

## A INFLUÊNCIA DO USO DA PORNOGRAFIA VIRTUAL NO DESEMPENHO SEXUAL E NA VINCULAÇÃO AFETIVA

Amanda Rocha Araújo<sup>1</sup>  
Maria Eduarda de Sousa Nunes<sup>2</sup>  
Victoria Caroline Torres<sup>3</sup>  
Phillippe Braga Santos<sup>4</sup>

**RESUMO:** A pesquisa científica sobre a influência do uso da pornografia virtual no desempenho sexual e na vinculação afetiva é ampla, embora os resultados possam variar. Portanto algumas descobertas sugerem que o consumo excessivo do conteúdo pornográfico pode estar associado a vários fatores, por exemplo, dificuldades na função erétil, diminuição do desejo sexual e problemas de intimidade emocional, enquanto outros estudos enfatizam a falta de uma relação direta de causa e efeito ao tratar a pornografia como fator não predominante. Há evidências que a exposição à pornografia pode moldar as expectativas sexuais e influenciar negativamente a percepção da intimidade real. Além disso, questões como dependência, diminuição da satisfação sexual, dificuldades de comunicação e fatores fisiológicos afetados têm sido levantadas em alguns contextos para observar melhor os aspectos causados pelo uso do conteúdo supracitado. Dessa forma, é importante considerar o papel dos fatores individuais, da cultura, dos valores pessoais e da qualidade do relacionamento ao avaliar o impacto da pornografia virtual no desempenho sexual e na vinculação afetiva.

4647

**Palavras-chave:** Pornografia virtual; Desempenho sexual - Vinculação afetiva.

**ABSTRACT:** Scientific research on the influence of virtual pornography use on sexual performance and emotional attachment is extensive, although results may vary. Therefore, some findings suggest that excessive consumption of pornographic content may be associated with several factors, for example, difficulties in erectile function, decreased sexual desire and problems with emotional intimacy, while other studies emphasize the lack of a direct cause and effect relationship. when treating pornography as a non-predominant factor. There is evidence that exposure to pornography can shape sexual expectations and negatively influence the perception of real intimacy. Furthermore, issues such as dependence, decreased sexual satisfaction, communication difficulties and affected physiological factors have been raised in some contexts to better observe the aspects caused by the use of the aforementioned content. Therefore, it is important to consider the role of individual factors, culture, personal values and relationship quality when evaluating the impact of virtual pornography on sexual performance and emotional attachment.

**Keywords:** Virtual pornography. Sexual performance. Emotional attachment.

<sup>1</sup> Discente em Biomedicina no Centro Universitário LS (UniLS).

<sup>2</sup> Discente em Biomedicina no Centro Universitário LS (UniLS).

<sup>3</sup> Discente em Biomedicina no Centro Universitário LS (UniLS).

<sup>4</sup> Docente no Centro Universitário LS (UniLS) bacharel em Biomedicina e mestre em Patologia Molecular (UnB).

## 1 INTRODUÇÃO

A pornografia virtual, uma manifestação cada vez mais proeminente na era digital, desperta um interesse significativo no campo da psicologia e da sexualidade humana. O crescente acesso à pornografia online levanta questões sobre seus efeitos no comportamento sexual e na formação de vínculos afetivos. Diante do fácil acesso a uma variedade ilimitada de conteúdo adulto, surge a necessidade urgente de compreender os efeitos potenciais desse fenômeno na esfera do desempenho sexual e da intimidade emocional. GUBS et al, (2015).

Estudos revelam uma gama complexa de consequências associadas ao consumo de pornografia virtual. Alguns pesquisadores enfatizam os possíveis impactos negativos, como a distorção das expectativas sexuais e o desenvolvimento de padrões irreais de comportamento íntimo. KÜHN et al., (2014).

