

## CONSUMO DE PORNOGRAFIA E SEXUALIDADE EM UNIVERSITÁRIOS: UM ESTUDO QUALITATIVO

### PORNOGRAPHY CONSUMPTION AND SEXUALITY AMONG UNIVERSITY STUDENTS: A QUALITATIVE STUDY


Recebido em: 15/12/2025

Aceito em: 17/04/2026

Publicado em: 17/06/2026

Carolina Conceição Prado<sup>1</sup> 

Universidade de Brasília

Jordach Magalhães Maciel<sup>2</sup> 

Faculdade São Leopoldo Mandic

Júlio Alves da Silva Neto<sup>3</sup> 

Universidade Federal de Uberlândia

**Resumo:** A disponibilidade de conteúdos pornográficos na internet tem intensificado debates sobre seus efeitos na formação de expectativas, crenças e práticas sexuais entre jovens adultos. Este estudo analisou como o consumo de pornografia influencia percepções, fantasias e comportamentos sexuais de universitários do sexo masculino. Trata-se de uma pesquisa qualitativa, descritiva e exploratória, utilizando questionário com 100 homens universitários do Distrito Federal, todos sexualmente ativos. Os resultados indicaram que, embora a pornografia amplie repertórios imaginativos, a maioria dos participantes diferencia fantasia e prática, não buscando reproduzir diretamente as cenas consumidas. Foram relatadas comparações corporais e de desempenho com atores pornográficos, associadas a impactos na autoestima e na segurança sexual. Também surgiram variações no interesse sexual em relações estáveis, atribuídas à discrepância entre a sexualidade cotidiana e a performatividade pornográfica. Quanto ao comportamento de risco, observou-se que o consumo não determinou o uso de preservativos, embora alguns participantes tenham associado conteúdos mais impulsivos a decisões momentaneamente menos cautelosas. Conclui-se que o consumo de pornografia exerce influência multifacetada na vivência sexual masculina, sendo percebido tanto como recurso exploratório quanto como potencialmente nocivo quando associado a expectativas irreais, o que reforça a importância de abordagens educativas que promovam criticidade e compreensão realista das relações afetivo-sexuais.

**Palavras-chave:** Pornografia; Sexualidade Masculina; Comportamento Sexual de Risco; Universitários.

**Abstract:** The availability of pornographic content on the internet has intensified debates about its effects on the formation of expectations, beliefs, and sexual practices among young adults. This study analyzed how pornography consumption influences perceptions, fantasies, and sexual behaviors of male university students. This qualitative, descriptive, and exploratory study employed a questionnaire administered to 100 sexually active male university students from the Federal District, Brazil. The results indicated that, although pornography expands imaginative repertoires, most participants differentiate fantasy and practice, not seeking to directly reproduce the scenes consumed. Comparisons of body image and sexual performance with pornographic actors were reported, with impacts on self-esteem and sexual confidence. Variations in sexual interest within stable relationships also

<sup>1</sup> Doutora em Educação em Ciências pela Universidade de Brasília. Professora do Núcleo de Educação Científica do Instituto de Ciências Biológicas – NECBio/IB – Universidade de Brasília. Brasil, Distrito Federal, Brasília. E-mail: carolcprado@gmail.com

<sup>2</sup> Mestrando do Programa de Pós-graduação em Odontologia na Faculdade São Leopoldo Mandic, Campinas – SP. Especialista em Odontologia Legal pela Faculdade FAIPE. Brasil, Distrito Federal, Brasília. Polícia Científica do Estado de Goiás. E-mail: jordach@gmail.com

<sup>3</sup> Doutorando do Programa de Pós-graduação em Psicologia na Universidade Federal de Uberlândia (UFU). Mestre em Ciências do Comportamento pela Universidade de Brasília. Brasil, Distrito Federal, Brasília. E-mail: julio.psicoterapia@gmail.com

emerged, attributed to discrepancies between everyday sexuality and pornographic performativity. Regarding risk behaviors, pornography consumption did not determine condom use; however, some participants associated more impulsive content with momentarily less cautious decisions. It is concluded that pornography consumption exerts a multifaceted influence on male sexual experience, being perceived both as an exploratory resource and as potentially harmful when associated with unrealistic expectations, reinforcing the importance of educational approaches that promote critical reflection and a realistic understanding of affective-sexual relationships.

**Keywords:** Pornography; Male Sexuality; Sexual Risk Behavior; University Students.

## INTRODUÇÃO

O avanço acelerado da internet e a grande disponibilidade de plataformas de conteúdo adulto transformaram a pornografia digital em um dos principais meios contemporâneos de socialização sexual. Ao contrário das mídias eróticas tradicionais, os materiais pornográficos atuais são instantâneos, altamente diversificados e personalizados, o que os torna influenciadores potentes na construção de expectativas, crenças e atitudes sexuais entre jovens adultos (Miller *et al.*, 2019). Essa ubiquidade tem ampliado o debate científico sobre seu papel na formação da sexualidade, especialmente em populações que atravessam períodos de transição identitária, como universitários.

A literatura científica aponta para efeitos potencialmente bifásicos do consumo de pornografia. Por um lado, o uso esporádico e consciente pode ser percebido como neutro ou até benéfico, contribuindo para o aprimoramento da satisfação sexual, a comunicação entre parceiros e a exploração de fantasias sexuais de forma saudável (Prado *et al.*, 2024; Carvalheira; Træen; Stulhofer, 2014; Dhir; Vasudha, 2021). Por outro, estudos sugerem que exposições intensas ou problemáticas podem contribuir para a idealização de padrões corporais e performáticos, influenciar crenças sobre relacionamentos e modular expectativas sobre o comportamento sexual (Zillmann; Bryant, 1988; Rollero, 2022; Prado; Silva Neto, 2024). Tais efeitos são reforçados pelo predominante script sexual masculino apresentado na pornografia, que pode moldar comportamentos, crenças e percepções sobre virilidade, intimidade e relações afetivo-sexuais (Scoats; Campbell, 2022; Sculley; Watkins, 2022).

