, p. 149), afirma que a falta de informação acerca da sexualidade faz parte da cultura social negligente nesse aspecto, previamente pela

falta dos pais passarem para os filhos esse conhecimento, seja por eles próprios carecerem dessa informação, ou seja, pelo moralismo rígido que os impedem de orientar os filhos. O ideal é estar aberto a um diálogo claro sobre a sexualidade para impedir que os jovens se desenvolvam com complexos. Isso é visto em toda a sociedade, a dificuldade em cultivar esse assunto, porém ficando à mercê de todos os meios que induzem a um mal.

Estabelecendo assim a importância desse assunto ter visibilidade, isso é propagado em casa, na escola e nos canais de comunicação. Evitando a procura por esses conteúdos. Também saber agir quando surgirem em seus eletrônicos, redes sociais, mídias. Como para quem já tem o hábito de assistir pornografia, isso englobando todos os públicos, saibam a problemática do que estão consumindo, para se policiar e reverter os possíveis quadros de comportamentos indesejados e recorrer à ajuda se já tiver observado alguma alteração ou dificuldade em realizar tarefas simples do cotidiano.

Há alguns trabalhos publicados de linha psicanalítica e científica que evidenciam a imagem viciante da pornografia, e suas incidências quando vista em longo prazo. Diante todo o delineamento já feito, vê-se como ela alimenta a face do angustiado, como ela pode ser um escape para satisfazer as fantasias, porém em todos esses âmbitos ela se mostra destrutiva.

Com efeito, nessa versão da atualidade, o que orienta o indivíduo é a busca desesperada de uma poção mágica que impossibilite o reconhecimento do sofrimento inerente à existência, impedindo então a constatação das decepções que a vida inevitavelmente provoca em qualquer ser humano, de forma que o sujeito possa existir em estado nirvânico. Portanto, nesse pacto, o valor que direciona o sujeito existencialmente é um antivalor, pois é o não saber sobre as condições fundamentais do sujeito que está em pauta. (Birman, 2012, p. 215).

No livro *Against Pornography: The Evidence of Harm*, escrito pelos autores Diana; Russel (1993) descreve-se a relação entre imagens, especialmente sexualmente violentas, na mídia, e agressão subsequente [...] que é muito mais forte estatisticamente do que a relação entre fumar e câncer de pulmão. É possível encontrar relatos de pessoas que sofrem com os rastros maléficos que a pornografia deixou.

Hilton e Faans (2016) do centro de saúde do Texas destacaram o modo como o vício em pornografia afeta o sistema de recompensas do nosso cérebro. Foram

citados estudos recentes que mostram que o vício em pornografia causa mudanças cerebrais idênticas ao do abuso de substâncias químicas. As crianças e adolescentes estão particularmente ameaçadas por esse fator, porque o lobo frontal do cérebro não se desenvolve completamente até por volta dos 25 anos de idade. As substâncias químicas envolvidas no sistema de recompensas do cérebro são mais potentes em organismos que ainda estão em desenvolvimento, o que aumenta a vulnerabilidade das crianças e adolescentes a mudanças substanciais e definitivas na estrutura do seu cérebro.

3.5 Contribuições da Psicologia Cognitiva Comportamental no tratamento das dependências da pornografia virtual

A modulação da cognição e os comportamentos disfuncionais são ligados aos sentimentos e emoções influenciados por eventos cotidianos que causaram sofrimento psíquico, podendo gerar psicopatologias. Os sintomas causados pela repetição do ato prendem o indivíduo num ciclo em que ele precisa continuar consumindo compulsivamente para aplacar os efeitos que ficam após o consumo (Young, 2008; Hirschman, 1992). Desse modo, sugere-se a atuação da psicoterapia para ajudar o indivíduo a reformular os sentimentos e emoções, a fim de mudar o comportamento compulsivo advindo deles.

Young (2011) recomenda formas de tratamentos como a abordagem psicológica da Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC), pois ela conta com um apanhado de técnicas mais metódicas e mensuráveis, que ajudam a ir desconstruindo através de estratégias e ferramentas utilizadas na psicoterapia aos poucos os pensamentos, atitudes e comportamentos indesejados.

Hirschman (1992) fala que os comportamentos aditivos são os mais propensos a recaídas, portanto é importante o acompanhamento contínuo das práticas que a psicoterapia ensina para manter a regulação dos pensamentos e uso.

O modelo da terapia TCC foi originado e desenvolvido por Aaron Temkin Beck (1963) e ela pode ser aplicada em vários transtornos e públicos. A psicoterapia cognitiva comportamental inclui diversas abordagens e perspectivas em sua integração e ela ajuda no processo dos pensamentos e cognições que provocam a mudança no comportamento. Ou seja, a cognição pode afetar o comportamento e

ela também pode ser monitorada ou alterada para que o comportamento seja mudado para o desejado. Os pensamentos podem ser influenciados pelo ajustamento psicossocial e cultural do sujeito, o externo pode mudar a cognição do indivíduo para funcionais ou disfuncionais. O organismo humano responde às representações cognitivas sobre seu meio, e a aprendizagem é mediada pela cognição. (Beck, 1997).

