

COLÉGIO SÃO LUÍS

**ENSINO MÉDIO
CURSO DE METODOLOGIA DE INICIAÇÃO CIENTÍFICA**

Eduardo Dupont Vannini

**Entre o prazer e o vazio: o consumo de pornografia online e seus efeitos
psicológicos em adolescentes**

Eduardo Dupont Vannini

Entre o prazer e o vazio: o consumo de pornografia online e seus efeitos psicológicos em adolescentes

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado como requisito de aprovação em “Metodologia de Iniciação Científica”, na 2ª série do EMI do Colégio São Luís.

Orientador: Prof. Me. Graziano Costa

DEDICATÓRIA

Dedico este trabalho aos meus pais, Carla e Walter, à minha irmã Pietra, à minha namorada Jade Takaki, a todos os meus amigos próximos e ao meu professor e orientador, Graziano.

AGRADECIMENTO

Não há como começar este agradecimento sem citar meu orientador Graziano, meu professor e um grande amigo, que não só me ajudou, mas foi essencial para a realização de todo o trabalho. Agradeço à minha família, em especial aos meus pais e à minha irmã, que me auxiliaram bastante nessa caminhada; minha irmã me apoiou em diversas tarefas, desde a revisão da ortografia do trabalho até a preparação para o vídeo. Por último, mas não menos importante, devo muito deste trabalho à minha namorada Jade, que foi minha grande parceira nesta jornada, oferecendo ideias, apoio emocional e contribuições essenciais para a finalização deste trabalho.

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 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.

Palavras-chave: Pornografia Online; Adolescentes; Saúde Mental; Autoimagem; Vínculos Afetivos.

ABSTRACT

This study investigated the effects of online pornography consumption on the mental health, self-image, and affective bonds of adolescents aged 15 to 18. The central hypothesis is that early and frequent exposure to pornographic content leads to negative impacts such as anxiety, depression, low self-esteem, and relationship difficulties, while occasional and mediated use may have an educational character. The narrative literature review addressed psychological, neurobiological, and social studies, emphasizing the vulnerability of the adolescent brain and the influence of sexualized scripts on identity formation. The research adopted a mixed-methods approach. The qualitative part consisted of analyzing articles and books published between 2010 and 2024. The quantitative phase employed an anonymous digital questionnaire applied to 64 students, investigating age of first exposure, frequency of consumption, types of content, and perceptions of personal effects. The results indicate that early and frequent consumption is associated with significant negative effects, whereas occasional and reflective use shows educational potential. These findings highlight the need for educational strategies and sexual guidance programs that promote self-knowledge, empathy, and healthy affective bonds during adolescence.

Keywords: Online Pornography; Adolescents; Mental Health; Self-Image; Affective Bonds.

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO	10
2 OBJETIVO GERAL E ESPECÍFICO	13
3 HIPÓTESES	13
4 METODOLOGIA	14
4.3.1 Tipo de pesquisa	14
4.3.2 Procedimentos metodológicos	14
4.3.3 Instrumentos de coleta de dados	15
CAPÍTULO 1 - IMPACTOS NEUROBIOLÓGICOS: O CÉREBRO ADOLESCENTE SOB ESTÍMULO DA PORNOGRAFIA	16
1.1 Consequências Psicológicas: emoções e identidade sexual	18
1.2 Comparações Sociais, Autoestima e Imagem Corporal	18
1.3 Consequências emocionais e psicossociais	19
1.4 Caminhos para Prevenção e Educação	20
CAPÍTULO 2 - CARACTERIZAÇÃO DOS SUJEITOS DA PESQUISA	22
2.1 Questionário aplicado	22
2.2 Apresentação dos dados	22
2.2.1 Faixa etária	22
2.2.2 Gênero	23
2.2.3 Orientação sexual	24
2.2.4 Idade de primeiro contato	25
2.2.5 Frequência de acesso	26
2.2.6 Sites utilizados	27
2.2.7 O material acessado	28
2.2.8 Impactos Sentidos	30
CAPÍTULO 3 - ANÁLISE E DISCUSSÃO DOS RESULTADOS	31
3.1 Idade de primeiro contato com a pornografia	31
3.2 Frequência e padrões de consumo	32
3.3 Diferenças de gênero e construção da sexualidade	32
3.4 Autoimagem, corpo e afetividade	33
3.5 Impactos psicológicos e sociais	34
3.6 Entre curiosidade e autoconhecimento	34
3.7 Considerações integradas	35

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS	36
6 REFERÊNCIAS.....	39

LISTA DE FUGURAS

Figura 1 – (A) visitantes por idade a plataforma - (B) visitas anuais na plataforma 01

Figura 2 – Ressonância comparativa 08

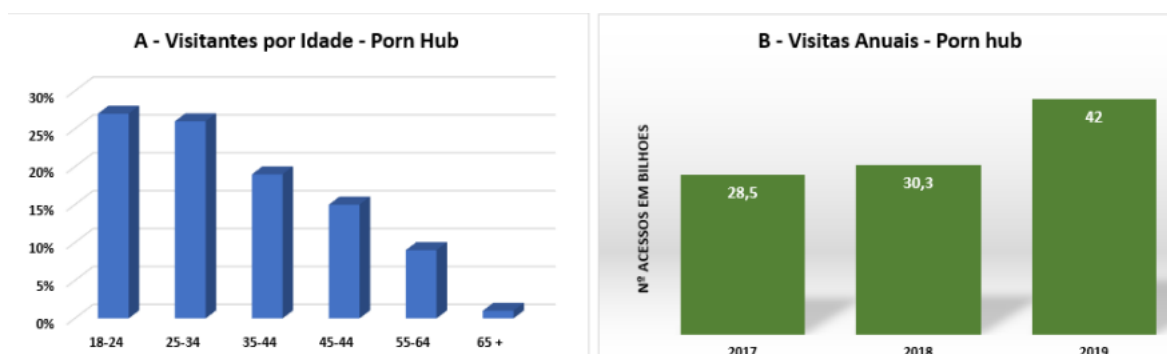
1 INTRODUÇÃO

O psicólogo Gomes (2024) observa que a pornografia é um fenômeno onipresente na sociedade contemporânea, amplamente disseminado pelas plataformas digitais e acessível a diferentes faixas etárias, inclusive adolescentes e jovens adultos. Esse contexto levanta questionamentos relevantes sobre como o consumo de pornografia afeta a saúde mental, o comportamento socioafetivo e o desenvolvimento emocional dos jovens entre 15 e 18 anos.