Apesar de o consumo de pornografia não ser exclusivo de um gênero, homens jovens universitários são reconhecidos como um grupo demográfico de interesse específico. Estudos indicam que esse público apresenta padrões de uso mais frequentes e motivações particulares, incluindo a exploração de fantasias, a busca por excitação sexual e a curiosidade em relação a práticas sexualmente diversificadas (Miller *et al.*, 2019; Sun *et al.*, 2016; Pornhub, 2023). Além disso, encontram-se em uma fase de consolidação da identidade sexual adulta, momento em que expectativas sobre desempenho, corpo e relacionamentos se estruturam, sendo mais

suscetíveis a comparações com os padrões apresentados na pornografia (Yang *et al.*, 2022; Wright *et al.*, 2023).

O recorte metodológico do presente estudo, focado em universitários do sexo masculino, visa aprofundar a compreensão das dinâmicas de consumo e percepção sexual desse grupo, sem implicar exclusão de outros gêneros, mas reconhecendo a necessidade de estudos segmentados para compreender padrões comportamentais específicos.

No contexto brasileiro, observa-se uma lacuna significativa quanto a pesquisas qualitativas que correlacionem o consumo de pornografia, a formação de expectativas sexuais e a adoção de comportamentos de risco. Embora haja estudos internacionais extensos abordando a relação entre pornografia, satisfação sexual e percepções de corpo e desempenho (Bogaert, 2001; Leickly; Nelson; Simoni, 2017; Girard, 2019), poucos trabalhos nacionais exploram essas questões de forma aprofundada e contextualizada, considerando a realidade cultural e social brasileira (Prado *et al.*, 2024; Prado; Silva Neto, 2024; Justi *et al.*, 2020). Essa lacuna evidencia a necessidade de compreender como a exposição a conteúdos pornográficos influencia percepções, crenças e práticas sexuais em contextos reais e culturalmente específicos, considerando tanto aspectos psicológicos quanto relacionais.

Diante desse cenário, o presente estudo buscou investigar a influência do consumo de pornografia nas percepções, crenças e práticas sexuais de universitários do sexo masculino, com ênfase em compreender possíveis discrepâncias entre fantasia e prática sexual, impactos na percepção corporal e no desempenho sexual, bem como as perspectivas gerais dos participantes sobre o papel da pornografia em suas vidas sexuais e relacionais. Espera-se que os achados contribuam para o desenvolvimento de estratégias de educação sexual e promoção de relações mais saudáveis, fundamentadas na comunicação aberta, no respeito mútuo e na conscientização sobre a diversidade corporal e sexual.

## PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS

O presente estudo adotou uma abordagem qualitativa, descritiva e exploratória, fundamentada na natureza delicada e complexa do tema em questão, com o objetivo de alcançar uma compreensão aprofundada das percepções, crenças e vivências dos participantes.

O principal instrumento de coleta de dados foi um questionário, conforme a sugestão metodológica de Gil (2019). A escolha pelo questionário com perguntas abertas, em vez de entrevistas presenciais, fundamenta-se na natureza sensível do tema investigado. Pesquisas qualitativas sobre sexualidade e consumo de pornografia enfatizam que instrumentos escritos e

anônimos reduzem inibição, constrangimento e respostas socialmente desejáveis. Desse modo, o questionário garante maior liberdade de expressão e favorece a sinceridade dos participantes, sendo amplamente recomendado em estudos que envolvem experiências íntimas e comportamentos potencialmente estigmatizados.

O questionário foi estruturado para coletar dados sociodemográficos e incluiu oito perguntas abertas sobre o consumo de pornografia e sua influência na sexualidade dos participantes. As questões desenvolvidas abordaram especificamente a atividade sexual com múltiplos parceiros, a influência da pornografia na escolha de parceiros, a diminuição do interesse sexual, a comparação física e de desempenho com atores pornográficos, o impacto no uso de preservativos durante as relações sexuais, e a percepção sobre os efeitos do consumo de material pornográfico. A elaboração dessas questões visou possibilitar a análise das experiências individuais, identificar padrões e temas relevantes, e proporcionar uma compreensão contextualizada do fenômeno em estudo.

A pesquisa envolveu exclusivamente universitários do sexo masculino de uma Instituição de Ensino Superior do Distrito Federal. A amostra foi composta por 100 participantes sexualmente ativos, com idades entre 17 e 50 anos e com experiência anterior no consumo de pornografia, sendo a média de idade de 24 anos. A distribuição do estado civil incluiu 80% solteiros, 15% casados, 3% em união estável e 2% divorciados.

A seleção dos participantes foi realizada por meio de Amostragem Não Probabilística por Conveniência. Os participantes foram convidados voluntariamente através de cartazes distribuídos na instituição. Tais cartazes continham informações sobre os objetivos, benefícios e eventuais riscos do estudo, assegurando total liberdade aos voluntários para decidirem sobre a participação. O questionário teve uma média de duração de 40 minutos.

No que tange aos aspectos éticos, este estudo foi submetido e aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa do Centro Universitário do Distrito Federal (UDF), sob o Parecer nº 2.124.078 e CAAE nº 68417717.2.0000.5650. A participação foi voluntária e cada colaborador assinou o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, sendo que o questionário somente foi iniciado após essa formalização. Garantiu-se aos participantes o total anonimato, o sigilo das informações e o direito de desistência ou retirada do consentimento em qualquer etapa da pesquisa, visando assegurar a ética, a autonomia e a privacidade dos envolvidos.

