

Consequências psicológicas do vício em pornografia

Daniela Fernandes de Sá¹; Jonathan Baltazar Bernardes da Silva²; Samuel Pereira

Vieira³; Thatiele Oliveira Santos⁴; Heren Nepomuceno Costa Paixão⁵

Universidade Evangélica de Goiás - UNIEVANGÉLICA

Nota dos Autores

¹ Acadêmica do Curso de Psicologia, Universidade Evangélica de Goiás-UNIEVANGÉLICA, Anápolis, Goiás, Brasil. Email: danifernandes.2002.df@gmail.com.

² Acadêmico do Curso de Psicologia, Universidade Evangélica de Goiás-UNIEVANGÉLICA, Anápolis, Goiás, Brasil. Email: jonathanbaltazarpsi@gmail.com

³ Acadêmico do Curso de Psicologia, Universidade Evangélica de Goiás-UNIEVANGÉLICA, Anápolis, Goiás, Brasil. Email: samuelp410@gmail.com

⁴ Acadêmica do Curso de Psicologia, Universidade Evangélica de Goiás-UNIEVANGÉLICA, Anápolis, Goiás, Brasil. Email: thatioliver1411@gmail.com

⁵ Professora do Curso de Psicologia da Universidade Evangélica de Goiás-UNIEVANGÉLICA, Anápolis, Goiás, Brasil. Email: heren.paixao@docente.unievangelica.edu.br

Resumo

O objetivo deste trabalho foi realizar uma análise da literatura existente sobre o conceito de pornografia, identificar suas definições e implicações. Além disso, buscou-se investigar os meios de acesso e os fatores que facilitam o contato com esse conteúdo, bem como os danos decorrentes desse vício. Em especial, o estudo direcionou para as consequências psicológicas do consumo excessivo de pornografia, avaliando os impactos nas diversas áreas da vida do indivíduo. A abordagem metodológica adotada neste estudo consistiu em uma revisão bibliográfica integrativa de caráter qualitativo e descritivo, com foco em pesquisa básica. O objetivo é proporcionar uma análise sistemática e rigorosa dos efeitos psicológicos associados ao vício em pornografia. Os dados apontaram que o vício em pornografia está associado a consequências psicológicas, tais como: baixa autoestima, ansiedade, depressão, baixa satisfação sexual, dissociação entre fantasia e realidade, com a internet desempenhando um papel central no aumento desses efeitos. O vício em pornografia está associado a prejuízos psicossociais relevantes, faz-se necessário mais pesquisas sobre as implicações do consumo compulsivo de pornografia no contexto brasileiro.

Palavras- Chave: pornografia, vício, consequências psicológicas, internet, tecnologia

Consequências psicológicas do vício em pornografia.

O século XXI tem sido marcado por uma revolução digital sem precedentes, trazendo consigo inúmeras transformações sociais, culturais e comportamentais. Entre os fenômenos emergentes, destaca-se o crescimento alarmante do vício em pornografia, alimentado pela acessibilidade e onipresença da internet. A palavra pornografia vem do grego *pornographos* que significa, “escritos sobre prostitutas” e, originalmente, referia-se à descrição da vida, dos costumes e dos hábitos das prostitutas e dos seus clientes. (Popovic, 2011). Cifuentes (1995) apresenta a pornografia como um conceito que abrange qualquer obra literária ou artística que tenha por conteúdo atitudes, acontecimentos, imagens, fatos ou relatos de caráter obsceno, impudico ou licencioso, que tem como destino fomentar a excitação e o prazer sexual mediante estímulos- especialmente visuais e auditivos- que tenham o poder de evocar o erótico e o sensual.