Oliveira (2018) também reforça que a terapia está direcionada a modelação de pensamentos, significados, em uma modificação emocional desse modo um dos objetivos dessa abordagem é entender e ajudar o pensamento consciente ou não consciente disfuncionais. Essa dinâmica parte da abordagem que pensamentos alterados e não realistas influenciam diretamente os relacionamentos e os costumes da pessoa, logo, a forma como uma situação é entendida e visualizada influencia a impulsão dos seus. O emocional e as atitudes não são gerados pelos acontecimentos em si, mas sim pelo que se pensa sobre os eventos, assim, emoções e comportamentos são influenciados pelo pensamento.

A psicoeducação é entendida por explicações direcionadas pelo terapeuta, seguidas de questionamentos utilizados no intuito de trazer ao entendimento o processo de aprendizagem e a colaboração do paciente, a psicoeducação evidencia-se como uma técnica usual na TCC que permite ao indivíduo o desenvolvimento de pensamentos, ideias e reflexões sobre seu modo de viver no mundo, e como se comportar diante de situações por meio de atividades que podem proporcionar a reflexão e a construção de valores. A TCC parte da ideia de que os pacientes podem aprender a manejar e modificar as cognições e o humor, e que a psicoeducação permite o aprendizado do paciente pelo conhecimento. O objetivo dessa intervenção é fornecer aos pacientes informações que possibilitem o entendimento de suas vivências (Oliveira, 2018).

4 DELINEAMENTO METODOLÓGICO

Esta é uma pesquisa qualitativa de revisão sistemática da literatura, elaborada com o objetivo de investigar e reunir textos de autores que desenvolveram trabalhos acerca dos malefícios da pornografia, da veiculação fácil dela em canais tecnológicos, na culminação dos jovens tendo contato com esse material, e a

potencialidade da linguagem e imagem pornográfica em moldar comportamentos incongruentes e indesejados, de valores deturpados e negativos.

A seleção de artigos foi dividida em três etapas. A primeira etapa foi realizada através do Google Acadêmico, que é um buscador on-line onde se encontra produções científicas nacionais e internacionais, e do SciELO (Scientific Electronic Library On-line), pesquisando através do filtro: páginas em português e inglês, com palavras-chave que dariam uma condução para a pesquisa, encontrou-se resultados que variaram em "pornografia como agravador da construção sexual" "índice do consumo de pornografia atualmente" "tecnologia como facilitador do acesso a conteúdo pornográficos" "resposta mental e física após a dependência na pornografia", "danos psicológicos ocasionados pelo consumo de pornografia". O termo e definição de pornografia. O ponto sempre sendo a pornografia, tecnologia e desenvolvimento. Foi utilizado também o recurso de descritores da Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) para facilitar a localização mais específica dos artigos, sendo os termos pesquisados: adolescência, dependência psicológica, pornografia, psicoterapia e uso da internet.

Na segunda fase (seleção) aplicaram-se os filtros a seguir: período de publicação (entre 2013-2023), obedecendo aos critérios de inclusão utilizando artigos publicados nos últimos 10 anos, ordem de relevância e artigos de revisão, incluindo citações. Como a quantidade de teóricos sobre o tema são escassos, fugindo desse critério, são citados Hirschman e Young que são pontes para as pesquisas posteriormente encontradas.

Na última fase (elegibilidade) foi realizada duas etapas, a leitura dos resumos e após o encontro dos artigos, a leitura completa dos mesmos. Os títulos e resumos que foram analisados entraram de acordo com os seguintes critérios para serem inclusos: a) artigos que estivessem ligados aos fatores associados aos danos causados mediante o consumo precoce da pornografia na era da tecnologia; b) pesquisas que forneciam dados e resultados sobre os fatores de alteração comportamental mediante o consumo da pornografia; c) artigos em que a abordagem da Psicologia cognitiva comportamental discorre sobre pornografia e dependência tecnológica.

Os critérios para eliminação e seleção dos artigos finais foram: a) estudos que não deixavam claro os contextos voltados para a Psicologia e nem atendiam os objetivos do estudo; b) artigos que não citavam a abordagem da Psicologia Cognitiva; c) artigos que não abordavam o fator dos danos e riscos gerados pela pornografia; d) artigos que apresentavam os danos causados nas relações amorosas; e) artigos que falavam sobre comportamentos agressivos, violentos e abusivos desenvolvido pela cultura da pornografia.

Sendo assim, 20.700 artigos foram encontrados sem a filtragem, após a filtragem reduziram para 3.870, depois de aplicar os critérios de inclusão e exclusão já citados anteriormente restaram 47, que foram lidos os resumos e que a partir disso 12 foram selecionados para checagem mais abrangente do conteúdo, e destes apenas 8 artigos que continham o material desejado foram utilizados para fundamentar esse trabalho.

5 RESULTADOS E DISCUSSÃO

AUTOR	ANO	TIPO	TÍTULO	OBJETIVO	RESULTADOS	CONSIDERAÇÕES FINAIS
Hirshman, E.C	1992	A	The consciousness of addiction: Toward a general theory of compulsive consumption	Embasar e especificar a compulsão on-line. Fundamentar a importância do tratamento da dependência virtual.	O autor explica a necessidade de apoio familiar e acompanhamento o contínuo no tratamento às dependências tecnológicas, e dos limites necessários para uso da internet.	Conclui-se que o adolescente, se angustiado psicologicamente, pode ser incapaz de administrar as emoções e ações, e que isso pode resultar no comportamento aditivo pelos conteúdos virtuais específicos.
Young, K.S	2010	A	Internet addiction: diagnosis and treatment considerations.	Estabelecer parâmetros para diagnosticar e avaliar o vício na internet assim como são diagnosticadas outras patologias, e	A autora define a dependência tecnológica como um comportamento disfuncional e negativo e fundamenta a importância dela ser incluída nos	Conclui-se a dependência virtual uma problemática para a saúde e o futuro, e que deve receber mais atenção, com necessidade de intervenção psicológica, com