Para a análise dos dados obtidos, foi utilizada a metodologia de Análise de Conteúdo de Bardin (2010). Essa técnica sistemática foi essencial para a identificação de categorias temáticas, padrões e relações nos dados coletados, permitindo extrair significados subjacentes

às respostas e proporcionando uma compreensão aprofundada das percepções e comportamentos sexuais em relação ao consumo de pornografia.

## **RESULTADOS E DISCUSSÃO**

Os resultados deste estudo investigam as percepções e comportamentos sexuais dos participantes em relação ao consumo de pornografia, categorizados em quatro eixos: (1) comportamentos sexuais relacionados ao consumo de pornografia; (2) influência da pornografia na escolha de parceiros e no interesse sexual; (3) percepção corporal e de desempenho na intimidade; e, (4) perspectivas dos participantes sobre os efeitos da pornografia. A análise buscou compreender como os participantes articulam suas experiências reais com os conteúdos consumidos.

### **COMPORTAMENTOS SEXUAIS RELACIONADOS AO CONSUMO DE PORNOGRAFIA**

Os tópicos envolvendo múltiplos parceiros estão entre os mais consumidos em plataformas de pornografia digital (Pornhub, 2023). Partindo dessa observação, questionou-se se os participantes mantinham atividade sexual com múltiplos parceiros. Embora essas práticas sejam frequentemente representadas em conteúdos pornográficos, 82% negaram esse tipo de atividade, sugerindo que conteúdos fantasiosos não se convertem automaticamente em comportamento real. Esse dado reforça a influência de valores pessoais, limites relacionais e normas sociais como moduladores importantes das práticas sexuais, mesmo diante da exposição constante a conteúdos que romantizam arranjos múltiplos.

Por outro lado, 18% (n=18) relataram manter atividade sexual com múltiplos parceiros, evidenciando a presença de comportamentos não monogâmicos entre parte dos universitários avaliados. Esses dados estão em consonância com estudos que registraram prevalências semelhantes em populações jovens do sexo masculino (Yang *et al.*, 2022), nos quais fatores como aceitação de encontros casuais, educação sexual e confiança no uso de preservativos aparecem como variáveis associadas. A convergência com a literatura reforça que tais práticas, longe de constituírem exceções, integram repertórios sexuais presentes em segmentos masculinos jovens, incluindo universitários.

Um aspecto notável é que metade (n = 9) dos 18 participantes que relataram múltiplos parceiros estava em relacionamento conjugal. Esse dado levanta questões importantes sobre a natureza dessas práticas em contextos matrimoniais: podem refletir (a) arranjos consensuais,

como relacionamentos abertos (Scoats; Campbell, 2022; Sheff, 2020), ou (b) práticas não consensuais, sem o conhecimento/consentimento do(a) cônjuge, com implicações éticas e de confiança (Rokach; Chan, 2023; Galeas; Verdesoto; Choez, 2019). Diante disso, torna-se necessária cautela interpretativa: a proporção registrada indica a ocorrência do fenômeno, mas não permite inferir o grau de consensualidade, lacuna que demandaria investigação qualitativa específica (entrevistas, estudos de caso ou questões direcionadas).

Quanto ao desejo por atividade com múltiplos parceiros, 31% dos participantes manifestaram interesse, enquanto 69% declararam não ter essa inclinação. A diferença de 13 pontos percentuais entre os que praticam (18%) e os que desejam (31%) sugere que o consumo de pornografia pode atuar mais fortemente como catalisador de fantasias do que como determinante direto de comportamento. Em outras palavras, a exposição a cenários envolvendo múltiplos parceiros parece ampliar repertórios imaginativos, sem necessariamente se traduzir em ação concreta. A distinção entre imaginação e prática torna-se ainda mais evidente nos relatos dos próprios participantes, que demonstram consciência das fronteiras entre fantasia e experiência real, como ilustrado a seguir:

Eu já assisti a vídeos com várias pessoas ao mesmo tempo e acho excitante de ver, mas nunca me imaginei realmente vivendo isso.

A pornografia acaba despertando curiosidade, mas é só no plano da fantasia. Na prática eu acho complicado, tenho medo de não saber lidar com a situação e de perder o controle.

Em alguns vídeos parece tudo muito fácil, mas eu sei que aquilo é montado. Na vida real eu não teria coragem, acho que passaria mais vergonha do que prazer.

Aqueles que manifestaram interesse em experiências sexuais diversificadas podem estar buscando uma gama de fatores. Desde a busca por variedade e experimentação até a adoção de uma abordagem mais aberta à intimidade, as razões por trás desse interesse são de natureza heterogênea.

O consumo de pornografia emerge como um possível influenciador nesta conjuntura. A exposição frequente a cenários sexuais, especialmente aqueles envolvendo múltiplos parceiros, desempenha um papel significativo na formação dessas preferências (Sculley; Watkins, 2022). Ao apresentar um repertório ampliado de possibilidades, a pornografia pode tanto suscitar curiosidade quanto moldar expectativas, contribuindo para a construção do que se torna imaginável ou desejável para o indivíduo.

As motivações subjacentes ao interesse por experiências sexuais diversificadas são igualmente complexas. Entre homens, a busca por variedade sexual, a curiosidade exploratória e normas culturais relacionadas à masculinidade costumam assumir papel relevante (Senn *et al.*, 2011). Entre mulheres, estudos identificam motivações distintas, como autonomia sexual ou fatores econômicos em determinados contextos (Dhir; Vasudha, 2021), evidenciando que tais determinantes variam de acordo com o gênero e com os contextos socioculturais. Embora a amostra do presente estudo seja exclusivamente masculina, essas referências permitem situar os achados em um quadro explicativo mais amplo, reforçando a multiplicidade de fatores que moldam o interesse por experiências não convencionais.