Antes da expansão da tecnologia, o acesso à pornografia era significativamente mais limitado em comparação com os dias atuais. As formas tradicionais de consumir conteúdo adulto incluíam revistas, DVDs, vídeos VHS e cinemas especializados. Essa limitação naturalmente restringia a exposição e o acesso à pornografia, reduzindo as oportunidades para o desenvolvimento de vícios. Com a popularização da internet, houve uma mudança drástica nesse cenário. A disponibilidade onipresente e imediata de pornografia online tornou-se uma realidade. Com apenas alguns cliques, qualquer pessoa com acesso à internet pode encontrar uma vasta gama de conteúdo pornográfico. Essa facilidade de acesso e a variedade praticamente ilimitada de conteúdo criaram um ambiente propício para o desenvolvimento de vícios em pornografia.

Wilson (2014) relata que a maioria dos usuários considera a pornografia na Internet uma solução ao tédio, frustração sexual, solidão ou estresse. Dessa maneira, cria-se uma fuga de eventos estressores, que ocasiona em uma necessidade de substituir estes eventos por prazeres consequentes. E ao ser recompensado, o usuário passa a buscar com mais frequência estes estímulos que proporcionam mais ganhos prazerosos. No seu livro “Seu cérebro na pornografia na Internet e a ciência emergente do vício”, Wilson (2014) relata que são por meio de “sites de tubo”, que são sites de streaming para conteúdo de sexo explícito, onde os indivíduos acessam a pornografia, como um “Youtube” focado apenas na categoria pornográfica. Também encontram redes sociais e sites de fóruns, nos quais são usados tanto para visualizar e

compartilhar conteúdo sexual, tanto para compartilhar experiências, pensamentos e ideias relacionadas à pornografia. O estudo de Kühn e Gallinat (2014) apresentou uma associação negativa significativa entre o número de horas semanais relatadas de consumo de pornografia e o volume de substância cinzenta no caudado direito, ou seja, o consumo de pornografia pode estar relacionado a mudanças estruturais e funcionais no cérebro. Em especial a conectividade funcional entre o caudado direito e o córtex pré-frontal dorsolateral esquerdo foi negativamente associada ao tempo de consumo de pornografia.

Outrossim, o estudo de Noel et al. (2023) oferece evidências robustas de que a dependência de pornografia está associada a maiores chances de depressão e ideação suicida. Estes resultados sublinham a importância de abordar o uso problemático de pornografia como uma questão de saúde pública, que merece uma atenção especial. Outro estudo relevante que aponta como o uso prolongado em pornografia estimula tão intensamente o sistema de recompensa do cérebro que são semelhantes aos outros vícios em drogas, causa prejuízos relacionados às dificuldades em se concentrar nos estudos e até mesmo coisas como dormir no horário (Chowdhury et al. 2018).

A revisão sistemática de Duffy et al. (2016) é um recurso valioso para compreender as várias dimensões do vício em pornografia e suas implicações para os usuários e seus parceiros, pois nela apresenta dados que apontam o vício em pornografia autopercebida os afeta de modo semelhante, sendo possível observar o aumento dos sentimentos de isolamento e rupturas de relacionamento. A principal motivação para sustentar a presente pesquisa, reside na importância que o tema possui para a sociedade atual, visto que ela está cada vez mais recorrente nos dias de hoje. A pornografia por natureza é um assunto delicado, controverso e considerada um tabu para muitos. Desse modo, faz-se premente a realização de pesquisas teóricas que estudem essa temática.

Além do que já foi relatado o interesse pelo tema reside na expectativa em contribuir com a comunidade acadêmica ao realizar uma pesquisa com esse tema relevante e de certa forma alarmante que se faz presente no cotidiano da sociedade. O que foi percebível na realização do trabalho foi a escassez de pesquisas acadêmicas a respeito das consequências causadas pela pornografia e uma necessidade de aprofundamento dos conhecimentos na área. Com os resultados da pesquisa espera-se que seja possível conhecer de forma mais ampla a temática em questão, com a apresentação dos dados de outras pesquisas que apresentam os

fatores que corroboram para consumo excessivo e apresentar variáveis que estão relacionadas ao uso da pornografia e seus impactos na vida de quem a consome.