Além disso, a literatura acadêmica destaca questões pertinentes, como o potencial de dependência, a diminuição da satisfação sexual e as dificuldades de comunicação interpessoal, que podem surgir como resultado do consumo excessivo de conteúdo pornográfico online. A consideração de fatores individuais, contextuais e culturais torna-se crucial para compreender a diversidade de experiências e os efeitos variados que a pornografia virtual pode ter no desempenho sexual e na formação de laços afetivos significativos. GUBS et al, (2015)

4648

Nesse sentido, o presente estudo busca explorar criticamente a relação entre o uso da pornografia virtual, a sexualidade humana e a construção de relacionamentos íntimos, oferecendo uma análise aprofundada dos fatores psicológicos e sociais que podem influenciar a interseção entre o consumo de pornografia virtual, o desempenho sexual e a vinculação afetiva. A compreensão abrangente dessas complexidades pode contribuir para o desenvolvimento de intervenções informadas e políticas de saúde pública mais adequadas, visando promover relações saudáveis e uma sexualidade positiva na era digital. GUBS et al, (2015).

## 2 MATERIAL (IS) E MÉTODOS

Esta pesquisa adotou uma abordagem baseada em revisão de literatura, com o intuito de analisar o impacto do uso da pornografia virtual no desempenho sexual e na vinculação afetiva, a partir de uma revisão abrangente da literatura científica disponível.

Os artigos foram identificados por meio de uma extensa busca eletrônica nas bases de dados acadêmicas, incluindo, Google Scholar, US National Library of Medicina (PubMed) e

repositórios de universidades. Os artigos utilizados foram publicados nos últimos 30 anos, pois foi utilizado, utilizando uma combinação de palavras-chave relevantes sobre a influência da pornografia virtual. Tais como 'pornografia virtual', 'comportamento sexual', 'intimidade emocional' entre outros temas relacionados.

### 3 DESENVOLVIMENTO

O vício em pornografia hoje, na era digital, tem chamado a atenção de pesquisadores e profissionais de saúde mental. A acessibilidade sem precedentes à pornografia online, juntamente com a disseminação generalizada de dispositivos digitais, levantou preocupações sobre o potencial vício associado a esse comportamento. Estudos revelam que certos indivíduos podem desenvolver um padrão de consumo compulsivo de pornografia, resultando em consequências negativas para o bem-estar psicológico, social e emocional. ERNST, et al., (2015).

A literatura científica destaca que o vício em pornografia pode estar relacionado a uma variedade de problemas, incluindo a diminuição da satisfação sexual, dificuldades de intimidade emocional e disfunção erétil. Além disso, o vício em pornografia tem sido associado a alterações neurobiológicas semelhantes às observadas em casos de dependência de substâncias, evidenciando a natureza potencialmente debilitante desse comportamento compulsivo. ERNST, et al., (2015).

4649

No entanto, as discussões em torno do vício em pornografia também levantam debates sobre a definição clara dos critérios diagnósticos e a distinção entre um padrão de consumo intenso e um comportamento clinicamente significativo. A ausência de critérios diagnósticos formais para o vício em pornografia na Classificação Internacional de Doenças (CID) e no Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais (DSM) contribui para a complexidade da identificação e tratamento desse fenômeno. ERNST, et al., (2015).

Além disso, as abordagens terapêuticas para o vício em pornografia variam, e a eficácia de diferentes intervenções, como terapia cognitivo-comportamental, terapia de grupo e programas de reabilitação, ainda está em debate. A necessidade de estratégias de prevenção e intervenção baseadas em evidências é crucial para ajudar os indivíduos a enfrentar os desafios associados ao vício em pornografia e promover um uso saudável da tecnologia digital. Em suma, enquanto a pesquisa continua a explorar os mecanismos subjacentes e as repercussões do vício em pornografia na era digital, são fundamentais para abordar as lacunas no entendimento atual,

promovendo uma abordagem holística que leve em consideração os fatores individuais, sociais e culturais que influenciam esse fenômeno em constante evolução. PRAUSE, et al., (2015).

Figura: COLOCAR LEGENDA



Fonte: Copyright (c) 2018 Stenko Vlad/Shutterstock.