Além disso, tanto homens quanto mulheres em relacionamentos não-monogâmicos podem ter motivações variadas, como a busca por prazer, o desejo por novas experiências, o aumento da autoestima, a expressão emocional, a procura por um tipo específico de sexo ou mesmo a excitação associada ao proibido. Essas motivações, enquanto formas de experimentação ou expressão da sexualidade, podem ser intensificadas pelo consumo de pornografia, que frequentemente opera como catalisador, influenciando expectativas, ampliando repertórios imaginativos e fortalecendo a percepção de permissividade (Carvalho; Træen; Stulhofer, 2014).

Olaleye e Ajuwon (2022) destacam que no contexto do uso da pornografia, a exposição a esse tipo de conteúdo está associada a comportamentos sexuais de risco, como a prática de múltiplos parceiros sexuais e atitudes permissivas em relação ao sexo casual. Nesta vertente analítica, a pornografia não apenas desperta curiosidade ou molda percepções, mas pode também exercer influência direta sobre práticas sexuais, aproximando comportamentos reais dos cenários frequentemente retratados nos conteúdos pornográficos.

As preferências sexuais, entretanto, são intrinsecamente individualizadas, sendo moldadas por uma combinação complexa de fatores multidimensionais – entre eles valores pessoais, experiências de vida, influências culturais e o tipo específico de pornografia consumida (Bogaert, 2001; Sayehmiri *et al.*, 2020). Essa interação dinâmica faz com que o modo como a pornografia influencia cada indivíduo seja altamente variável.

Em última análise, a correlação entre o interesse em atividade sexual com múltiplos parceiros e o consumo de pornografia destaca a riqueza e a diversidade das experiências sexuais humanas. Compreender essas variantes possibilita uma análise mais abrangente das relações entre sexualidade, repertórios individuais e influências midiáticas.

Entretanto, é fundamental reconhecer a distinção entre a fantasia apresentada na pornografia e a realidade da vida sexual. Enquanto alguns participantes podem desenvolver um interesse em atividades sexuais múltiplas como resultado direto da exposição à pornografia, outros mantêm deliberadamente uma separação entre os elementos fantasiosos do conteúdo adulto e suas próprias preferências na vida real. Essa diferenciação reforça que o impacto da pornografia não é homogêneo, mas depende das mediações subjetivas, das experiências individuais e do contexto relacional de cada participante.

A pornografia, muitas vezes, pode expandir o repertório sexual quando utilizada individualmente ou em conjunto; por outro lado, retrata cenários e comportamentos que são frequentemente distantes da realidade, criando expectativas por vezes irrealistas acerca da intimidade sexual. Essa discrepância entre representação e vivência real pode gerar frustrações quando as práticas observadas não se alinham à dinâmica concreta dos relacionamentos (Miller *et al.*, 2019).

Uma questão relevante diz respeito às situações em que as fantasias são predominantemente de um dos parceiros, produzindo desequilíbrios na dinâmica sexual e impactando a intimidade do casal. Em relações nas quais as fantasias são unilateralmente direcionadas, podem emergir desafios à satisfação sexual mútua (Girard, 2019). Quando apenas um dos parceiros demonstra maior interesse em realizar determinadas fantasias e o outro não compartilha da mesma disposição, estabelece-se um distanciamento entre expectativas e práticas, o que pode intensificar tensões na vivência sexual. Esse desalinhamento, sobretudo quando não acompanhado de comunicação aberta tende a comprometer a satisfação sexual e repercutir negativamente na qualidade relacional como um todo (Dhir; Vasudha, 2021).

A assimetria nas fantasias também pode gerar sentimentos de inadequação ou pressão sobre o parceiro que não se identifica com as preferências do outro. Isso tende a dificultar a comunicação, pois expressar desconforto, insegurança ou desinteresse pode ser percebido como delicado ou ameaçador ao vínculo (Sun *et al.*, 2016). A ausência de diálogo transparente sobre essas diferenças pode aprofundar o distanciamento emocional e, eventualmente, o afastamento físico.

Além disso, a persistência de desequilíbrios nas fantasias pode, em alguns casos, aumentar a vulnerabilidade à infidelidade, sobretudo quando um dos parceiros percebe que suas necessidades e desejos não estão sendo reconhecidos ou acolhidos no relacionamento (Dhir; Vasudha, 2021). Assim, a busca por satisfação fora da relação pode emergir como uma tentativa

de suprir lacunas afetivas e sexuais percebidas, ainda que tal caminho não seja inevitável, mas condicionado por múltiplos fatores pessoais, relacionais e socioculturais.

Destaca-se, assim, a importância do diálogo contínuo e da comunicação clara nos relacionamentos. Independentemente das preferências individuais, cultivar entendimento mútuo, validar experiências e promover o respeito à autonomia sexual de cada parceiro são elementos fundamentais para relações saudáveis. Uma abordagem pautada na empatia e na escuta ativa contribui para o fortalecimento dos vínculos afetivos e cria um ambiente mais propício ao desenvolvimento da intimidade e ao florescimento das relações interpessoais.

## **INFLUÊNCIA DA PORNOGRAFIA NA ESCOLHA DE PARCEIROS E NO INTERESSE SEXUAL**

A influência do material pornográfico na escolha de parceiras(os) a partir da aparência física revela a complexidade das interações entre a mídia adulta e as preferências individuais. A pornografia tende a apresentar corpos ajustados a padrões estéticos específicos e frequentemente desconectados da diversidade corporal real, o que pode favorecer a idealização de atributos físicos e moldar expectativas sobre parceiros potenciais (Leickly; Nelson; Simoni, 2017; Rollero, 2022; Miller *et al.*, 2019).