Por tudo isso, o conteúdo deste estudo buscou proporcionar conhecimento acerca das consequências psicológicas do vício em pornografia, direcionando-se a identificar na literatura a definição do conceito da pornografia, os meios de acesso e as consequências do vício em pornografia.

Dessa forma, o problema desta pesquisa foi delineado na seguinte questão: Como o vício a pornografia tem sido abordado na produção científica, e quais são as principais consequências psicológicas identificadas nesses estudos?

Método

Para realizar o estudo das consequências psicológicas do vício em pornografia, optou-se pela revisão integrativa, esse método com base em Whitemore e Knafl (2005), possibilita consolidar estudos de diversas metodologias, sejam qualitativos, quantitativos ou mistos. Sendo considerado um componente fundamental das práticas baseadas em evidências, outrossim, esta metodologia é eficaz para mapear áreas de consenso e dissenso na literatura, orientando tanto os pesquisadores quanto os profissionais nas tomadas de decisões (Mendes *et al.*, 2008).

Este trabalho consiste em uma revisão integrativa da literatura sobre as consequências psicológicas do vício em pornografia. Foi utilizado para coleta de dados os descritores “consequências” and “psicológicas” and “vício” and “pornografia”, também foi pesquisado em inglês “psychological” and “consequences” and “pornography”“. As bases de dados para as buscas foram os sites Scielo (Scientific Electronic Library Online), Google Acadêmicos e a Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES). Foram considerados artigos publicados dentro de um espaço de dez (10) anos (2014-2024) e nos idiomas português, inglês e espanhol.

Foram utilizados critérios de inclusão, ser relevante para o tema, artigos publicados nos últimos dez anos, artigos em inglês, português e espanhol, estudos que abordam o impacto psicológico do uso compulsivo de pornografia em adultos e pesquisas com amostras humanas, tanto estudos quantitativos, quanto qualitativos e mistos. Foram excluídos artigos que discute sobre a pornografia sem tratar das consequências psicológicas, especificamente, estudos

voltados exclusivamente em populações clínicas com transtorno psiquiátricos preexistentes e artigos que estudaram amostras de pessoas que cometeram crimes que tange a violência sexual.

A seleção dos artigos seguiu o seguinte processo: foram lidos e analisados os resumos dos artigos inicialmente filtrados pelos descritores e critérios de inclusão e exclusão. Após a triagem inicial, foi realizada a leitura completa dos artigos que atenderam aos critérios, de modo a identificar as contribuições teóricas e empíricas para a compreensão das consequências psicológicas do vício em pornografia. Por fim, a apresentação dos resultados, a partir dos dados obtidos dos materiais analisados.

Resultados e Discussões

Conforme proposto, foi realizada uma busca com os descritores das consequências psicológicas do vício em pornografia. O processo de busca resultou em 30 artigos na base de dados da Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES), destes, 6 atenderam aos critérios de seleção. Na base de dados do Google Acadêmicos, foram encontrados 140 artigos, destes 17 artigos que obedecem aos critérios de seleção. No Scielo (Scientific Electronic Library Online), apresentou 5 artigos, porém, apenas 2 cumpriram os requisitos. O processo de busca resultou em 26 artigos que atenderam aos critérios estabelecidos, estes foram lidos, analisados e utilizados para a compreensão da temática envolvida.

Foram identificados e analisados 2 artigos que descrevem a origem da palavra pornografia como "escritos sobre prostitutas", que provém do termo grego "pomographos", antes utilizado para fazer referência aos hábitos, costumes e estilos de vida de profissionais do sexo e de seus clientes, de acordo com Marzochi (2003) e De Oliveira (2019) em "pornografia: a morte do amor."