				encontrar formas de tratar a dependência em conteúdo on-line.	apêndices da DMS como um transtorno e estar apta para ser tratada clinicamente.	diagnóstico, tratamento e prevenção.
Young, K.S	2011	C	Prevalence estimates and etiologic models of internet addiction. Understanding internet behavior and addiction	Fundamentar a importância de a dependência virtual ser incluída nos apêndices da DMS como um transtorno e estar apta para ser tratada clinicamente e identificar motivos para tal	A autora apresenta as características do consumidor compulsivo e tipo de comportamento, e associa ao contexto social e emocional, como solidão e sofrimento psíquico. Sugere-se psicoterapia comportamental - TCC.	Conclui-se que a vulnerabilidade emocional pode influenciar o uso compulsivo da internet, e que isso só agrava mais o quadro de reclusão e adoecimento cognitivo. Portanto, elucida a necessidade da Psicologia e terapias atuando para que complicações futuras sejam minimizadas.
Şenormanci, Konkan, Güçlü, & Şenormanci	2014	A	Two Cases of Excessive Internet Use with Comorbid Family Relationship Problems	Observar os possíveis malefícios que podem ser ocasionados principalmente através do uso excessivo da Internet	Os autores afirmaram que mesmo que em níveis não excessivos do uso da internet, ainda assim pode gerar distúrbios sociais.	Conclui-se que os estímulos sexuais através da internet com o uso da pornografia excessivamente, podem acabar trazendo danos no papel da dopamina afetando o sistema de recompensas no cérebro.
Hilton, Donal; Faans, Junior.	2016	A	Pornography and the Brain	Embasar a possibilidade de que o consumo de pornografia on-line na adolescência de modo desequilibra do pode ocasionar danos cerebrais significativos semelhantes ao uso de substâncias químicas.	Os autores ressaltam as mudanças neuroquímicas na área do córtex pré-frontal e sistema de recompensa do cérebro que se desgastam ao vício causados por assistir pornografia.	Conclui-se que o vício em pornografia ocasiona um forte impacto no sistema de recompensas do cérebro, da mesma maneira que o uso abusivo de substâncias químicas e essas alterações são mais potentes em crianças e adolescentes devido à estrutura cerebral ainda não completamente

						desenvolvida.
Zimbardo, P; Wilson,G; Coulombe,N	2016	A	How Porn Is Messing with Your Manhood	Identificar os possíveis impactos cognitivos e comportamentai s da pornografia on-line em adolescentes.	Os autores relataram que quando um adolescente tem contato frequente com a pornografia, é possível que gere em parte desses adolescentes uma “anorexia sexual”, ou seja, dificuldade de se relacionar fisicamente com alguém.	Conclui-se que com o passar do tempo, os acessos recorrentes a pornografia on- line, principalmente iniciados na adolescência, tende a gradualmente afetar a libido, devido a perda de sensibilização a imagens, o que dificulta as relações reais e físicas.
Oliveira, A, J; Rosa, D, G; Ferro, L, A; Rezende, M.	2018	A	Técnicas cognitivo- comportamentais no tratamento do transtorno obsessivo compulsivo: uma investigação baseada em evidências.	Identificar as técnicas de psicoeducação, de exposição, de prevenção e de respostas como as técnicas mais utilizadas.	Os autores observaram, em todos os relatos de casos levantados, que a psicoeducação facilitou a inserção do aprendizado.	Conclui-se que o estudo forneceu conteúdos com base em evidências clínicas, para eleger a melhor técnica da Psicologia Cognitiva Comportamental.

(Fonte: criação própria)

Legenda do tipo: A – Artigo; C – capítulo de livro;

5.1 Crescimento da pornografia e sua promoção on-line

Com base nos estudos apresentados no resultado do trabalho, quando se fala em pornografia as primeiras impressões para esse conteúdo é em relação à obscenidade, a transgressão, tabus, a imoralidade, a diversão, o social capitalista, o fetichismo, são muitas considerações relativas.

Ainda é escasso encontrar discussões acerca da pornografia e tudo que a engloba, é um enorme tabu, principalmente quando sempre é voltada para a obscuridade da indústria que produz conteúdos pornográficos, tanto quanto a comunidade que fazem parte da produção desses conteúdos, da exploração sexual e a objetificação que é sempre ligada a esse meio, especialmente em relação às mulheres. Nesse contexto é um terreno bem delicado a se galgar, pois envolve um

mercado monetário enorme e mexe nos negócios e meios trabalhistas de uma parcela da sociedade.

Mas a pauta sempre está envolvida nesse viés social, pouco se falando sobre a procedência do conteúdo pornográfico atuando na parte psicológica do ser humano e como essa atuação contribui para o desencadear de todas as considerações que estão ligadas ao conteúdo pornográfico. Os dados do Pornhub (2020), um dos sites de conteúdos pornográficos, em informações mais detalhadas expõem que os números de visitantes ao site em sua maioria são figuras masculinas, embora as femininas estejam aumentando atualmente. Além de que os vídeos mais visualizados são os que retratam agressão, o que sugere a tendência do pornô a objetificar e ofender majoritariamente as mulheres. Os dizeres sobre o comportamento relativo à sociedade consumidora de pornografia transitam mais entre a violência e abusos que o sexo feminino está à mercê, por ser entendida como um objeto sexual, sobre a desigualdade de gênero e o reflexo da sociedade patriarcal nesse âmbito.