A pornografia tornou-se uma influência significativa na formação da subjetividade juvenil no século XXI, impulsionada pela popularização das tecnologias digitais e pela facilidade de acesso proporcionada pela internet. Segundo Kalonia (2024), embora esse fenômeno possa representar um avanço no campo da liberdade de expressão e da diversidade sexual, ele também traz riscos consideráveis à saúde mental e emocional, especialmente quando o consumo se torna excessivo ou compulsivo. Pesquisas recentes demonstram que o contato precoce e desregulado com material pornográfico está associado a distúrbios psicológicos e comportamentais, afetando a autoimagem e a capacidade de estabelecer vínculos afetivos saudáveis (CHANDEL, 2024).

Pesquisas indicam que o consumo de pornografia pode estar associado a uma série de efeitos negativos na saúde psicológica, particularmente quando se torna um comportamento compulsivo ou excessivo (CHANDEL, 2024)

Figura 1 – (A) visitantes por idade a plataforma - (B) visitas anuais na plataforma



Fonte: PornHub

Esses dados indicam que o consumo de pornografia tem maior número em jovens adultos, e abrange diferentes gêneros e regiões do mundo. No entanto, vale ressaltar que esses números não necessariamente refletem um vício ou problema relacionado ao consumo de pornografia, mas sim o interesse e a demanda por esse tipo de conteúdo.

A exposição constante a conteúdos sexualizados interfere diretamente no desenvolvimento cognitivo e emocional dos adolescentes. Estudos neurocientíficos, como os de Voon et al. (2014) e Sapolsky (2017), apontam que o cérebro jovem é particularmente vulnerável a estímulos de alta intensidade, o que pode gerar padrões de comportamento compulsivo e dependência. Além disso, o consumo frequente de pornografia reforça estereótipos de gênero, distorce a percepção do prazer e reduz o sexo à performance, afastando-o de dimensões afetivas e éticas. Nesse sentido, compreender o impacto desse fenômeno é essencial para pensar políticas educativas e estratégias de prevenção que favoreçam o autoconhecimento e a construção de relações interpessoais saudáveis.

A presente pesquisa justifica-se pela crescente exposição de adolescentes à pornografia e pela ausência de um debate estruturado sobre os impactos desse consumo na formação da identidade e na saúde mental. Em uma era marcada pelo excesso de estímulos e pela fragilidade dos vínculos sociais, compreender como a pornografia influencia a percepção de si e do outro é um passo fundamental para a promoção da saúde emocional e do desenvolvimento afetivo. Ao tratar de um tema ainda permeado por tabus, este estudo busca contribuir para a construção de um olhar crítico e educativo sobre a sexualidade na contemporaneidade.

O objeto de estudo deste trabalho é a análise dos múltiplos impactos do consumo de pornografia online nos adolescentes, com foco em três dimensões principais: o impacto cerebral e neurobiológico, os efeitos psicológicos e emocionais e as consequências sociais e comportamentais. O objetivo geral é compreender de que maneira o consumo e o vício em pornografia influenciam a saúde mental, a autoimagem e os vínculos afetivos de adolescentes entre 15 e 18 anos, considerando a vulnerabilidade cognitiva e emocional dessa fase do desenvolvimento humano.

A pesquisa foi conduzida com base em uma abordagem qualitativa e quantitativa, combinando revisão bibliográfica e aplicação de questionário anônimo com estudantes de uma instituição privada. A análise dos dados obtidos permitiu

estabelecer relações diretas entre o comportamento dos participantes e as hipóteses levantadas sobre os efeitos psicológicos e sociais do consumo de pornografia.

O primeiro capítulo apresenta o referencial teórico que sustenta a pesquisa, abordando os impactos neurobiológicos, psicológicos e sociais do consumo de pornografia na adolescência. São discutidos estudos de autores como Goleman (2011), Sapolsky (2017) e Voon et al. (2014), que analisam o funcionamento do cérebro jovem sob estímulos intensos, bem como pesquisas que relacionam o uso compulsivo da pornografia à ansiedade, à depressão e à construção distorcida da sexualidade. Além disso, o capítulo introduz reflexões sobre as consequências emocionais e afetivas desse fenômeno, destacando a necessidade de uma abordagem educativa e preventiva que favoreça o desenvolvimento da empatia e dos vínculos saudáveis.

O segundo capítulo descreve os procedimentos metodológicos adotados e apresenta os dados coletados na pesquisa de campo. Realizado por meio de um questionário anônimo com 64 estudantes entre 15 e 18 anos, o estudo buscou compreender os hábitos, as percepções e os impactos do consumo de pornografia online. São detalhados os perfis dos participantes, a idade do primeiro contato com o conteúdo, a frequência de acesso, os tipos de material consumido e os efeitos percebidos sobre a saúde mental e a autoimagem. Essa caracterização dos sujeitos fornece a base empírica necessária para a análise comparativa com as hipóteses teóricas formuladas no início do trabalho.