No que se refere a conceituação de pornografia e tendo como base os artigos utilizados nesta pesquisa, foram identificados 4 destes artigos que apontam algum significado para pornografia. Em congruência, os 4 artigos consentem que a pornografia pode ser definida como qualquer tipo de material que contenha representações explícitas de atos sexuais, com a intenção ou não de provocar excitação.

No quadro abaixo, foram selecionadas as definições de pornografia, segundo os artigos identificados.

Quadro 1 – Definições sobre a pornografia

Artigos	Principais definições citadas sobre o que é a pornografia.
“Uso compulsivo de pornografia e seus impactos negativos.” (Baggio & Almeida, 2024).	A palavra origina-se do termo grego “porngraphos” que significa “escritos sobre prostitutas”.
“Pornografia: a morte do amor.” (De Oliveira, 2019)	Pórne, que designa prostituta; e gráphein, que designa o ato de gravar, escrever ou ilustrar.
“Desenvolvimento psicométrico da escala de uso problemático de pornografia”. (Kor, Ariel <i>et al</i>, 2014)	Onde contém material sexualmente explícito retratando corpos nus ou seminus envolvidos em estimulação genital ou atos sexuais.
“Consumo excessivo da pornografia e suas possíveis consequências na vida do usuário” (Maciel, 2023).	A representação visual de conteúdos sexuais explícitos com um objetivo de induzir estimulação sexual.

“A pandemia silenciosa: pornografia e seus impactos.” (Santos, 2023)	Trata-se de qualquer coisa (livro, filme, revista, vídeo) de caráter sexual com intenção de provocar excitação.
“Pornografia digital e seus impactos na vida sexual: revisão de literatura.” (Almeida e Berlamino, 2022)	Caracteriza-se como sendo uma forma de produzir comportamentos sexuais utilizando vieses visuais, verbais, sonoros, entre outros.

Fonte: Dados da pesquisa, 2024.

No que diz respeito ao acesso à pornografia, foram investigados e encontrados 15 artigos e 1 literatura que apontam através de estudos, que a Internet se tornou o principal meio utilizado pelos consumidores de conteúdo pornográfico. Dentre eles, foram localizados 10 artigos que utilizam os termos “Internet”, “meio online”, “tecnologia”, “dispositivos digitais”, “sites adultos” para descrever os meios de acesso aos conteúdos pornográficos. Em consonância, outros 3 artigos indicam que a pornografia pode ser acessada por meio de uma vasta gama de meios, como sites, revistas, vídeos, livros, tendo como objetivo principal causar excitação nos consumidores. Além disso, 2 artigos mencionam o acesso da pornografia pela Internet como um transtorno do uso da Internet, capaz de causar dependência. Na literatura *Seu Cérebro na Pornografia: Pornografia na Internet e a Ciência Emergente do Vício*. Wilson (2014) destaca que o acesso aos conteúdos pornográficos ocorre por meio de 'sites de tubo', plataformas de streaming dedicadas a conteúdo sexual explícito. Nesses sites, os indivíduos também têm acesso a redes sociais e fóruns, onde podem tanto visualizar quanto compartilhar material de natureza sexual. Diante disso, no Quadro 2 apresenta os principais artigos encontrados sobre os meios de acesso à pornografia, os quais indicam que esse tipo de conteúdo é predominantemente acessado por meio de plataformas virtuais, destacando as principais referências citadas nos artigos:

Quadro 2– Meios de acesso a conteúdos pornográficos.

Artigos e Literatura	Como citam os meios de acesso a pornografia.
“Impacto biopsicossocial da pornografia na internet: uma revisão narrativa da literatura” (Perez e Velásquez, 2021). “O que importa: quantidade ou qualidade do uso de pornografia? Fatores psicológicos e comportamentais da busca por tratamento para uso problemático de pornografia” (Gola <i>et al</i>, 2016) “Percepção de dependência de pornografia na Internet e sofrimento psicológico: examinando relacionamentos simultaneamente e ao longo do tempo” (Grubbs <i>et al</i>, 2015) “Pornografia e imaginário: reflexões a partir da narrativa de Eros e Psique” (Torres & Souza, 2022) “Problemas que o consumo excessivo de pornografia pode gerar” (Saraiva <i>et al</i>, 2023) “Uso compulsivo de pornografia e seus impactos negativos” (Baggio & Almeida, 2024). “A influência no uso da pornografia virtual no desempenho sexual e na vinculação afetiva” (Araújo, <i>et al</i>, 2023)	Utilizam os termos “Internet”, “meio online”, “tecnologia”, “dispositivos digitais”, “sites adultos”.