Há certa escassez de trabalhos que trilham acerca da influência da pornografia na alteração cognitiva e conseqüentemente na comportamental, de modo que prejudica o desenvolvimento da maturação e que isso posteriormente pode acarretar nas conseqüências que o conteúdo pornográfico pode causar na vida do indivíduo, envolvendo todas as pautas faladas anteriormente e algumas mais. E, portanto, é por esses dados de acontecimentos, e por outros futuros possíveis advindos desse consumo, que evidenciamos e enveredamos por esse caminho.

Zimbardo; Wilson; Coulombe (2016) apresentam a pornografia como representações sexuais deturpadas da realidade, das tradicionais às degradantes, evidenciam de que a exposição constante pode sim mudar atitudes.

A alta visualização da pornografia está diretamente ligada à era da banda larga e dos avanços tecnológicos que facilitam o acesso da juventude aos materiais eletrônicos e uma gama de resíduo da internet que expõe gratuitamente esses conteúdos. A trajetória histórica não mudou a visão desses conteúdos, pelo contrário, mesmo com os avanços e com a construção social em que muitos grupos da sociedade, inclusive a feminina, vêm tendo maiores espaços de falas e de conquistas. A propagação da pornografia é exacerbada, mantendo no topo a

questão do ser humano como um ser primordialmente sexual, em que desloca seus desejos e satisfação primeiramente pelo objeto sexual.

Há divergências de opiniões sobre o conteúdo pornográfico, visto como um importante material histórico e de ensinamentos, como um instrumento de instrução sexual essencial para o desenvolvimento da sexualidade e do conhecimento próprio do indivíduo. E já outros que discordam exatamente por achar a pornografia um material impróprio para a construção da sexualidade por ensinar de maneira irreal e incitar erroneamente as posições e atitudes que os indivíduos devem manter durante as relações sexuais. Além de todos os aspectos que afetam o cognitivo.

Young (2010) explica a dependência da tecnologia e conteúdos específicos como resultado das questões sociais que o indivíduo possa ter com outro e consigo mesmo. É quando a falta de algo se converte na busca por um objeto de satisfação, tendo os desejos fálicos como subterfúgios para aplacar o desamparo.

Ainda dando continuidade a fala da autora, a dependência tecnológica pode ser associada ao relacionamento cotidiano do indivíduo, questões familiares insegurança, reclusão, sentimentos como ressentimento, amargura, que faz com que a alienação em algum objeto se torne um apoio, no caso em questão a pornografia. Entramos na questão que é a dificuldade dessas pessoas em se vincular com as pessoas reais, sendo os efeitos que a compulsão tecnológica causa, entre essas os pesquisadores utilizam o termo "anorexia sexual" para se referir a dificuldade em ter relações sexuais reais. E que esse quadro pode avançar para condições mais críticas.

Os estudos de Young (2011) sobre as dependências da internet ajudaram a correlacionar o meio virtual como principal facilitador da quantidade de pornografia visualizada, o desenvolvimento do vício a esse material específico, a busca por mais conteúdo e a suas consequências, como as cognições disfuncionais. Young reforça que o comportamento dependente advém principalmente de pessoas que se encontram com dificuldades na vida, e recorrem à internet como distração, regulação emocional e escape dos problemas.

A dependência do uso excessivo da internet ainda não se encontra nos critérios da DMS como um transtorno, mas isso não impediu Young (2010) de se

basear no apêndice do DMS-IV que pontua transtorno o controle dos impulsos para analisar o uso compulsivo da internet. E com isso ele conseguiu identificar o diagnóstico que classifica uma pessoa como uma usuária viciada na internet e seus conteúdos específicos ou generalizados. Ainda seguindo os estudos da autora, o impulso pelo uso da internet pode ser incontrolável, embora seus efeitos danificadores, os consumidores não conseguem se desprender facilmente da função, evidenciado assim o comportamento problemático acerca da situação. Ainda em seus estudos ela identifica os universitários como os usuários mais frequentes. A população universitária em grande maioria é composta por adolescentes, o que deixa claro o público mais afetado pelas consequências das atividades on-line, e o que isso pode causar na composição da geração futura.

Existe essa linha tênue entre o motivo de se apoiar no conteúdo pornográfico ser para aplacar alguma necessidade, e/ou desenvolver a necessidade nos conteúdos justamente pela dependência que ela causou após visualização excessiva. Foi um fator notado por Young (2010), o indivíduo cria um espaço de conforto e obtenção de satisfação sem julgamentos. A busca pela satisfação para diminuir o sofrimento em alguma instância pode ser mais prejudicial quanto o problema inicial, levando a acumular mais sofrimento que posteriormente culminará em complicações mais sérias a serem tratadas. A característica principal é a de reclusão, e as interações virtuais podem preencher essa solidão, bem como confinar a pessoa no estado confortável da solidão, dificultando as interações sociais tão essenciais para a maturação. Aspectos como a depressão, estresse, irritabilidade, ansiedade social são resultadas de muitas horas gastadas em conteúdo virtual.