O terceiro capítulo dedica-se à análise e à discussão dos resultados, estabelecendo relações entre os dados empíricos e o referencial teórico. A partir da interpretação dos questionários, são identificadas correlações entre consumo precoce, compulsão, ansiedade e distorções na afetividade, confirmando em grande medida as hipóteses apresentadas. Também são exploradas as diferenças de gênero e os aspectos culturais que influenciam a relação dos adolescentes com a sexualidade. Por fim, o capítulo destaca a urgência de políticas educativas e de práticas pedagógicas que promovam a reflexão crítica sobre a pornografia e estimulem uma vivência sexual pautada pelo respeito, pela consciência e pela saúde emocional.

Ao propor essa reflexão, o presente trabalho busca contribuir para um debate contemporâneo e interdisciplinar, unindo as áreas da psicologia, da educação e da neurociência. Mais do que denunciar os riscos da pornografia, o estudo pretende

compreender o fenômeno em sua complexidade, incentivando o diálogo aberto entre escola, família e sociedade sobre o desenvolvimento afetivo e sexual dos jovens.

2 OBJETIVO GERAL E ESPECÍFICO

O **objetivo geral** deste trabalho é compreender de que maneira o consumo e o vício em pornografia online influenciam a saúde mental, a autoimagem e os vínculos afetivos de adolescentes entre 15 e 18 anos. Como **objetivos específicos**, busca-se: (i) analisar a relação entre a frequência e a idade de primeiro contato com a pornografia e seus possíveis impactos psicológicos; (ii) investigar como os padrões de consumo afetam a construção da identidade corporal e emocional; (iii) comparar as percepções e comportamentos entre meninos e meninas em relação ao tema; (iv) e refletir sobre o papel da escola e da família na mediação crítica da sexualidade, visando promover uma formação afetiva e ética mais saudável.

3 HIPÓTESES

Parte-se da hipótese de que o consumo excessivo e precoce de pornografia online exerce efeitos negativos sobre a saúde mental, a autoimagem e os vínculos afetivos dos adolescentes, favorecendo o surgimento de sintomas como ansiedade, depressão, isolamento social, baixa autoestima e dificuldade de desenvolver empatia e relacionamentos saudáveis.

Essa hipótese fundamenta-se na compreensão de que o cérebro adolescente, ainda em processo de amadurecimento, é altamente sensível a estímulos repetitivos e intensos, como os produzidos pela pornografia digital. A superexposição a esse tipo de conteúdo pode alterar os circuitos de recompensa ligados à dopamina, gerando comportamentos compulsivos e distorções na percepção da sexualidade. Além disso, o contato constante com corpos idealizados e roteiros hipersexualizados tende a comprometer a formação da identidade corporal e emocional, intensificando a insegurança e a comparação com padrões inatingíveis.

Admite-se, contudo, uma hipótese complementar: o consumo esporádico e criticamente mediado pode, em alguns casos, contribuir para o autoconhecimento sexual, desde que ocorra em um contexto de orientação, diálogo e limites éticos claros. Nessa perspectiva, a pornografia não é vista apenas como fator de risco, mas

como um fenômeno cultural que exige leitura crítica e acompanhamento educativo, especialmente em uma sociedade marcada pela desinformação e pela ausência de espaços seguros de debate sobre sexualidade.

4 METODOLOGIA

4.3.1 Tipo de pesquisa

Este estudo caracterizou-se como uma pesquisa de natureza qualitativa e quantitativa, com abordagem exploratória e descritiva. A dimensão qualitativa foi desenvolvida por meio de uma revisão bibliográfica narrativa, voltada à compreensão dos efeitos psicológicos, comportamentais e sociais do consumo de pornografia online entre adolescentes. A dimensão quantitativa, por sua vez, foi realizada mediante aplicação de um questionário anônimo, com o intuito de levantar dados empíricos que possibilitassem estabelecer relações entre as hipóteses teóricas e a realidade observada entre os jovens pesquisados.

4.3.2 Procedimentos metodológicos

A pesquisa foi conduzida em duas etapas complementares. A primeira etapa consistiu na revisão bibliográfica, desenvolvida entre os meses de março e maio de 2025, com base em artigos científicos, livros e documentos publicados entre 2010 e 2024, disponíveis em bases como SciELO, Google Acadêmico e periódicos da CAPES. Essa revisão buscou reunir e analisar diferentes perspectivas teóricas sobre os impactos neurobiológicos, psicológicos e afetivos da pornografia no público adolescente, estabelecendo o alicerce conceitual do estudo.

A segunda etapa correspondeu à pesquisa de campo, realizada por meio da aplicação de um questionário online e anônimo com 64 estudantes entre 15 e 18 anos, regularmente matriculados no Ensino Médio de uma instituição privada. O instrumento foi elaborado com base nos objetivos do estudo e validado previamente pelo orientador. Por se tratar de um tema sensível, foi assegurado o anonimato dos participantes, garantindo um ambiente de confiança e autenticidade nas respostas. O questionário foi aplicado entre os dias 27 de agosto e 3 de setembro de 2025, com tempo médio de resposta de cinco minutos.

4.3.3 Instrumentos de coleta de dados

O instrumento utilizado para a coleta de dados foi um formulário digital, elaborado na plataforma Google Forms, composto por perguntas objetivas e dissertativas. O questionário foi estruturado em três blocos principais:

1. Perfil do participante – com informações sobre idade, sexo e ano escolar;
2. Frequência e hábitos de consumo – abordando idade de primeiro contato, frequência semanal e tipos de conteúdo acessado;
3. Percepções e impactos percebidos – voltado à investigação dos efeitos do consumo de pornografia na saúde mental, na autoimagem e nos vínculos afetivos.

Os dados obtidos foram organizados, quantificados e analisados em consonância com as hipóteses apresentadas no capítulo inicial e discutidos à luz da literatura revisada. Essa integração entre análise empírica e fundamentação teórica possibilitou compreender de forma mais ampla os efeitos do consumo de pornografia online sobre o desenvolvimento emocional e relacional dos adolescentes.