Quando questionados sobre já terem escolhido parceiras(os) baseando-se na aparência influenciados por pornografia, 63% dos participantes afirmaram positivamente, enquanto 37% negaram tal influência. Esse dado dialoga com a literatura que indica que a objetificação e a centralidade da estética, características marcantes do conteúdo pornográfico, podem direcionar a escolha de parceiros priorizando atributos físicos em detrimento de aspectos relacionais mais amplos, como compatibilidade emocional e pessoal (Sayehmiri *et al.*, 2020; Miller *et al.*, 2019).

Os relatos dos participantes que reconheceram essa influência ilustram como padrões corporais veiculados pela pornografia são internalizados como critérios de seleção:

Acho que gosto de quem parece mais com aquelas pessoas dos vídeos pornô, tipo com corpo sarado e carinha bonita.

Gosto de quem tem aquela vibe sensual que aparece na pornografia, acho que deixa as coisas mais interessantes.

Prefiro gente com certos jeitinhos do corpo que sempre aparecem no *OnlyFans*, tipo proporção certa e tal.

Comecei a gostar de quem se veste e age de um jeito parecido com o que aparece nos vídeos pornô.

Inconscientemente busco quem incorpora as características que vejo nos materiais adultos.

Procuro alguém que se encaixe naquele padrão de beleza que vejo nos filmes pornôs.

Sempre acabo preferindo quem tem um jeito parecido com as modelos das fotos.

Eu gosto da parada dos filmes, essas minas com cabelão, parece que é outro mundo, uma vibe mais intensa.

O material pornográfico, ao valorizar corpos e performances consideradas desejáveis, pode estabelecer parâmetros sobre atratividade sexual, influenciando comparações entre a(o) parceira(o) real e as/os atrizes(atores) da mídia. Quando indagados sobre uma possível diminuição do interesse sexual pela(o) parceira(o) decorrente dessas comparações, 89% negaram e 11% afirmaram já ter vivenciado essa situação.

A constatação de que 11% dos participantes relataram diminuição do interesse sexual devido à discrepância entre a(o) parceira(o) e os padrões pornográficos reforça discussões sobre os efeitos da mídia adulta nas dinâmicas relacionais. Esses padrões estéticos, muitas vezes irrealistas, podem gerar frustração, desconexão emocional e pressão para atender a expectativas inalcançáveis (Justi *et al.*, 2020; Miller *et al.*, 2019).

Entre esses 11%, também foi relatada uma redução geral do interesse sexual associada ao consumo de pornografia, reforçada por depoimentos como:

Quando comparo minha esposa com o que vejo na pornografia, muitas vezes, perco a excitação

Cara, a pornografia deixa a barra tão alta, né? Minha mina não é igual aquelas atrizes, e isso meio que bagunçou as coisas pra gente. Tipo, não sinto mais o mesmo pique.

Acho que a pornografia mexeu com minhas ideias sobre o que é sexy. O real, não traz a mesma satisfação que o virtual

Eu comecei a querer coisas que só vi em pornô, mas as pessoas com quem me relacionei não fazem o que aquelas atrizes fazem.

Mudo constantemente de parceira, porque vou perdendo o tesão. É como se o sexo não bastasse.

Já preferi a masturbação e a pornografia do que o sexo com a minha namorada.

De acordo com Zillmann e Bryant (1988) o acesso indiscriminado à pornografia pode diminuir a satisfação com o relacionamento, alterar a percepção da aparência do parceiro, afetar sentimentos e comportamentos sexuais, além de reduzir o envolvimento afetivo.

A literatura recente também aponta que a pornografia pode exercer efeitos positivos quando consumida de maneira esporádica. Prado *et al.* (2024) observaram benefícios como aprimoramento da relação sexual, aumento do prazer e maior satisfação. No entanto, conforme o consumo se intensifica, surgem efeitos adversos, incluindo isolamento, diminuição da intimidade e desenvolvimento de padrões compulsivos.

O vínculo entre masturbação e uso excessivo de pornografia pode gerar dificuldades na excitação durante o sexo com parceiros reais. O reforço repetitivo associado ao estímulo visual da pornografia pode reduzir a libido e comprometer a satisfação sexual presencial, deslocando a gratificação para o consumo solitário de conteúdo adulto (Carvalho; Træen; Stulhofer, 2014). Essa dinâmica é explicada neurofisiologicamente pela dessensibilização do sistema de recompensa, onde o consumo excessivo induz à necessidade de estímulos cada vez mais intensos para alcançar a satisfação, tornando as experiências sexuais reais, mais sutis, insuficientes (Prado; Silva Neto, 2024). Esse padrão pode restringir a intimidade conjugal e contribuir para o distanciamento emocional.

Diante desses impactos, torna-se essencial promover a conscientização sobre o consumo equilibrado de pornografia, compreendendo que a diversidade corporal e sexual é inerente à experiência humana. Estabelecer limites saudáveis e reconhecer os efeitos potenciais do consumo excessivo são medidas que contribuem para relações mais sólidas, inclusivas e fundamentadas no respeito mútuo.

## **PERCEPÇÃO CORPORAL E DE DESEMPENHO NA INTIMIDADE**

Ao serem questionados sobre a comparação de sua aparência física com a de atores presentes em filmes pornográficos, 31% dos participantes relataram realizar esse tipo de comparação, enquanto 69% afirmaram não o fazer. A pornografia frequentemente apresenta corpos associados a padrões estéticos específicos, geralmente distantes da variabilidade corporal presente na população. Destarte, a exposição a essas imagens pode favorecer comparações negativas e gerar percepções de discrepância corporal, especialmente em domínios relacionados à autoestima e à confiança sexual (Wright *et al.*, 2023).