A desinformação pode causar efeitos irreversíveis. Crianças e adolescentes podem facilmente ter contato com esse tipo de conteúdo e se embrenhar nesse mundo desde cedo. Dando assim, novamente, a importância em falar sobre o que esse tipo de estimulação visual precoce pode causar. A confusão de sentidos e respostas a eles, atrapalhando o desenvolvimento saudável e implicando em desejáveis comportamentos futuros. Mais uma das razões para serem estudados os efeitos causados pela pornografia facilmente destilada nas pessoas, e como ela vem refletindo nos julgamentos, o que ela provoca no comportamento, que chega a mover as massas para o parâmetro de achar e tomar práticas sexuais ilícitas em aceitáveis e compreensíveis.

Todavia, as questões relativas à sexualidade ainda são consideradas muito delicadas para se debater, principalmente com os jovens, mesmo sendo algo natural que todo ser humano tem a vivência. Porém, de qualquer maneira as pessoas vão em busca do conteúdo sexual de forma silenciosa, sem a menor noção das consequências negativas, por esse motivo a sociedade não deveria ter essa resistência em esclarecer a sexualidade e orientar a respeito.

6.2 Efeitos prejudiciais do consumo da pornografia, com ênfase na adolescência

Existem inúmeras opiniões e estudos a respeito do consumo de pornografia e o que ocasiona nas pessoas que a consomem, desde os benefícios trazidos e principalmente os malefícios. Como possíveis benefícios são apontados pela sociedade o aprendizado sobre atos sexuais e a possibilidade de descobrir sobre o seu corpo e o do outro.

Zimbardo; Wilson; Coulombe (2016) alegaram que seria bem mais fácil achar uma agulha no palheiro do que encontrar algum adolescente que ainda não tenha assistido pornografia on-line. Através de pesquisas realizadas foi visto que a média de visualizações de pornografia por adolescentes é em torno de duas horas por semana. A idade média de se fazer sexo pela primeira vez é em torno dos dezessete anos, o que indica que o garoto assistiu por volta de 1.400 sessões pornográficas, antes de realizar o sexo verdadeiramente.

Através do pesquisador Foresta (2016), chefe da Sociedade Italiana de Andrologia e Medicina Sexual (SIAMS) foi dito que imagens de cunho pornográfico parecem conter uma capacidade grande de memorização. Durante a adolescência existe uma janela de tempo em que os interesses sexuais estão mais iminentes (Zimbardo; Wilson; Coulombe; 2016). Quando durante a fase da adolescência, os indivíduos são pegos pela visualização da pornografia on-line em grande escala, poderão sofrer com o que foi dito pela pesquisa italiana, como “anorexia sexual”, tendo dificuldades de se relacionar com parceiros reais. Primeiro começam a ter menos sensibilidade com as imagens vistas, fazendo com que a libido caia, dificultando a ereção (Zimbardo; Wilson; Coulombe; 2016).

Partindo da análise do comportamento, o controle da reação à masturbação vem do reforço intermitente estimulado pelos impulsos sexuais. A masturbação com intuito sexual tende a iniciar na adolescência, este comportamento vem através dos estímulos produzidos de maneiras diversas, podendo trazer o autoconhecimento físico, tendo como a recompensa sendo descarregada do desejo sexual (o orgasmo), quando este comportamento é realizado constantemente, pode gerar um déficit sexual, causando uma tolerância a certos tipos de conteúdo e práticas, onde se muda o comportamento, em busca dos mesmos resultados anteriores. (Şenormanci, Konkan, Güçlü, & Şenormanci; 2014). Porém quando se fala sobre o alto nível de acesso a pornografia virtual, que pode ser acessada em qualquer hora e qualquer lugar, um dos riscos destacados são de que as cenas assistidas nos vídeos ou imagens podem desenvolver um vício.

Vale ressaltar que o consumo excessivo é um comportamento padronizado por algum indivíduo, tal como o uso de drogas, álcool, jogos e a pornografia, algo que é realizado excessivamente, mais do que o habitual, maior do que muitas vezes seria algo considerado como saudável, podendo gerar impactos significativos seja na saúde, mental, física ou social, porém não necessariamente seria um vício por aquele que o consome, porém pode ser uma indicação de predisposição ao vício, já que é algo que pode deixar o sujeito dependente e vulnerável, o que pode prejudicar em todos os âmbitos de sua vida. É algo que se faz necessário averiguar a frequência e a necessidade do uso.

Şenormanci, Konkan, Güçlü, & Şenormanci (2014) explicam que assim como as substâncias químicas tendem a gerar dependência, os vídeos de teor sexual também são desencadeadores do estímulo não naturais do nível de dopamina, o que pode danificar o sistema de recompensas, causando até a inutilização do mesmo mediante aos prazeres naturais. O consumo de pornografia também tem sido ligado ao desgaste do córtex pré-frontal, o lado do cérebro que é responsável pela função executiva, incluindo a força de vontade, o controle de impulsos e o senso de moral. O vício é gerado quando o desejo natural do prazer sexual fica desequilibrado, ao invés de ser algo motivador, ele prende e controla (Hilton; Faans, 2016).