“Pornografia: a morte do amor” (De Oliveira, 2019). “Pornografia on-line: uma nova forma de consumo compulsivo” (Mendes e Alvares, 2020) “Pandemia silenciosa: Pornografia e seus impactos” (Santos, 2023).	
“Consumo excessivo da pornografia e suas possíveis consequências na vida do usuário” (Maciel, 2023). “Desenvolvimento psicométrico da Escala de Uso Problemático de Pornografia” (Kor, Ariel <i>et al</i>, 2014). “Pornografia digital e seus impactos na vida sexual: revisão de literatura” (Almeida e Berlamino, 2022).	Indicam que a pornografia pode ser acessada por meio de uma vasta gama de meios, como sites, revistas, vídeos, livros.
“Vício em pornografia online: o que sabemos e o que não sabemos — uma revisão sistemática” (Alarcón <i>et al</i>, 2019) “Integrando considerações psicológicas e neurobiológicas sobre o desenvolvimento e manutenção de transtornos específicos de uso da internet: um modelo de interação pessoa -afeto-cognição-execução (I-PACE)” (Brand <i>et al</i>, 2016)	O acesso da pornografia pela Internet como Transtorno do Uso da Internet.

“Seu Cérebro na Pornografia: Pornografia na Internet e a Ciência Emergente do Vício”. (Wilson, 2014)	Por meio de “ sites de tubo ”, que são sites de streaming para conteúdo de sexo explícito, onde os indivíduos acessam a pornografia, como um “Youtube” focado apenas na categoria pornográfica. Também encontram redes sociais e sites de fóruns, nos quais são usados tanto para visualizar e compartilhar conteúdo sexual, tanto para compartilhar experiências, pensamentos e ideias relacionadas à pornografia (Wilson, 2014).
--	---

Fonte: Dados da pesquisa, 2024.

Os resultados desta pesquisa evidenciam uma variedade de consequências associadas ao consumo de pornografia, com impacto em diversas áreas da vida do indivíduo. As informações apresentadas permitiram analisar quais as consequências ocasionadas pelo vício em pornografia. Esses resultados foram identificados a partir de estudos e relatos que apontam para efeitos psicológicos, comportamentais e biológicos que afetam diretamente o bem-estar e a saúde mental dos consumidores. O estudo mostra que o consumo frequente de conteúdo pornográfico pode comprometer a satisfação sexual, prejudicar a percepção do próprio corpo e influenciar negativamente o desempenho sexual. Além disso, as mudanças cognitivas e emocionais indicam uma relação entre o consumo de pornografia e o aumento do estresse, sintomas de ansiedade e depressão, e o surgimento de problemas de autoestima e dissociação entre fantasia e realidade. No quadro 3, apresenta-se a síntese dos resultados.

Quadro 3 – Consequências psicológicas do vício em pornografia

Referência	Principais consequências para o indivíduo que consome pornografia em excesso
Maciel, 2023	Desenvolvimento de baixa satisfação sexual acompanhado por desregulação emocional, causando estresse, ansiedade, depressão e baixa autoestima.