A discussão sobre autopercepção corporal envolve ainda elementos que costumam receber destaque na pornografia, como o tamanho do pênis, cuja representação é normalmente desproporcional em relação à média populacional. Essa discrepância pode contribuir para inseguranças, reforçando a necessidade de interpretações mais realistas e inclusivas da diversidade anatômica masculina.

Quando questionados sobre a comparação de seu desempenho sexual com o de atores pornográficos, 36% dos participantes afirmaram realizar esse tipo de comparação, enquanto 64% relataram não a utilizar como referência. Entre aqueles que não fazem essa comparação, a diferença entre a performance apresentada nos filmes, construída por meio de roteiros, cortes e edição, e a experiência íntima cotidiana parece contribuir para percepções mais realistas e adequadas das próprias capacidades.

Entre os 36% que reconhecem realizar comparações de desempenho, a discrepância entre representações ficcionais e experiências reais pode gerar pressões internas e expectativas elevadas, fenômeno relacionado à ansiedade de desempenho e insegurança sexual (Wright *et al.*, 2023; Justi *et al.*, 2020). Prado e Silva Neto (2024) destacam que o consumo excessivo de pornografia pode gerar insegurança sexual e afetar a autoestima dos homens, contribuindo para transtornos como a disfunção erétil psicogênica e a ejaculação precoce, decorrentes da ansiedade de desempenho. As performances exibidas na pornografia tendem a privilegiar estímulos visuais, prolongar artificialmente determinadas práticas e selecionar comportamentos considerados excitantes para fins de entretenimento (Justi *et al.*, 2020). Assim, a comparação direta com tais representações pode acentuar percepções de inadequação.

Girard (2019) destaca que as produções pornográficas frequentemente deixam de contemplar elementos que caracterizam interações sexuais reais, como a comunicação, a conexão emocional e a variabilidade das preferências individuais. Outrossim, a exposição contínua a representações estilizadas pode contribuir para expectativas desajustadas não apenas sobre o próprio desempenho, mas também sobre o comportamento esperado de parceiras(os).

Segundo Owens *et al.* (2012), homens podem experimentar preocupações relacionadas à própria virilidade ao compararem-se a atores pornográficos, o que pode repercutir na autoconfiança sexual. Além disso, expectativas derivadas de conteúdos pornográficos podem influenciar a dinâmica relacional, resultando em possíveis frustrações e conflitos quando transpostas ao contexto conjugal.

Diante desses resultados, observa-se que as comparações com padrões pornográficos podem influenciar tanto a percepção corporal quanto a avaliação do próprio desempenho, o que reforça a importância de compreensões mais realistas acerca da sexualidade, bem como da comunicação entre parceiras(os) sobre expectativas e preferências individuais.

## **PERSPECTIVAS DOS PARTICIPANTES SOBRE OS EFEITOS DA PORNOGRAFIA**

No contexto da pesquisa, quando questionados sobre a influência de materiais pornográficos na decisão de não usar preservativos durante a relação sexual, 88% dos

participantes responderam negativamente, indicando que não deixaram de usar preservativos por essa influência. No entanto, 12% afirmaram que sim, sugerindo que uma parcela da amostra foi impactada de alguma forma por esses materiais na tomada de decisões relacionadas à prática de sexo seguro.

A decisão de não utilizar preservativos sob influência da pornografia está associada a riscos significativos para a saúde sexual e reprodutiva desses indivíduos. Em grande parte das produções pornográficas, a ausência de métodos contraceptivos é apresentada sem problematização, o que pode contribuir para a normalização de práticas sexuais sem proteção. O não uso de preservativos amplia a vulnerabilidade à transmissão de infecções sexualmente transmissíveis (ISTs) e à ocorrência de gravidezes não planejadas. Em decorrência disso, destaca-se a interseção entre dois achados da pesquisa: 12% relataram não usar preservativos sob influência da pornografia, e 18% mantêm atividade sexual com múltiplos parceiros. A combinação desses comportamentos caracteriza um padrão de maior risco, o que reforça a relevância de estratégias de educação sexual e de promoção de práticas seguras (Olaleye; Ajuwon, 2022).

A preocupação com comportamentos associados ao consumo de pornografia também é discutida por Wright *et al.* (2023), que apontam possíveis efeitos como a adoção de práticas sexuais de risco, o envolvimento com múltiplos parceiros, a busca por prostituição e o sexo sem preservativo. Tais comportamentos podem contribuir para a ampliação da transmissão de ISTs e de gravidezes não planejadas, constituindo um ponto sensível para a saúde pública.

Ao final da pesquisa, os participantes foram convidados a expressar suas opiniões sobre o consumo de material pornográfico, revelando um conjunto diversificado de percepções. Para 55% da amostra, o consumo é considerado neutro, sugerindo uma compreensão de que a pornografia, usada de forma consciente, não exerce impacto significativo positivo ou negativo em suas vidas. Outros 12% avaliam o consumo como benéfico, possivelmente associando-o a aumento de satisfação sexual, aprimoramento das interações íntimas ou funções de caráter educativo.

Por outro lado, 22% percebem o consumo como nocivo, mencionando potenciais impactos negativos, como expectativas irreais, prejuízos em relações interpessoais ou efeitos na saúde mental. Além disso, 11% declararam não possuir opinião formada sobre o tema, indicando dúvidas ou ausência de posicionamento consolidado. Essas percepções de nocividade são corroboradas por achados que associam o uso excessivo a sintomas depressivos, ansiedade,

isolamento social e diminuição do interesse sexual, impactando diretamente o bem-estar psicológico e relacional dos homens (Prado; Silva Neto, 2024).

