



RESUMO

Este estudo investigou os efeitos do consumo de pornografia online sobre a saúde mental, a autoimagem e os vínculos afetivos de adolescentes entre 15 e 18 anos. A hipótese central é que a exposição precoce e frequente a conteúdos pornográficos acarreta impactos negativos, como ansiedade, depressão, baixa autoestima e dificuldades nos relacionamentos, enquanto o uso eventual e mediado pode ter caráter educativo. A revisão bibliográfica narrativa abordou estudos psicológicos, neurobiológicos e sociais, enfatizando a vulnerabilidade do cérebro adolescente e a influência de roteiros sexualizados na formação da identidade. A pesquisa adotou abordagem metodológica mista. A parte qualitativa consistiu na análise de artigos e livros publicados entre 2010 e 2024. A etapa quantitativa utilizou um questionário digital anônimo aplicado a 64 estudantes, investigando idade de primeiro contato, frequência de consumo, tipos de conteúdo e percepções sobre efeitos pessoais. Os resultados indicam que o consumo precoce e frequente está associado a efeitos negativos relevantes, enquanto o uso esporádico e reflexivo apresenta potencial educativo. Esses achados apontam para a necessidade de estratégias educativas e programas de orientação sexual que promovam autoconhecimento, empatia e vínculos afetivos saudáveis na adolescência.

INTRODUÇÃO

A pesquisa investiga a crescente exposição de adolescentes à pornografia e a falta de debate sobre seus impactos na formação da identidade e na saúde mental. Em uma era de excesso de estímulos e fragilidade dos vínculos sociais, busca-se compreender como a pornografia influencia a percepção de si e do outro, contribuindo para uma abordagem crítica e educativa da sexualidade contemporânea.

OBJETIVOS

Este estudo analisa como o consumo de pornografia online afeta a saúde mental, a autoimagem e os vínculos afetivos de adolescentes de 15 a 18 anos. Examina frequência e idade de primeiro contato, impactos na identidade corporal e emocional, diferenças entre meninos e meninas, e o papel da família e da escola na mediação da sexualidade, buscando promover uma formação afetiva e ética mais saudável.

METODOLOGIA

Este estudo utilizou abordagem qualitativa e quantitativa, exploratória e descritiva. A parte qualitativa consistiu em revisão bibliográfica sobre os efeitos psicológicos, comportamentais e sociais do consumo de pornografia online entre adolescentes. A parte quantitativa aplicou um questionário anônimo para levantar dados empíricos e relacionar as hipóteses teóricas à realidade observada nos jovens pesquisados.

RESULTADOS

A pesquisa confirma que a exposição precoce e o consumo excessivo de pornografia online prejudicam a saúde mental, a autoimagem e os vínculos afetivos dos adolescentes, enquanto o uso eventual, quando mediado por reflexão, pode ter caráter educativo. A predominância dos efeitos negativos evidencia a falta de políticas educativas eficazes e de diálogo entre gerações sobre sexualidade.

Os resultados reforçam a necessidade de ações pedagógicas que promovam pensamento crítico e educação emocional. Escola e família devem atuar no esclarecimento de mitos e estereótipos, abordando prazer, consentimento, respeito e responsabilidade afetiva, transformando silêncio em escuta e tabu em educação.

Figura 1 - Nuvem de palavras realizada com base nas entrevistas realizadas com os adolescentes



(Fonte: Elaborado pelo autor, 2025).

CONCLUSÃO

O estudo mostrou que o consumo precoce e frequente de pornografia online impacta a saúde mental, a autoimagem e os vínculos afetivos de adolescentes, reforçando padrões de gênero, desigualdades e modelos de relacionamento desprovidos de afeto. Os efeitos psicológicos mais recorrentes incluem ansiedade, tristeza, desmotivação e sensação de dependência, refletindo a urgência de tratar o tema como questão de saúde mental e educação, e não apenas moral.

Apesar dos riscos, alguns adolescentes demonstraram capacidade de reflexão e autoconsciência, interrompendo ou moderando o consumo ao perceber impactos negativos em suas vidas. Isso evidencia o potencial do desenvolvimento de pensamento crítico e da orientação adequada, tanto em casa quanto na escola, para promover hábitos saudáveis e autoconhecimento.

A pesquisa reforça a importância da escola e da família como espaços de mediação da sexualidade, por meio de diálogo ético, científico e emocional. A educação sexual emancipadora, baseada na escuta, empatia e formação docente continuada, é essencial para que os jovens construam uma sexualidade saudável, consciente e respeitosa, transformando a curiosidade em aprendizado e a exposição em compreensão crítica.

BIBLIOGRAFIA

DOIDGE, Norman. O cérebro que se transforma: Como a neuroplasticidade pode curar e mudar o cérebro. Rio de Janeiro: Record, 2007.

GOLEMAN, Daniel. O cérebro e a inteligência emocional: Novas perspectivas. São Paulo: Objetiva, 2011.

GOMES, R. Psicologia e Comportamento Digital: O impacto das mídias na saúde mental dos adolescentes. São Paulo: Atlas, 2024.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE (OMS). Classificação Estatística Internacional de Doenças e Problemas Relacionados à Saúde – CID-11. Genebra: OMS, 2019. Disponível em: <https://icd.who.int>. Acesso em: 6 mai. 2025.

OWENS, Eric W.; BEHUN, Rebecca J.; MANNING, James C.; REID, Rory C. The Impact of Internet Pornography on Adolescents: A Review of the Research. Sexual Addiction & Compulsivity, v. 19, n. 1–2, p. 99–122, 2012. Disponível em: <https://doi.org/10.1080/10720162.2012.660431>. Acesso em: 6 mai. 2025.