Santos, 2023	Dissociação entre realidade e fantasia, fazendo com que o indivíduo experimente dificuldades sexuais, como disfunção erétil, além de condicionar o cérebro a regredir para um estado juvenil.
Cardoso <i>et al</i> , 2022	Dificuldades na regulação emocional e estresse acentuado.
Pérez & Velasquez, 2021	Baixo rendimento sexual, com dificuldades na percepção do próprio corpo e progressão da dessensibilização. Déficit nos níveis de satisfação e intimidade com os parceiros. Dependência de estímulos dopaminérgicos, sujeito à busca de novos vícios.
Baumel <i>et al</i> , 2019	Insegurança e baixa autoestima, causando danos à saúde física e mental e promovendo comportamentos agressivos.
Alarcón <i>et al</i> , 2019	Desregulamento do sistema de estresse. E circuitos pré-frontais disfuncionais.

Fonte: Dados da pesquisa, 2024.

As pesquisas de Cardoso *et al.* (2022), Alarcon *et al.* (2019) e Baumel *et al.* (2019) utilizaram uma metodologia de pesquisa quantitativa, mais especificamente, análise estatística e questionários/escalas de avaliação, para obter resultados referentes às consequências do consumo de pornografia no indivíduo. Todas essas pesquisas identificaram em comum, o estresse como resposta ao vício em pornografia. Santos (2023) também empregou um estudo quantitativo, porém com método de análise focada em estatística descritiva e análise de correlação. Essa pesquisa revelou, além disso, consequências psicológicas que incluem efeito de regressão do cérebro para um estado juvenil, além de dissociação entre realidade e fantasia. Por outro lado, as pesquisas de Pérez *et al.* (2020) e Maciel (2023) utilizaram método qualitativo, especificamente estudo de caso e análise de conteúdo. Ambas as pesquisas apontaram que os indivíduos que consomem pornografia em excesso têm como consequência comum a baixa satisfação e rendimento sexual.

Em comum, todos os artigos encontrados com o objetivo de identificar as possíveis consequências do consumo vicioso da pornografia relataram consequências negativas,

causando uma série de danos físicos e psicológicos no indivíduo, além de prejudicar as relações interpessoais.

Considerações finais

O presente estudo atingiu seu objetivo principal de identificar e analisar as principais consequências psicológicas associadas ao vício em pornografia, com base em uma revisão integrativa da literatura. Os resultados destacaram que o consumo excessivo de pornografia está relacionado a efeitos significativos na saúde mental, como baixa autoestima, ansiedade, depressão, insatisfação sexual e dissociação entre fantasia e realidade. Além disso, foi evidenciado o papel central da internet como facilitador do consumo compulsivo, devido à sua acessibilidade e anonimato.

As contribuições deste trabalho incluem a sistematização de conhecimentos sobre os impactos psicológicos do vício em pornografia, proporcionando uma base teórica para intervenções na área da saúde mental. Além disso, o estudo reforça a necessidade de conscientização sobre os riscos associados ao uso excessivo de conteúdo pornográfico, tanto em nível individual quanto coletivo, com implicações práticas para políticas de saúde pública e estratégias terapêuticas.

Entretanto, algumas limitações foram observadas, como a escassez de estudos focados no contexto brasileiro e a falta de análises longitudinais que explorem a relação causal entre o consumo de pornografia e seus impactos psicológicos. Assim, sugere-se que pesquisas futuras abordem essas lacunas, explorando a diversidade cultural e os fatores sociais específicos que influenciam esse comportamento, além de investigar intervenções efetivas para mitigação dos danos.

Por fim, as principais consequências psicológicas identificadas incluem a deterioração da saúde mental, como aumento do estresse, sintomas de ansiedade e depressão, além de prejuízos nas relações interpessoais e na percepção de si mesmo. Esses achados reforçam, com base nos estudos analisados, a urgência de mais investigações e ações voltadas à compreensão e combate ao vício em pornografia, considerando seus efeitos profundos no bem-estar humano e nos vínculos sociais.