CAPÍTULO 1 – IMPACTOS NEUROBIOLÓGICOS: O CÉREBRO ADOLESCENTE SOB ESTÍMULO DA PORNOGRAFIA

O cérebro humano, durante a adolescência, atravessa uma fase crítica de desenvolvimento e reestruturação sináptica.

Durante a adolescência, o cérebro humano passa por uma intensa reorganização neurológica, na qual o córtex pré-frontal ainda está em processo de maturação. Esse fato justifica a impulsividade e a tendência à busca por recompensas imediatas, comuns nessa fase do desenvolvimento. (GOLEMAN, 2011, p. 27)

Norman Doidge (2007) mostra que o cérebro adolescente é altamente moldável. Isso significa que conteúdos assistidos com frequência podem se tornar “trilhas” cerebrais de fácil ativação. A pornografia, por ser um estímulo de alta intensidade, é uma das experiências que mais rapidamente condicionam o cérebro jovem.

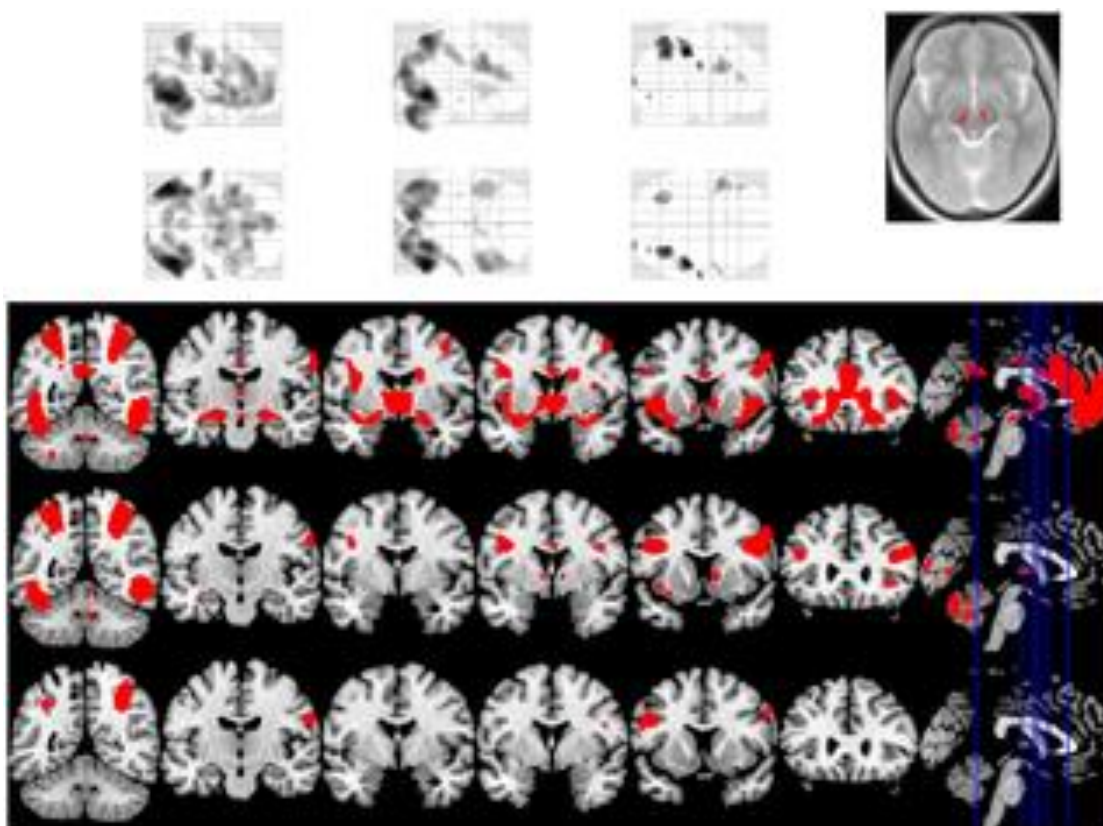
A pornografia, como estímulo visual altamente sexualizado, aciona repetidamente o sistema de recompensa cerebral, levando à liberação intensa de dopamina. Esse neurotransmissor está relacionado a sensação de prazer, aprendizado motivacional e busca por recompensas. Sapolsky (2017) destaca que a liberação crônica e artificial de dopamina por meio da pornografia pode “ensinar o cérebro” a priorizar esse tipo de gratificação rápida, em detrimento de outras experiências de prazer natural, como vínculos afetivos, interação social ou conquistas pessoais.

É possível perceber alterações significativas nos cérebros de usuários ativos de material pornográfico, de acordo com Valerie Voon do departamento de psiquiatria de Cambridge:

Os usuários compulsivos de pornografia apresentaram uma ativação significativamente maior do estriado ventral quando expostos a estímulos sexuais. Essa resposta cerebral é semelhante à observada em dependentes de substâncias químicas, o que sugere um padrão de comportamento compulsivo. (VOON et al., 2014, p. 3–4)

Imagens tiradas por Voon de uma ressonância comparativa entre um voluntário saudável, um usuário ativo e um usuário compulsivo em pornografia podem ilustrar claramente sua afirmação.

Figura 2 – Ressonância comparativa



Fonte: Psicóloga Valerie Voon, 2024

Essas alterações são especialmente preocupantes em adolescentes, cujos cérebros estão em desenvolvimento e são mais sensíveis a estímulos repetitivos e intensos.

O uso recorrente de pornografia durante a adolescência pode, portanto, reconfigurar os circuitos neurais ligados ao prazer e à motivação, favorecendo comportamentos compulsivos. Em longo prazo, isso pode causar um fenômeno chamado tolerância hedônica, no qual o jovem precisa de estímulos cada vez mais intensos ou extremos para obter o mesmo nível de prazer, o que agrava o risco de compulsão.