A heterogeneidade dessas perspectivas evidencia a dimensão subjetiva que permeia o consumo de pornografia. Também ressalta a importância de abordagens educativas que considerem diferentes experiências individuais e forneçam subsídios para escolhas mais informadas. A compreensão dos diversos modos como a pornografia é percebida e integrada ao cotidiano pode contribuir para análises mais amplas sobre seu papel na vida sexual e afetiva contemporânea.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Este estudo investigou as percepções, práticas e implicações associadas ao consumo de pornografia, evidenciando como as representações midiáticas interagem com a vivência sexual dos indivíduos. Os resultados mostraram que, embora conteúdos pornográficos frequentemente valorizem a multiplicidade de parceiros e cenários intensificados, a maioria dos participantes mantém preferência por relações monogâmicas e comprometidas. Essa distância entre fantasia e prática real ilustra a dissociação entre desejos imaginados e comportamentos efetivos, reforçando a complexidade da sexualidade contemporânea.

Verificou-se também que a pornografia exerce influência nas expectativas estéticas, no ideal de parceiro e, em alguns casos, no interesse sexual dentro de relacionamentos estáveis. Ainda que grande parte dos participantes consiga separar suas fantasias das experiências reais, uma parcela relatou impactos negativos, como autopercepção corporal prejudicada, ansiedade de desempenho e dificuldades na intimidade. Esses achados dialogam com pesquisas que apontam que a discrepância entre fantasias predominantemente individuais e práticas compartilhadas pode gerar tensões conjugais quando não acompanhada de comunicação aberta.

As opiniões divergentes entre os participantes sobre os efeitos da pornografia mostram que o fenômeno é multifacetado e demanda abordagens educativas equilibradas, que não demonizem o consumo, mas também não negligenciem seus riscos. Promover uma compreensão crítica da sexualidade e incentivar diálogos francos sobre expectativas, limites e influências midiáticas emerge como estratégia essencial para fortalecer relações afetivo-sexuais mais saudáveis.

Em termos de implicações práticas, os resultados reforçam a relevância de ações educativas que abordem a dissociação entre fantasia e realidade, fortaleçam a comunicação entre parceiros e auxiliem na construção de expectativas sexuais realistas. Para profissionais da

saúde e da educação sexual, o estudo oferece subsídios para intervenções direcionadas à promoção do bem-estar sexual e relacional.

No entanto, este estudo apresenta limitações, entre as quais se destacam o número restrito de participantes, o recorte específico do público investigado e a natureza autorrelatada dos dados, que pode influenciar a precisão das respostas. Esses fatores limitam a generalização dos resultados e sugerem cautela na extrapolação das conclusões. Diante disso, recomenda-se que pesquisas futuras incluam amostras mais amplas e diversificadas, além de abordagens metodológicas mistas que permitam capturar nuances das práticas e percepções sexuais com maior profundidade. Estudos longitudinais também poderiam esclarecer a evolução dos impactos do consumo de pornografia ao longo do tempo.

Assim, este estudo contribui para ampliar a compreensão das interações entre consumo de pornografia, fantasias e práticas sexuais, destacando a importância de práticas comunicacionais saudáveis entre parceiros e de uma educação sexual abrangente. Ao reconhecer tanto os potenciais benefícios quanto os desafios envolvidos, reforça-se a necessidade de apoiar indivíduos e casais na construção de relações satisfatórias, baseadas no respeito mútuo, autonomia e comunicação clara.

## REFERÊNCIAS

BARDIN, L. **Análise de conteúdo**. Lisboa: Edições 70 LDA, 2010.

BOGAERT, A. F. Personality, individual differences, and preferences for the sexual media. **Archives of Sexual Behavior**, v. 30, n. 1, p. 29-53, mar. 2001. DOI: <https://doi.org/10.1023/A:1026416723291>.

CARVALHEIRA, A.; TRÆEN, B.; STULHOFER, A. Masturbation and pornography use among coupled heterosexual men with decreased sexual desire: how many roles of masturbation? **Journal of Sex & Marital Therapy**, v. 41, n. 6, p. 626-635, set. 2014. DOI: <https://doi.org/10.1080/0092623X.2014.958790>.

DHIR, R.; VASUDHA, K. G. Relationship between sexual fantasy, sexual communication, personality traits and sexual satisfaction in married individuals. **Journal of Psychological Research**, v. 3, n. 36, p. 44-50, jul. 2021. DOI: <https://doi.org/10.30564/jpr.v3i3.3483>.

GALEAS, J. R. V.; VERDESOTO, M. V. V.; CHOEZ, X. E. F. Impacto emocional de la infidelidad en las relaciones de pareja: importancia de su conocimiento para el psicólogo clínico. **Opuntia Brava**, v. 11, n. 4, p. 349-361, 2019. Disponível em: <https://opuntibrava.ult.edu.cu/index.php/opuntibrava/article/view/883>. Acesso em: 5 jun. 2024.

GIL, A. C. **Métodos e técnicas de pesquisa social**. 7. ed. São Paulo: Atlas, 2019.

GIRARD, A. Sexual desire discrepancy. **Current Sexual Health Reports**, v. 11, n. 2, p. 80-83, jun. 2019. DOI: <https://doi.org/10.1007/s11930-019-00196-w>.

JUSTI, J.; SERRÃO, V. A. S.; JUSTI, J.; JUSTI, E. B. L. Sexualidade na contemporaneidade: novas configurações das relações humanas. **Brazilian Applied Science Review**, v. 4, n. 5, p. 2864-2881, set./out. 2020. DOI: <https://doi.org/10.34115/basrv4n5-009>.