## 2.1 Danos Neurobiológicos do vício em pornografia

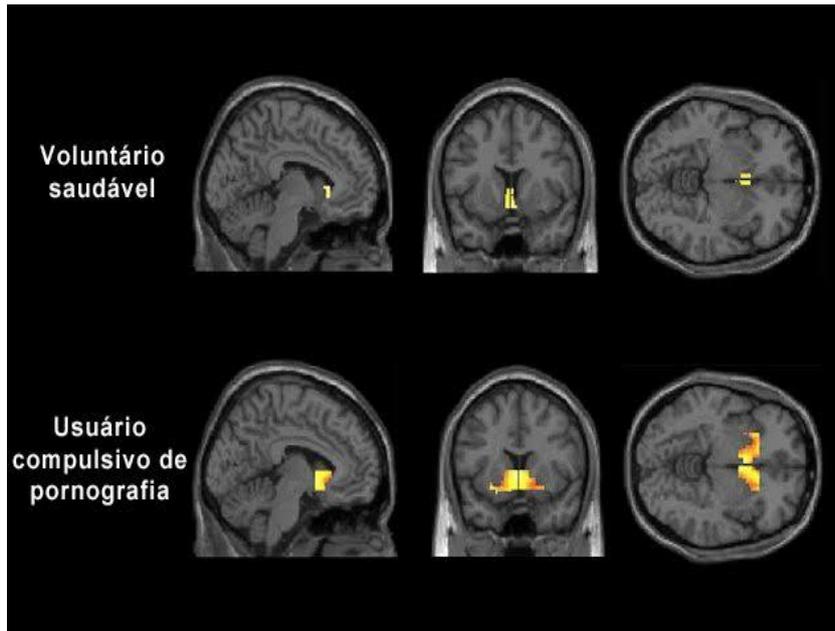
O vício em pornografia é um fenômeno complexo que envolve várias interações neurobiológicas no cérebro humano. Estudos científicos têm demonstrado que o consumo excessivo de pornografia pode desencadear mudanças significativas no funcionamento cerebral. A tabela abaixo estão alguns dos principais mecanismos neurobiológicos que podem estar envolvidos aos afetados: VOON, et al., (2014).

Tabela 1: Mecanismos Neurobiológicos.

<p>1. Liberação de dopamina:</p>	<p>A exposição frequente à pornografia pode levar a uma liberação intensa de dopamina, um neurotransmissor associado à recompensa e ao prazer. Esse aumento excessivo de dopamina pode levar a uma dessensibilização dos receptores de dopamina no cérebro, o que significa que o indivíduo pode precisar de estimulação cada vez mais intensa para obter a mesma sensação de prazer.</p>
<p>2. Plasticidade cerebral:</p>	<p>A plasticidade cerebral é a capacidade do cérebro de se adaptar e mudar em resposta a estímulos. O vício em pornografia pode remodelar circuitos cerebrais, enfraquecendo as conexões que regulam o autocontrole e fortalecendo as associações entre a pornografia e a gratificação sexual.</p>
<p>3. Hiperatividade do sistema de recompensa:</p>	<p>O sistema de recompensa do cérebro, que normalmente é ativado em situações de prazer natural, como comer ou fazer exercícios, pode se tornar hiperativo devido ao vício em pornografia. Isso pode resultar em uma busca incessante por estímulos sexuais online, mesmo às custas de outras áreas da vida.</p>
<p>4. Disfunção erétil e desejo sexual diminuído:</p>	<p>Em alguns casos, o vício em pornografia pode contribuir para a disfunção erétil e diminuição do desejo sexual, devido à dessensibilização do cérebro às experiências sexuais reais.</p>
<p>5. Ansiedade e depressão:</p>	<p>O uso compulsivo de pornografia também pode estar associado a níveis elevados de ansiedade e depressão. As mudanças na química cerebral e a perda de autoestima podem contribuir para problemas de saúde mental.</p>
<p>6. Ativação do sistema de recompensa:</p>	<p>Estudos de neuroimagem demonstraram que a exposição à pornografia pode ativar o sistema de recompensa do cérebro, semelhante ao que ocorre com substâncias viciantes, como drogas. Essa ativação pode contribuir para a busca compulsiva por pornografia.</p>
<p>7. Dopamina e dessensibilização:</p>	<p>A liberação de dopamina, um neurotransmissor associado ao prazer e à recompensa, desempenha um papel fundamental no vício em pornografia. Consumir pornografia regularmente pode levar a uma dessensibilização dos receptores de dopamina, o que significa que, com o tempo, mais estímulo é necessário para obter a mesma satisfação.</p>
<p>8. Mudanças na conectividade cerebral:</p>	<p>Pesquisas sugerem que o vício em pornografia pode levar a mudanças na conectividade cerebral, afetando áreas envolvidas no autocontrole, tomada de decisão e regulação emocional.</p>