Outro impacto possível é a dessensibilização emocional, em que os jovens passam a ter reações diminuídas a estímulos cotidianos de intimidade e afeto, tornando-se menos sensíveis à empatia e ao vínculo emocional, que são aspectos essenciais para a construção saudável da sexualidade e dos relacionamentos interpessoais.

1.1 Consequências Psicológicas: emoções e identidade sexual

Durante a adolescência, a construção da identidade pessoal e sexual está em processo ativo, sendo fortemente influenciada por experiências sociais e culturais. Nesse contexto, o consumo de pornografia, muitas vezes iniciado de forma precoce e sem mediação crítica, pode distorcer a percepção do corpo, do prazer e das relações afetivas.

A pornografia muitas vezes apresenta corpos hipersexualizados e padrões irreais de beleza. Isso afeta diretamente a construção da autoimagem nos adolescentes, especialmente quando o corpo em transformação é visto com insegurança. A comparação com os atores e atrizes da indústria pornográfica gera frustração, vergonha e sentimento de inadequação.

Os efeitos psicológicos negativos do uso recorrente de pornografia incluem vergonha, conflito moral, baixa autoestima e sentimentos de descontrole. Esses efeitos são mais evidentes em indivíduos com crenças religiosas rígidas ou educação sexual ausente. (GRUBBS et al., 2015, p. 130)

Segundo o próprio Grubbs et al. (2015), a exposição constante a imagens sexualizadas e corpos idealizados leva adolescentes a desenvolverem sentimentos de inadequação, vergonha corporal e baixa autoestima, especialmente quando percebem que não se encaixam nos padrões veiculados. Essa comparação constante pode comprometer a autoimagem e gerar distúrbios emocionais.

1.2 Comparações Sociais, Autoestima e Imagem Corporal

Fernandez et al. (2021) apontam que o consumo frequente está correlacionado a sintomas de ansiedade, depressão e isolamento social, especialmente em adolescentes que usam a pornografia como forma de escape de conflitos emocionais ou da solidão.

Esse tipo de influência pode afetar meninas e meninos de forma distinta. Enquanto elas tendem a sofrer com padrões estéticos inatingíveis, eles se sentem

pressionados a "performar" sexualmente. Ambos os casos geram sofrimento emocional, desvalorização pessoal e dificuldade de aceitação:

Há evidência robusta de que adolescentes que consomem pornografia frequentemente relatam mais sintomas de ansiedade, depressão, insatisfação corporal e isolamento social. A correlação é especialmente forte entre aqueles que relatam uso compulsivo. (FERNANDEZ et al., 2021, p. 98)

Ademais, a pornografia tende a apresentar roteiros que negligenciam o consentimento, o afeto e o diálogo, promovendo práticas descontextualizadas da realidade relacional. Muitos adolescentes constroem sua visão sobre o sexo e sobre o prazer a partir de roteiros pornográficos que não representam a realidade das relações sexuais humanas. Esses conteúdos, em sua maioria, não abordam consentimento, diálogo, cuidado com o outro ou afeto. O sexo aparece como performance, muitas vezes agressiva, com foco exclusivo no prazer físico de uma das partes — geralmente o homem.

Tais representações podem afetar profundamente o desenvolvimento emocional e sexual dos adolescentes, levando-os a desenvolver crenças disfuncionais como: o sexo deve ser violento, o parceiro deve sempre estar disposto, o desempenho é mais importante que a conexão, entre outras. Isso fragiliza a capacidade de estabelecer relações saudáveis, baseadas na empatia, na escuta mútua e na afetividade

1.3 Consequências emocionais e psicossociais

Estudos apontam ainda para o aumento de sintomas depressivos e ansiosos entre adolescentes usuários frequentes de pornografia. O uso compulsivo está associado à evitação da realidade, ao isolamento social e ao sentimento de vergonha, sobretudo quando há conflitos morais, religiosos ou sociais em relação ao ato de assistir a esse tipo de conteúdo (OMS, 2023). Isso pode causar sofrimento psíquico, crises de identidade e dificuldade em compartilhar experiências com adultos confiáveis.

A Organização Mundial da Saúde (2019) reconheceu oficialmente o comportamento sexual compulsivo como um transtorno mental na 11ª Revisão da

Classificação Internacional de Doenças (CID-11), reforçando a necessidade de abordagens terapêuticas e preventivas. Em contextos escolares e familiares, a ausência de diálogo aberto sobre sexualidade contribui para que os adolescentes busquem na pornografia as respostas para suas dúvidas, consolidando mitos, desinformação e estigmas.

Por fim, dados da Common Sense Media (2022) mostram que a idade média de primeiro contato com pornografia caiu para 12 anos, e cerca de 73% dos adolescentes entre 15 e 18 anos já tiveram contato com esse tipo de conteúdo. Essa realidade reforça a urgência de políticas públicas e práticas educacionais que promovam uma sexualidade informada, segura e saudável, com foco na prevenção de comportamentos compulsivos e na valorização dos vínculos afetivos.

1.4 Caminhos para Prevenção e Educação

Enfrentar os impactos da pornografia exige uma abordagem educativa e preventiva. Não se trata de censura, mas de oferecer alternativas de conhecimento, escuta e reflexão. A escola é o espaço ideal para desenvolver essas habilidades.

Programas de educação sexual devem abordar temas como: afetividade, limites, respeito, prazer, identidade de gênero e diversidade. A pornografia não pode ser o principal meio de educação sexual dos jovens, como tem sido atualmente.

Além disso, a formação continuada de professores é essencial. Muitos educadores não se sentem preparados para lidar com o tema, o que os leva a evitar o assunto. Com capacitação, é possível criar ambientes seguros e acolhedores para o diálogo.