LEICKLY, E.; NELSON, K.; SIMONI, J. Sexually explicit online media, body satisfaction, and partner expectations among men who have sex with men: a qualitative study. **Sexuality Research and Social Policy**, v. 14, n. 3, p. 270-274, jul. 2017. DOI: <https://doi.org/10.1007/s13178-016-0248-7>.

MILLER, D. J.; MCBAIN, K. A.; LI, W. W.; RAGGATT, P. T. F. Pornography, preference for porn-like sex, masturbation, and men's sexual and relationship satisfaction. **Personal Relationships**, v. 26, n. 1, p. 93-113, mar. 2019. DOI: <https://doi.org/10.1111/per.12267>.

OLALEYE, O. S.; AJUWON, A. Influence of the use of social-media and exposure to pornography on the sexual behaviour of youths in selected tertiary institutions in Southwest Nigeria. **Health Behavior Research**, v. 5, n. 3, art. 23, p. 1-17, maio 2022. DOI: <https://doi.org/10.4148/2572-1836.1137>.

OWENS, E. W.; BEHUN, R.; MANNING, J. C.; REID, R. C. The impact of internet pornography on adolescents: a review of the research. **Sexual Addiction & Compulsivity**, v. 19, n. 1-2, p. 99-122, abr. 2012. DOI: <https://doi.org/10.1080/10720162.2012.660431>.

PORNHUB. **Insights: 2023 year in review**. [S. l.], 2023. Disponível em: <https://www.pornhub.com/insights/2023-year-in-review#categories>. Acesso em: 30 maio 2024.

PRADO, C. C.; SILVA NETO, J. A.; AGUIAR, J. D. A influência do consumo de pornografia em homens. **Contribuciones a Las Ciencias Sociales**, v. 3, n. 3, e5621, 2024. DOI: <https://doi.org/10.55905/revconv.17n.3-041>.

PRADO, C. C.; SILVA NETO, J. A.. Análise dos impactos do consumo excessivo de pornografia na saúde dos homens. **Contribuciones a Las Ciencias Sociales**, v. 17, n. 12, e12859, 2024. DOI: <https://doi.org/10.55905/revconv.17n.12-250>.

ROKACH, A.; CHAN, S. H. Love and infidelity: causes and consequences. **International Journal of Environmental Research and Public Health**, v. 20, n. 5, p. 3904, fev. 2023. DOI: <https://doi.org/10.3390/ijerph20053904>.

ROLLER, C. Mass media beauty standards, body surveillance, and relationship satisfaction within romantic couples. **International Journal of Environmental Research and Public Health**, v. 19, n. 7, p. 3833, abr. 2022. DOI: <https://doi.org/10.3390/ijerph19073833>.

SAYEHMIRI, K.; KAREEM, K. I.; ABDI, K.; DALVAND, S.; GHESHLAGH, R. G. The relationship between personality traits and marital satisfaction: a systematic review and meta-analysis. **BMC Psychology**, v. 8, n. 1, art. 15, p. 1-8, fev. 2020. DOI: <https://doi.org/10.1186/s40359-020-0383-z>.

SCOATS, R.; CAMPBELL, C. What do we know about consensual non-monogamy? **Current Opinion in Psychology**, v. 48, p. 101468, dez. 2022. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.copsy.2022.101468>.

SCULLEY, J.; WATKINS, C. D. The great porn experiment v2.0: sexual arousal reduces the salience of familiar women when heterosexual men judge their attractiveness. **Archives of Sexual Behavior**, v. 51, n. 6, p. 3071-3082, jul. 2022. DOI: <https://doi.org/10.1007/s10508-022-02317-4>.

SENN, T. E.; SCOTT-SHELDON, L. A. J.; SEWARD, D. X.; WRIGHT, E. M. *et al.* Sexual partner concurrency of urban male and female STD clinic patients: a qualitative study. **Archives of Sexual Behavior**, v. 40, n. 4, p. 775-784, ago. 2011. DOI: <https://doi.org/10.1007/s10508-010-9688-y>.

SHEFF, E. Polyamory is deviant – but not for the reasons you may think. **Deviant Behavior**, v. 41, n. 7, p. 882-892, mar. 2020. DOI: <https://doi.org/10.1080/01639625.2020.1737353>.

SUN, C.; BRIDGES, A.; JOHNSON, J. A.; EZZELL, M. B. Pornography and the male sexual script: an analysis of consumption and sexual relations. **Archives of Sexual Behavior**, v. 45, n. 4, p. 983-994, maio 2016. DOI: <https://doi.org/10.1007/s10508-014-0391-2>.

WRIGHT, P. J.; TOKUNAGA, R. S.; HERBENICK, D.; PAUL, B. Pornography, sexual insecurity, and orgasm difficulty. **Health Communication**, v. 38, n. 3, p. 552-561, mar. 2023. DOI: <https://doi.org/10.1080/10410236.2021.1958985>.

YANG, Z.; MA, Q.; CHEN, W. Y.; ZHOU, X.; JIANG, T.; GUO, Z.; JIN, M.; CHEN, W. Analysis of multiple sexual partners among 2665 male college students who have sexual behaviour in Zhejiang province, China. **BioMed Research International**, [S. l.], p. 8006537, 2022. DOI: <https://doi.org/10.1155/2022/8006537>.

ZILLMANN, D.; BRYANT, J. Effects of prolonged consumption of pornography on family values. **Journal of Family Issues**, v. 9, n. 4, p. 518-544, 1988. DOI: <https://doi.org/10.1177/019251388009004006>.