Vício em pornografia é um tópico de pesquisa em desenvolvimento, e há muito a aprender sobre seus efeitos no cérebro. Na imagem abaixo podemos ver um pouco de seus efeitos: BUSKE, V., (2023).

Figura 2 : Efeito cerebral da dopamina.



4652

Fonte: Psicóloga Victoria Buske, 2023.

Imagem relata níveis de dopamina alterados no cérebro. Voluntário saudável na primeira imagem, com níveis de dopamina e estímulos dentro da normalidade. Na segunda imagem, um usuário compulsivo de pornografia com mais propensão ao vício pela frequente exposição ao conteúdo pornográfico.

### 2.1.1 Vício em pornografia e os vínculos afetivos

A literatura científica destaca que a exposição excessiva e o consumo compulsivo de pornografia podem levar a expectativas sexuais irreais, distorção da percepção da intimidade real e dificuldades de comunicação interpessoal. LAIER et al., (2013).

Estudos têm demonstrado que o vício em pornografia pode contribuir para a diminuição da satisfação nos relacionamentos íntimos, resultando em conflitos interpessoais, falta de confiança e redução da intimidade emocional. Além disso, a exposição frequente a representações idealizadas de relações sexuais na pornografia pode criar expectativas

inatingíveis sobre o desempenho sexual e a aparência física, impactando adversamente a qualidade da vida sexual e afetiva dos parceiros. LAIER et al., (2013).

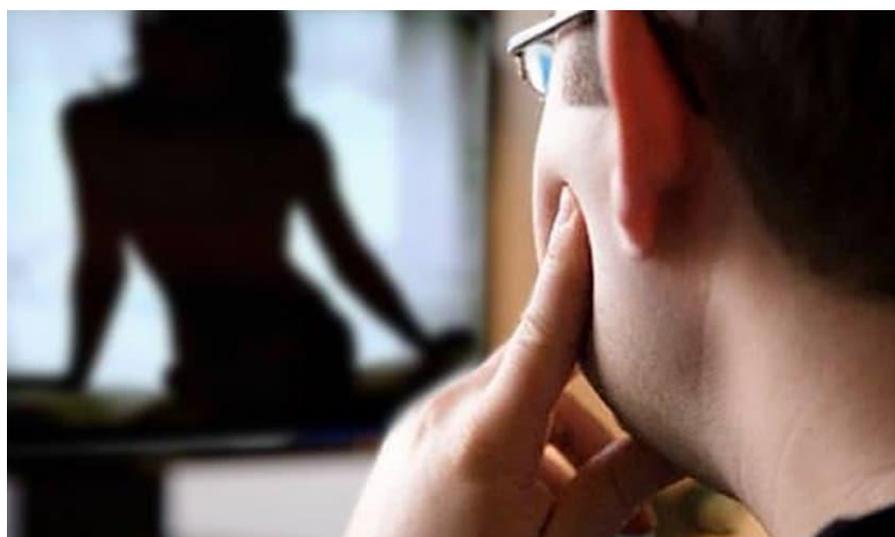
A falta de conscientização sobre os efeitos nocivos do vício em pornografia nos relacionamentos pode levar a sentimentos de alienação, isolamento emocional e perda de conexão entre os parceiros. A perpetuação desses padrões pode eventualmente levar a um distanciamento emocional significativo e à deterioração da intimidade nos relacionamentos românticos. LAIER et al., (2013).