Referências

Almeida, A. & Belarmino, P. (2022). Pornografia digital e seus impactos na vida sexual: Revisão de literatura. doi. <https://repositorio.ivc.br/handle/123456789/1553>

- Araújo, A. R., Nunes, M. E. S., Torres, V. C. & Santos, P. B. (2023). A influência do uso da pornografia virtual no desempenho sexual e na vinculação afetiva. *Revista Ibero-Americana De Humanidades, Ciências E Educação*, 9(9), 4647–4655. <https://doi.org/10.51891/rease.v9i9.11678>.
- Baumel, C. P. C., Guerra, V. M., Garcia, Agnaldo & Rosario, A. G. (2020). Consumo de Pornografia e Relacionamento Amoroso: uma revisão sistemática do período 2006-2015. Gerais: *Revista Interinstitucional de Psicologia*, [S.L.], v. 13, n. 1, p. 1-19, http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1-98382202020000100004&Ing=pt&nrm=iso.
- Baggio, A., & Almeida, G. L. D. (2024). Uso compulsivo da pornografia e seus impactos negativos. *Repositório Institucional Das Faculdades Integradas De Jaú*. <https://portal.fundacaojau.edu.br:4433/journal/index.php/tcc/article/view/647>
- Brand M, Young KS, Laier C, Wölfling K & Potenza MN. (2016) Integrating psychological and neurobiological considerations regarding the development and maintenance of specific Internet-use disorders: An Interaction of Person-Affect-Cognition-Execution (I-PACE) model. *Neurosci Biobehav*. 71, 252-266. 10.1016/j.neubiorev.2016.08.033.
- Cardoso, J.(2022) , Predictors of Pornography Use: Difficulties in Emotion Regulation and Loneliness, *The Journal of Sexual Medicine*, Volume 19 (4), 620–628, <https://doi.org/10.1016/j.jsxm.2022.01.005>
- Chowdhury, M. R. H. K., Chowdhury, M. R. K., Kabir, R., Perera, N. K. P., & Kader, M. (2018). Does the addiction in online pornography affect the behavioral pattern of undergrad private university students in Bangladesh? *International Journal of Health Sciences*, 12(3), 67–74.
- Cifuentes, Rafael, L., (1995) *270 perguntas sobre Sexo e Amor* [270 questions about Sex and Love]. Editora Quadrante. https://www.quadrante.com.br/270_perguntas_e_respostas_sobre_sexo_e_amor_.
- Santos, S. C. (2023). Pandemia silenciosa: Pornografia e seus impactos. <https://jornaltribuna.com.br/wp-content/uploads/2023/07/ARTIGO-CIENTIFICO-2.pdf>.
- De Oliveira, G. H. S. (2019). Pornografia: a morte do amor. *Academia Literária Imaculado coração de Maria*. <https://www.seminarioicm.com.br/wp-content/uploads/2020/06/2.-GABRIEL-HUDSON.pdf>.
- Alarcon, R., de la Iglesia, J. I., Casado N. M. & Montejo, A. L. (2019). Online Porn Addiction: What We Know and What We Don't—A Systematic Review. *Journal of Clinical Medicine*. 2019; 8(1):91. <https://doi.org/10.3390/jcm8010091>
- Duffy, A., Dawson, D. L., & das Nair, R. (2016). Dependência de pornografia em adultos: uma revisão sistemática das definições e impacto relatado. *A revista de medicina sexual*, 13(5), 760–777. <https://doi.org/10.1016/j.jsxm.2016.03.002>
- Wilson, Gary (2014) Seu cérebro na pornografia: Pornografia na internet e a ciência emergente do vício (Your Brain on Porn: Internet Pornography and the Emerging Science of Addiction). Publicado por *CommonWealth*. <https://www.yourbrainonporn.com/pt/>.
- Grubbs, J. B., Stauner, Nicholas., Exline, J. J., Pargament, K. I. & Lindberg, M. J. (2015). Perceived addiction to Internet pornography and psychological distress: Examining relationships concurrently and over time. *Psychology of Addictive Behaviors*, Vol 29(4), 1056-1067 doi: <https://doi.org/10.1037/adb0000114>