Como a onda de prazer gerada foi alta através da dopamina, os impulsos pela sensação se tornam recorrentes, então uma ou duas imagens já não são mais suficientes para satisfazê-lo (Hilton; Faans, 2016). É notório como o poder que essas sensações absorvidas pelo cérebro podem conduzir a rotina de um indivíduo, principalmente durante a adolescência, onde ele está cercado por ondas de estímulos sexuais no decorrer do dia. Muitos inicialmente usam a prática da masturbação através de pornografia como um meio de desestresse, podendo evoluir para um costume recorrente, até chegar à fase da constante necessidade. Além disso, a violência que muitas vezes é apresentada na pornografia é considerada como comportamento de risco e com um poder mais nocivo quando o conteúdo é acessado por adolescentes e jovens, uma vez que tendem a recorrer a esse tipo de conteúdo para aprendizado de práticas sexuais, podendo desde cedo estabelecer padrões de interesse.

A pornografia também tem forte influência na plasticidade do cérebro, que seria a capacidade do cérebro de mudar e se adaptar após as experiências estabelecidas com a rotina (Zimbardo; Wilson; Coulombe; 2016). Além das funções cognitivas que são influenciadas pelo acesso a pornografia, que contribui com a predisposição dos homens a seguir de maneira antissocial e a redução da aceitação social a mulher.

6.3 A Psicologia e a Terapia Cognitivo-Comportamental atuando na psicoeducação deste âmbito

A TCC se mostra eficaz no tratamento de dependência da internet de acordo com Young (2011) que desenvolveu estratégias que reconhecem o padrão de uso dos usuários, maneja a diminuição de tempo, além de utilizar as ferramentas de psicoterapia que consiste em desconstruir pensamentos, crenças, sentimentos e controlar impulsos que podem estar influenciando a compulsividade.

Hirschman (1992) e Oliveira (2008) também trazem estudos parecidos, baseados no consumo compulsivo, utilizando a Psicologia e psiquiatria e sociologia para embasar seus estudos.

Hirschman (1992) aborda os angustiados como sendo pessoas que se sentem incapazes de administrar os sentimentos e buscam substâncias ou

comportamentos externos para escapar da ansiedade e devolver o controle das emoções. Tipicamente, este tipo de vício está associado a indivíduos que passaram a infância com família disfuncional e entendem que a ingestão de determinadas substâncias, ou aderência a um comportamento viciante, podem ser vistos como ato racional.

O vício na internet, em conteúdos generalizados ou específicos, ainda está em estudo para ser incluído como um apêndice na DSM-V. Young (2011) já havia levantado a possibilidade dessa dependência ser elegível para fazer parte do Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais.

Segundo Young (2011) e estudos da TCC, a farmacoterapia também auxilia nos tratamentos de dependências. Como a constante visualização de telas e o conteúdo visto nelas agem nas áreas neurológicas, as químicas inibidoras e até estimuladoras, a depender do caso de adição do indivíduo, são bastante eficazes e podem ser aliados à psicoterapia e vice-versa.

Uma importante adição na progressão do tratamento do indivíduo é o reforço da família e o acompanhamento no cotidiano. A dependência tem grandes chances a recaídas (Hirschman, 1992), portanto é imprescindível o trabalho contínuo contra os pensamentos adversos que possam estar causando o comportamento compulsivo.

Toda a carga de sentimento, como por exemplo, a amargura, solidão, abandono, ou até mesmo crise de identidade e também o contexto social em que vive, a configuração familiar a que pertence, podem impossibilitar o conhecimento de forma correta e saudável. O adolescente acaba recorrendo a recursos como a pornografia on-line para explorar a prática sexual e conhecer o próprio corpo. Em contrapartida, os pensamentos gerados por essas representações que forçam uma performance com ideais e irreais sobre as relações, sobre o sexo e o corpo desencadeiam em emoções e atitudes negativas que podem evoluir para uma patologia.

Primeiramente, os parentes são os grandes responsáveis pela regulação das atividades que os adolescentes se envolvem. Partindo disso, são de grande

importância a monitoração e a educação do tempo de cada tarefa e conteúdos visualizados.

Assim visto, as questões da sexualidade também deveriam ser pautas discutidas sem restrições no âmbito familiar, para que experiências negativas sejam evitadas ao máximo. Para transmitir o assunto de forma responsável é fundamental buscar apoio teórico, psicológico e pedagógico, com pessoas aptas para abordar tais informações. Conscientizar sobre a sexualidade e sexo é mais do que falar sobre o ato sexual, é ensinar os conhecimentos sobre si e sobre o outro, reconhecer atitudes positivas e negativas, evitar o enfrentamento de problemas relacionados à vulnerabilidade, abusos e violência, é construir um indivíduo com a identidade saudável e responsável.

A Psicologia pode ajudar nessa educação e desenvolvimento sexual de maneira correta e positiva para todos os públicos.

A sexualidade faz parte de toda a sociedade e é construída historicamente, sendo ela desenvolvida através da cultura e das relações sociais estabelecidas. Cabe ao grupo social que se está inserido de perpassar a construção sexual de forma positiva e responsável de modo de que as orientações não possibilitem hábitos preocupantes para a saúde.

6 CONSIDERAÇÕES FINAIS

É possível associar o uso excessivo de imagens pornográficas a impactos significativos, sejam eles sociais ou cognitivos, a intensificação dos estímulos de recompensas cerebrais muitas vezes pode estar relacionada a esta prática constante, o tal uso em si, não é problemático, vai depender se os estímulos ultrapassam a funcionalidade íntegra do cérebro. Não há como limitar quem acessa e quem produz este tipo de conteúdo, devido ao contexto social e a praticidade de gerar e encontrar qualquer coisa através da internet.