O acesso irrestrito à pornografia online ampliou consideravelmente a exposição dos jovens a conteúdos sexualizados. A facilidade de acesso e a ausência de supervisão adulta aumentam a probabilidade de internalização de roteiros sexuais irrealistas e, em alguns casos, de comportamentos de risco na vida offline. (OWENS et al., 2012, p. 105)

Do ponto de vista clínico e escolar, estratégias de redução de danos podem incluir diálogos estruturados sobre roteiros pornográficos e realidade, desenvolvimento de senso crítico sobre performance, corpo e gênero, rotinas digitais saudáveis (higiene do sono, limites de tempo, espaços sem tela, identificação de sinais de uso problemático (perda de controle, prejuízo acadêmico/social, sofrimento emocional) e encaminhamento responsável quando necessário (KRAUS et al., 2018).

Por fim, a participação das famílias é indispensável. Pais e responsáveis devem ser orientados a conversar com seus filhos sobre sexualidade desde cedo, com linguagem adequada à idade. Criar uma cultura de confiança e abertura é o caminho mais eficaz para proteger os adolescentes dos efeitos nocivos da pornografia.

Diante do exposto onde abordamos os fundamentos teóricos sobre o consumo de pornografia na adolescência e seus possíveis impactos, torna-se necessário avançar para a análise empírica que sustenta esta pesquisa. O próximo capítulo apresentará a caracterização dos sujeitos participantes do estudo, detalhando o instrumento utilizado para coleta de dados, a forma de aplicação do questionário e os aspectos éticos que nortearam o procedimento, fornecendo assim o contexto necessário para compreender os resultados que serão discutidos no capítulo 3.

CAPÍTULO 2 – CARACTERIZAÇÃO DOS SUJEITOS DA PESQUISA

2.1 Questionário aplicado

Como já mencionado na introdução, na seção dedicada à metodologia, este projeto de pesquisa fundamenta-se, além da revisão bibliográfica de artigos científicos, em uma investigação empírica realizada de forma totalmente anônima com estudantes do Ensino Médio Integral do Colégio São Luís, por meio de um questionário elaborado para verificar as hipóteses apresentadas no capítulo anterior.

O questionário, previamente revisado pelo orientador, contém seis questões de múltipla escolha e duas questões dissertativas, abrangendo aspectos gerais relacionados ao consumo de pornografia. Entre os temas investigados estão: a idade do primeiro contato com material pornográfico, a frequência semanal de acesso, os sites utilizados, os conteúdos buscados e os impactos percebidos pelos próprios estudantes.

A escolha pelo caráter anônimo do instrumento justifica-se pelo fato de se tratar de um tema sensível, sobretudo considerando a faixa etária dos participantes. Dessa forma, a garantia de sigilo oferece maior conforto aos respondentes, favorecendo respostas mais autênticas e pessoais, o que contribui para a precisão e a fidedignidade dos resultados obtidos.

2.2 Apresentação dos dados

A coleta de dados ocorreu entre os dias 27 de agosto e 3 de setembro, por meio da aplicação do questionário, que obteve 64 respostas, com tempo médio de preenchimento de 5 minutos e 11 segundos. A participação foi restrita a estudantes do Ensino Médio do Colégio São Luís, sem interferências externas. O formulário foi compartilhado via WhatsApp com o apoio dos representantes de classe de cada turma, que se encarregaram de repassá-lo aos colegas, ressaltando previamente o caráter anônimo das respostas.

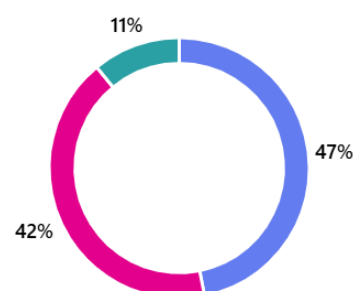
2.2.1 Faixa etária

A primeira pergunta contida no formulário era relacionada a idade dos alunos, sendo um limite de 15 a 18 anos, onde foi possível observar uma superioridade

numérica de alunos entre 15 e 16 anos, que combinados fizeram quase 90% das respostas, 17 anos representando os outros 10% e um total de 0 respostas de alunos de 18 anos.

1. Idade:

● 15 anos	30
● 16 anos	27
● 17 anos	7
● 18 anos	0



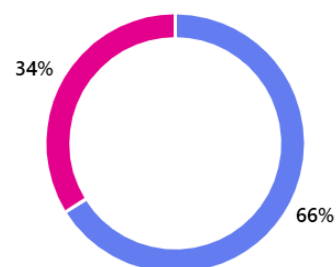
A primeira questão do formulário abordava a idade dos participantes, estabelecida no intervalo entre 15 e 18 anos. Observou-se predominância de estudantes com 15 e 16 anos, que, somados, representaram cerca de 90% das respostas. Já os alunos de 17 anos corresponderam a aproximadamente 10%, enquanto não foram registradas respostas de estudantes com 18 anos.

2.2.2 Gênero

A segunda questão do formulário referia-se ao sexo dos participantes. Os resultados indicaram que 66% dos respondentes se identificaram como homens, enquanto 34% se identificaram como mulheres, evidenciando uma predominância masculina na amostra analisada.

2. Gênero:

● Homem	41
● Mulher	21
● Transexual	0
● Outra	0



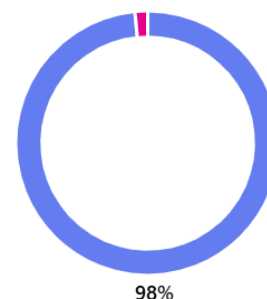
Observou-se também a ausência de participantes que se identificassem como transexuais. A predominância masculina nos resultados pode indicar diferenças de acesso e tratamento do tema na sociedade, uma vez que muitas mulheres, em razão de processos de repressão ligados ao prazer, tendem a consumir menos material pornográfico. Tal cenário pode impactar na construção da autoconsciência sobre a sexualidade feminina e, em alguns casos, contribuir para dinâmicas de submissão aos desejos masculinos nas relações sexuais.