- Gola, Mateuz, Lewczuk, Karol & Skorko, Maciej (2016). What Matters: Quantity or Quality of Pornography Use? Psychological and Behavioral Factors of Seeking Treatment for Problematic Pornography Use, *The Journal of Sexual Medicine*, Volume 13, Issue 5, 815–824, <https://doi.org/10.1016/j.jsxm.2016.02.169>
- Kor Ariel, Zilcha- Mano Sigal, Fogel, Y. A., Mikulincer Mario, Reid, R. C. & Potenza M. N. (2014) Psychometric development of the Problematic Pornography Use Scale, *Addictive Behaviors*, Volume 39 (5), 861-868, <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2014.01.027>.
- Kühn, S., & Gallinat, J. (2014). Estrutura cerebral e conectividade funcional associada ao consumo de pornografia: o cérebro na pornografia. *JAMA psiquiatria*, 71(7), 827–834. <https://doi.org/10.1001/jamapsychiatry.2014.93>.
- Maciel, N. D. S. (2023) Consumo excessivo de pornografia e suas possíveis consequências na vida do usuário. <https://repositorio.unichristus.edu.br/jspui/bitstream/123456789/1566/3/NADIA%20DOMINIQUE%20DE%20SOUSA%20MACIEL.pdf>
- Marzochi, M. de L. (2003) Pornografia na internet. *Revista de Direito Administrativo*, (S. I.), v. 233, p. 229-244, <https://bibliotecadigital.fgv.br/ojs/index.php/rda/article/view/45450>.
- Mendes, B. F & Alvares, L. F. Hor-Meyll (2020) Pornografia on-line: uma nova forma de consumo compulsivo. Rio de Janeiro, 2020. 141p. *Tese de Doutorado – Departamento de Administração, Pontifícia Universidade Católica do Rio de Janeiro*. <https://www.maxwell.vrac.puc-rio.br/49420/49420.PDF>
- Mendes, K. D. S., Silveira, R. C. C. P., & Galvão, C. M. (2008). Revisão integrativa: Método de pesquisa para a incorporação de evidências na saúde e na enfermagem. *Texto & Contexto - Enfermagem*, 17(4), 758-764. <https://doi.org/10.1590/S0104-07072008000400018>
- Perez, T. V. & Velásquez, R. C. (2021). Impacto biopsicosocial de la pornografía en internet: una revisión narrativa de la literatura. *Revista Argentina De Ciencias Del Comportamiento*, 13(3), 34-48. <https://doi.org/10.32348/1852.4206.v13.n3.28571>
- Popovic, M. (2011). Pornography use and closeness with others in women. *Srpski Arhivza Celokupno Lekarstvo*, 139(5-6), 353-359. Doi: 10.2298/SARH1106353P.
- Saraiva, L. U., Ribas, O.C. & Novaes, R.C. (2023). Problemas que o consumo excessivo da pornografia pode gerar. *Em foco: sexualidade - 9o ano, 2023*, Volume N°2, 21-22. https://site.veracruz.edu.br/documentos/link/ef/ef3_revista_sexualidade_2023.pdf#page=21
- Torres, L., & Souza, R. R. de. (2022). Pornografia e imaginário: reflexões a partir da narrativa de Eros e Psiquê. *Esferas*, 1(24), 144-163. <https://doi.org/10.31501/esf.v1i24.13808>
- Noel, X., Brevers, D., & Bechara, A. (2013). A neurocognitive approach to understanding the neurobiology of addiction. *Current Opinion in Neurobiology*, 23, 632–638. doi: 10.1016/j.conb.2013.01.018
- Whittemore, R., & Knafl, K. (2005). The integrative review: updated methodology. *Journal of Advanced Nursing*, 52(5), 546-553. <https://doi.org/10.1111/j.1365-2648.2005.03621.x>.