Mediante a isso, os efeitos da pornografia necessitam primeiramente da análise do consumidor, principalmente pelo fato de ser utilizada por adolescentes e jovens como fonte de um conhecimento sexual, sendo visto como sexualmente educativo.

Partindo da análise através dos estudos reunidos, foi notório o quanto o crescimento da tecnologia teve um impacto significativo relacionado à indústria pornográfica e em como isto reflete no consumidor desses conteúdos. É evidente como a praticidade de acesso sem filtro pode direcionar qualquer pessoa aos sites, incluindo crianças e adolescentes. Afinal é algo que tem influência sobre o corpo completo, o que gera desejo pela constante descarga de dopamina. Inicialmente quando um adolescente se depara com essas sensações, a curiosidade é despertada e faz com que o desejo pelo prazer se torne constante.

Com a funcionalidade da era digital e o fato da praticidade da busca, não consumir pode ser um desafio para o indivíduo, principalmente quando ele encontra nesses conteúdos um escape das frustrações na vida real e contextos que vive, assim como é usada para conhecimento das funções sexuais. A medida constante de utilização pode ser danosa, prejudicar a saúde física e mental se ocorrer de maneira excessiva, principalmente em adolescentes que estão em formação social e física. Esses aspectos devem ser considerados para serem realizados novos estudos e encontrar mais intervenções, é uma questão de saúde mental e pública. Recorrer a auxílios terapêuticos específicos irá contribuir com a melhoria cognitiva durante ou após a dependência visual, pois ajudará na qualidade de vida, seja ela social, ou até mesmo física.

No entendimento sobre os artigos selecionados, as técnicas da Psicologia Comportamental Cognitiva são as mais utilizadas nesse contexto clínico. As técnicas de psicoeducação foram relatadas pelos autores na condução dos casos. É importante ter o cuidado com o adolescente devido ao seu grau de maturidade para uma melhor compreensão.

Observou-se como delimitações deste artigo o pequeno número de estudos de assuntos publicados relacionados ao tema, o que foi uma problemática para a produção deste trabalho. Foi possível notar que em todos os casos levantados a psicoeducação foi utilizada no intuito de facilitar a inserção do assunto, uma vez que a pessoa pode mostrar-se relutante ao se deparar com assuntos temidos.

Assim, a proposta inicial deste trabalho é fornecer conteúdos com ênfase em evidências científicas e psicológicas, para propor a melhor ação a respeito dessa

pauta, como o auxílio técnico da Psicologia Cognitiva Comportamental para cada pessoa.

REFERÊNCIAS

- ÁLVARES, Luiz Fernando H. M. **Pornografia on-line: uma nova forma de consumo compulsivo**. Rio de Janeiro, 2020. Disponível em: <https://www.maxwell.vrac.pucrio.br/colecao.php?strSecao=resultado&nrSeq=4942@1>. Acesso em: 5 abr. 2023.
- BALDIM, Fernanda Alves. **O vício em pornografia: considerações sobre a internet e a adicção na atualidade**. Dissertação em Psicologia, Departamento de Psicologia, Universidade Estadual de Maringá. Maringá, 2017. Disponível em: <http://repositorio.uem.br:8080/jspui/handle/1/3072>. Acesso em: 6 abr. 2023.
- BAUMEL, Cynthia Perovano Camargo et. al. **Consumo de pornografia e relacionamento amoroso: uma revisão sistemática do período 2006, 2015**. Minas Gerais: Revista Interinstitucional de Psicologia, pag. 13, 2020. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1983-82202020000100004. Acesso em: 5 abr. 2023.
- BERCHT, Gabriela. **Pornografia e atos de fala: o debate entre Judith Butler e Catharine MacKinnon**. Porto Alegre, 2016.
- BIRMAN, Joel. **Mal-estar na atualidade: a psicanálise e as novas formas de subjetivação**. Rio de Janeiro: Civilização Brasileira, 2012.
- BREZING, C., DEREVENSKY, J.L. & POTANZA, M.N. (2010). **Non-substance-addictive behaviors in youth: pathological gambling and problematic internet use**. Child Adolesc. Psychiatric Clin. N. Am. 19, 625-641.
- CALÓ, Fábio Augusto. **Vício em pornografia: causa, sintomas e tratamento**. Inpa – Instituto de Psicologia Aplicada, Asa Sul, Brasília – DF, Brasil, 2019. Disponível em: <https://inpaon-line.com.br/blog/vicio-em-pornografia-causa-sintomas-e-tratamento/>. Acesso em: 22 mar. 2023.
- COSTA, Ana.L. **Pornografia: uma análise sobre seus impactos e a relação com a violência de gênero**. UNIESP – centro universitário coordenação do curso de bacharelado em direito. Cabedelo – pb2020. Disponível em: Publicações | IESP agora é UNIESP Centro Universitário <https://www.iesp.edu.br/institucional/publicacoes>. Acesso em: 20 agos. 2023.
- DIAS, Mônica Soares; MEDEIROS, Lucilene G. S. **Da moralidade à patologia: Como a pornografia virtual age no cérebro humano?**. 2015. 14 f. TCC (Graduação) - Curso de Psicologia, Faculdades Integradas de Patos, Patos, 2015. Disponível em: <http://fipon-line.edu.br/coopex/pdf/cliente-3-a952712a028753f8ba7f2d63c77ea811.pdf>. Acesso em: 3 maio. 2023.