Além disso, as repercussões do vício em pornografia nos vínculos afetivos também podem se manifestar em dificuldades de confiança e comprometimento, resultando em sentimentos de traição emocional e insegurança. A incapacidade de estabelecer uma comunicação aberta e honesta sobre o impacto da pornografia nos relacionamentos pode agravar ainda mais os danos, minando a base de confiança essencial para relacionamentos saudáveis e duradouros. LAIER et al., (2013).

Conseqüentemente, a compreensão aprofundada dos efeitos do vício em pornografia nos vínculos afetivos é essencial para informar a formulação de estratégias terapêuticas e de intervenção. A implementação de abordagens baseadas em evidências, como a terapia de casal e a terapia familiar, podem desempenhar um papel crucial na reconstrução da confiança, na restauração da intimidade emocional e na promoção de relacionamentos afetivos saudáveis e satisfatórios. LAIER, et al., (2013).

4653

Figura 3: Visão de silhueta.



Fonte: Ilustração Reprodução/Facebook, acesso em 2020.

## CONCLUSÃO

As pesquisas sobre o vício em pornografia continuam evoluindo, e os resultados destacam a complexidade desse fenômeno, pois muitos estudos vêm demonstrando a capacidade deste conteúdo em afetar partes fisiológicas do organismo humano (muita das vezes pode gerar doenças), como também apresentar comportamentos viciosos que podem estar relacionados com o consumo exagerado do conteúdo abordado.

Embora haja uma compreensão crescente de seus efeitos comportamentais e neurobiológicos, é importante lembrar que cada indivíduo é único, e o impacto do vício em pornografia pode variar. A abordagem terapêutica e o tratamento são áreas de interesse contínuo para profissionais de saúde mental e pesquisadores que visam ajudar as pessoas a superarem esse vício e recuperarem seu bem-estar.

Portanto, se faz necessário realizar pesquisas mais específicas, para compreender melhor a relação entre o conteúdo pornográfico e os problemas que esse conteúdo pode gerar no organismo humano. Dessa forma, o estudo desenvolvido cria novos insights para entender melhor o conteúdo supracitado.

4654

## REFERÊNCIAS

1. Ernst, M., & Luciana, M. (2015). Neuroimaging of the dopamine/reward system in adolescent. *CNS spectrums*, 20(4), 427-441.
2. Grubbs, J. B., Volk, F., Exline, J. J., & Pargament, K. I. (2015). Internet Pornography Use: Perceived Addiction, Psychological Distress, and the Validation of a Short Measure. *Journal of Sex & Marital Therapy*, 41(1), 83-106.
3. Laier, C., Pawlikowski, M., Brand, M., Schächtle, U., & Schöler, T. (2013). Cybersex addiction: Experienced sexual arousal when watching pornography and not real-life sexual contacts makes the difference. *Journal of Behavioral Addictions*, 2(2), 100-107.
4. Prause, N., & Pfaus, J. (2015). Viewing Sexual Stimuli Associated with Greater Sexual Responsiveness, Not Erectile Dysfunction. *Sexual Medicine*, 3(2), 90-98.
5. Voon, V., Mole, T. B., Banca, P., Porter, L., Morris, L., Mitchell, S., ... & Irvine, M. (2014). Neural correlates of sexual cue reactivity in individuals with and without compulsive sexual behaviours. *PloS One*, 9(7), e102419.

6. Kühn, S., & Gallinat, J. (2014). Brain structure and functional connectivity associated with pornography consumption: the brain on porn. *JAMA psychiatry*, 71(7), 827-834.
7. Buske, V., (2023). Como a pornografia afeta o cérebro.