2.2.3 Orientação sexual

A terceira questão do questionário abordava a orientação sexual dos participantes. Os dados revelaram baixa diversidade nas respostas: 99% dos estudantes se identificaram como heterossexuais e apenas 1% como homossexuais. Esses resultados sugerem que, apesar dos avanços sociais, ainda há uma presença reduzida de pluralidade e a persistência de contextos marcados por preconceito e resistência à diversidade sexual.

3. Sexualidade:

● Hetero	63
● Gay	1
● Bissexual	0
● Outra	0



Os dados obtidos revelam um aspecto preocupante, uma vez que a reduzida convivência com pessoas LGBTQIA+ pode contribuir para a manutenção de posturas preconceituosas. Nesse contexto, situações consideradas incomuns tendem a ser enfrentadas com maior hostilidade. Tal realidade dialoga com o cenário nacional, em que o Brasil ainda figura entre os países com maiores índices de violência letal contra pessoas LGBTQIA+.

2.2.4 Idade de primeiro contato

A quarta questão do formulário investigava a idade do primeiro contato dos estudantes com material pornográfico, com o intuito de analisar os impactos de uma exposição precoce. Os resultados revelaram que aproximadamente 71% dos participantes tiveram esse contato com 13 anos ou menos, sendo que 13% afirmaram ter ocorrido antes dos 10 anos de idade. Outros 27% relataram a experiência entre 14 e 16 anos, enquanto apenas 3% indicaram ter tido o primeiro contato aos 17 anos ou mais.

4. Qual idade você teve contato com pornografia pela primeira vez?



Os resultados apontam um cenário preocupante, uma vez que o contato precoce e não supervisionado com material pornográfico pode afetar o funcionamento do sistema de recompensa do cérebro, favorecendo a ocorrência de problemas relacionados a vícios e quadros de ansiedade. Além disso, estudos indicam que a exposição em idades tão iniciais pode contribuir para padrões de comportamento sexual distorcidos, associados ao aumento de atitudes agressivas e, em casos extremos, a condutas de violência sexual.

2.2.5 Frequência de acesso

A quinta pergunta do formulário investigava a frequência semanal de acesso dos alunos a material pornográfico, permitindo analisar os impactos da pornografia de acordo com diferentes níveis de consumo. Observou-se que 53% dos respondentes afirmaram nunca acessar esse tipo de conteúdo. Embora essa questão seja aprofundada nas perguntas subsequentes, esse dado já indica que a temática permanece marcada pelo tabu, especialmente entre adolescentes. Os demais resultados revelam que 25% dos participantes acessam pornografia uma vez por semana, 9% entre duas e quatro vezes por semana, e 13% cinco vezes ou mais.

5. Com que frequência você acessa material pornográfico por semana?



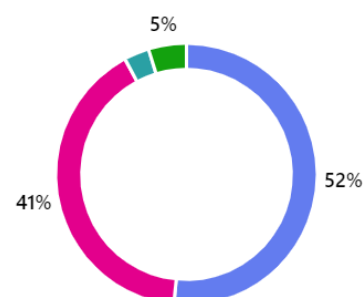
De maneira geral, os alunos que indicaram nunca acessar pornografia relataram, na maioria dos casos, que interromperam o consumo após perceberem seus impactos. Vale destacar que a maior parte desses 53% correspondem a alunas, o que evidencia como a pornografia ainda é socialmente reprimida para mulheres. O consumo de uma vez por semana é considerado relativamente seguro, podendo, segundo algumas pesquisas, contribuir para o autoconhecimento corporal sem comprometer a autoimagem. No entanto, os 22% restantes apresentam riscos potenciais, uma vez que o consumo frequente estimula repetidamente o sistema dopaminérgico, favorecendo a formação de uma dependência comportamental.

2.2.6 Sites utilizados

A sexta pergunta do questionário investigava os sites utilizados pelos alunos para o consumo de material pornográfico, permitindo compreender como o marketing do setor influencia adolescentes. As respostas indicaram que 52% dos participantes não consomem pornografia, 41% acessam o site Pornhub, 2% utilizam XVideos e 3% recorrem a outros sites.

6. Quais sites você usa?

● Não consumo	33
● Pornhub	26
● XVídeos	2
● RedTube	0
● Outra	3



Esses dados indicam diversos fatores relevantes. A maior parte das respostas indicando “não consumo” foi registrada entre mulheres, enquanto os homens predominaram entre os usuários do site Pornhub. No entanto, não se pode descartar a possibilidade de que o tabu e a vergonha tenham levado alguns alunos a afirmarem não consumir pornografia, por receio de exposição ou bullying.

2.2.7 O material acessado

A sétima pergunta, a primeira de caráter dissertativo, buscava identificar o que os alunos procuravam na pornografia, simulando a barra de pesquisa dos sites pornográficos. Desconsiderando respostas que indicaram falta de seriedade, como “AZARÃO FUTEBOL CLUBE” ou “Bocada botando de 4 no azarão”, que reforçam o tabu em torno do tema, observou-se que 50% das respostas corresponderam a participantes que não consumiam pornografia, em sua maioria mulheres, incluindo ainda uma pequena parcela de pessoas que interromperam o consumo. As demais respostas foram variadas, incluindo termos como “Mulheres”, “Pornô Hétero/Lésbico”, “Prazer” e “Sexo”.

7. O que você procura nesses sites?



Mesmo diante da diversidade de respostas, ainda é possível identificar certos padrões. O argumento do tabu se reforça, evidenciado pelo elevado número de alunos que declararam não consumir pornografia ou que trataram o tema de forma jocosa. Observa-se também a presença de fetiches, como “Preferência Anal”, “stepsister” e “Sexfight”, sendo esta última particularmente preocupante por incentivar relações sexuais agressivas, principalmente por parte do homem.