FIGUEIRÓ, Mary Neide Damico, **Formação de Educadores Sexuais: adiar não é mais possível.** – Campinas, SP: Mercado de Letras; Londrina, PR: Eduel. (Coleção Dimensões da Sexualidade), 2006.

FREUD, Sigmund. **Three Essays on the Theory of Sexuality** (1905). Disponível em: <https://www.sas.upenn.edu/~cavitch/pdf>. Acesso em: 8 abr. 2023.

GAGLIOTTO, G. M; CORDEIRO, J. D. S; MANARIN, T. **Educação sexual, adolescência, psicanálise e formação de professores.** Seminário (Pós graduação em educação) - Universidade Estadual do Oeste do Paraná, Francisco Beltrão, Paraná, 2014. Disponível em: https://www.editorarealize.com.br/editora/anais/enlacando/2017/TRABALHO_EV072_MD1_SA35_ID1218_27072017124735.pdf. Acesso em: 25 mar. 2023.

GAGLIOTTO, Giseli Monteiro; LEMBECK, Tatiane. **Sexualidade e Adolescência: educação sexual numa perspectiva emancipatória.** Educere Et Educare – Revista de Educação / Universidade Estadual do Oeste do Paraná. Campus de Cascavel. Colegiado Curso de Pedagogia. Programa de Mestrado em Educação – Área de Concentração: “Sociedade, Estado e Educação” – v.1. n.1 (2011) Cascavel: EDUNIOESTE.

HILTON, Donald; FAANS, Junior. **Pornography and the Brain: Understanding the Addiction.** 2016. The University Of Texas, San Antonio, 2016. Disponível em: <https://salifeline.org/wpcontent/uploads/2016/11/Pornography-and-The-Brain.pdf>. Acesso em: 4 maio. 2023.

MACKINNON, Catherine. Only words. Cambridge: Harvard University Press, 1993.

Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais. BATISTA, Deyse. Porto Alegre: ARTMED, 2002, 4 a.

Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais: DSM-5 / [American Psychiatric Association. Tradução: Maria Inês Corrêa Nascimento... et al.] Revisão técnica: Aristides Volpato Cordioli... [et al.]. – 5. ed. – Porto Alegre: Artmed, 2014.

NETO, A, R; CECCARELLI, P, R. **Internet e pornografia: notas psicanalíticas sobre os devaneios eróticos na rede mundial de dados digitais.** Belo Horizonte, ano 37, n. 70 - p. 15 – 22, out. 2015.

OLIVEIRA, A, J; ROSA, D, G; FERRO, L, A, M; REZENDE, M, M. **Técnicas cognitivo-comportamentais no tratamento do transtorno obsessivo-compulsivo: uma investigação baseada em evidências.** Universidade Metodista de São Paulo, Revista de Psicologia da UNESP 18 (1), 2018.

PIROCCA, C. (2012). **Dependência de internet, definições e tratamentos: revisão sistemática da literatura.** Monografia de pós-graduação, Instituto de Psicologia, Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre. Disponível em: Dependência da internet, definição e tratamentos - Lume UFRGS <https://www.lume.ufrgs.br/handle/10183/40120>. Acesso em: 20 agos. 2023.

PORNOGRAFIA. In: Dicio, Dicionário On-line de português do Google, Oxford Languages – Oxford University Press, 2023. Disponível em: <https://languages.oup.com/google-dictionary-pt/>. Acesso em: 25 mar. 2023.

REDAÇÃO. **Site adulto surpreende e ultrapassa Globo e UOL em tráfego no Brasil**, 2023. Disponível em: <https://correiodopovo-al.com.br/geral/site-adulto-surpreende-e-ultrapassa-globo-e-uol-em-trafego-no-brasil>. Acesso em: 03 abr. 2023.

REZENDE, Sabrina. **Terapia Cognitivo-Comportamental e políticas públicas direcionadas a crianças e adolescentes vítimas de abuso sexual: Limites e possibilidades** - Monografia Curso de Especialização em Psicologia Cognitivo-comportamental-universidade do rio grande do sul, porto alegre, 2011.

VELASCO et al. **La adicción a la pornografía: causas y consecuencias**. 2016. 9 f.TCC (Graduação), Medellin, 2017. Disponível em: <http://www.funlam.edu.co/revistas/index.php/DAB/article/view/2265>. Acesso em: 4 maio. 2023.

WEREBE, M. J. G. **Sexualidade, Políticas e Educação**. Autores e associados. São Paulo, 1998. 217 p.

YOUNG, K. S. **Internet sex addiction risk factors, stages of development, and treatment**. *American Behavioral Scientist*, v. 52, pp. 21–37, 2008.

YOUNG, K.S. **Internet addiction: diagnosis and treatment considerations**. *J. Contemp. Psychother.* 39, 241–246. doi:10.1007/s10879-009-9120-x, 2009.

YOUNG, K.S. **Avaliação clínica de clientes dependentes de internet**. In Young & Abreu (Orgs), *Dependência de internet: manual e guia de avaliação e tratamento* (pp. 36-54). Porto Alegre: Artmed, 2011.

YOUNG, K.S.; DONG, Yue; LI, Ying. **Prevalence estimates and etiologic models of internet addiction**. *Understanding internet behavior and addiction*. 12-29, 2010.

ZIMBARDO, P; WILSON, G; COULOMBE, N. **How Porn Is Messing with Your Manhood**. *Skeptic*. 21, 3, 22-26, Sept. 2016. ISSN: 10639330. Acesso em: 4 maio. 2023.