Como ressaltam Owens:

À exposição precoce à pornografia online pode moldar expectativas irreais, levando a comportamentos sexuais de risco e à dificuldade em lidar com situações reais de intimidade. (OWENS et al., 2012, p.106)

Dessa forma, os dados sugerem que tanto o tabu quanto o consumo precoce e não supervisionado de pornografia podem influenciar negativamente a percepção dos adolescentes sobre sexualidade, intimidade e relações interpessoais.

2.2.8 Impactos Sentidos

A oitava e última pergunta do formulário abordava os impactos percebidos no cotidiano dos alunos em relação ao consumo de pornografia. Entre todas as questões do questionário, esta foi a única que não apresentou predominância em uma única categoria de resposta, evidenciando um padrão de respostas diversificado. Observou-se que 16% dos participantes afirmaram não sentir impactos, enquanto outros 16% declararam não consumir pornografia. Notavelmente, 23% reconheceram experimentar efeitos relacionados ao consumo de material pornográfico, os quais se manifestam de maneira variada, incluindo dependência, desmotivação, sexualização de situações cotidianas, sensação de depressão, tristeza e ansiedade.

8. Você sente impactos causados pela pornografia no seu dia a dia?

[Mais de](#)

64
Respostas

Respostas Mais Recentes

"Não."

"Me sinto pior toda vez que vejo"

"sim, sono, desfoco e brocha"

...

10 respondentes (16%) responderam Nao para esta pergunta.

cérebro conteúdo outra opção sono desmotivação
sexualização impacto falta tipo uso **Nao** consumo Cansaço
outras atividades vício Sentia dia brocha desfoco dependências

Esses dados corroboram o que foi apresentado na revisão bibliográfica, indicando que a exposição precoce e intensa ao material pornográfico pode estimular excessivamente o sistema de recompensa dos adolescentes, favorecendo o surgimento de dependência, bem como sintomas de depressão, ansiedade, dificuldade de concentração e comprometimento das relações sexuais. Entretanto, a pesquisa também revelou aspectos positivos, como a honestidade dos alunos e a percepção crítica sobre os impactos do consumo de pornografia em sua vida cotidiana, evidenciada pelo relato de diversos participantes que interromperam o uso ao perceberem efeitos negativos em sua saúde.

CAPÍTULO 3 – ANÁLISE E DISCUSSÃO DOS RESULTADOS

O presente capítulo apresenta a análise e discussão dos dados obtidos por meio do questionário aplicado a 64 estudantes entre 15 e 18 anos, matriculados no Ensino Médio do Colégio São Luís. O objetivo central foi compreender de que maneira o consumo de pornografia online afeta a saúde mental, a autoimagem e os vínculos afetivos dos adolescentes. As interpretações aqui expostas articulam os resultados empíricos da pesquisa com o referencial teórico apresentado nos capítulos anteriores, buscando identificar convergências e contradições entre os dados e as hipóteses formuladas.

3.1 Idade de primeiro contato com a pornografia

Um dos achados mais significativos refere-se à idade de exposição inicial à pornografia. Os resultados revelam que 71% dos alunos tiveram contato com esse tipo de conteúdo antes dos 13 anos, sendo que 13% afirmaram ter ocorrido antes dos 10. Esse dado é particularmente preocupante, pois confirma o padrão de exposição precoce identificado pela Common Sense Media (2022), que situa a média mundial de primeiro acesso em torno dos 12 anos.

A literatura científica destaca que o cérebro adolescente é especialmente vulnerável a estímulos de alta intensidade durante a fase de desenvolvimento do córtex pré-frontal, área responsável pelo controle de impulsos e pela tomada de decisões (VOON et al., 2014; SAPOLSKY, 2017). Assim, a exposição a conteúdos pornográficos nesse estágio pode reconfigurar circuitos neurais ligados ao prazer e à motivação, favorecendo comportamentos compulsivos e uma sensibilidade reduzida a experiências afetivas reais.

Além disso, o contato precoce sem mediação crítica reforça um processo de “educação sexual informal”, no qual a pornografia se torna a principal fonte de aprendizado sobre o corpo e o sexo. Essa substituição de um diálogo educativo por roteiros comerciais compromete a formação emocional e moral dos jovens, moldando percepções distorcidas sobre prazer, consentimento e papéis de gênero.

3.2 Frequência e padrões de consumo

A análise da frequência de acesso revelou que, embora 53% dos participantes afirmem não consumir pornografia, uma parcela expressiva de 22% relatou assistir a esse tipo de conteúdo duas ou mais vezes por semana. Outros 25% declararam um consumo semanal, sugerindo que, mesmo em ambientes escolares estruturados, o contato com material pornográfico é recorrente e naturalizado.

Esses dados convergem com as observações de Fernandez et al. (2021), que relacionam o consumo frequente a sintomas de ansiedade, depressão e isolamento social. O uso repetitivo do conteúdo pornográfico, ao ativar constantemente o sistema dopaminérgico, tende a provocar tolerância e necessidade de estímulos cada vez mais intensos, em um ciclo que se aproxima do padrão de dependência comportamental.

Os depoimentos de estudantes que interromperam o consumo após perceberem efeitos negativos demonstram um nível de autorreflexão, mas também indicam a ausência de espaços formais de diálogo sobre sexualidade. Essa lacuna é reforçada pela dificuldade dos jovens em reconhecer os limites entre curiosidade e vício, o que torna o consumo excessivo um sintoma de desamparo educativo e emocional.

3.3 Diferenças de gênero e construção da sexualidade

Os resultados também revelaram disparidades expressivas entre os gêneros. A maioria das alunas declarou não consumir pornografia, enquanto o consumo masculino mostrou-se mais frequente e, em alguns casos, associado a conteúdos violentos ou fetichizados. Essa diferença pode ser interpretada à luz de fatores culturais e sociais: historicamente, o prazer feminino é reprimido, enquanto o masculino é estimulado e normalizado desde cedo.

Kalonia (2024) e Grubbs et al. (2015) destacam que meninas tendem a internalizar sentimentos de culpa e vergonha ao lidar com a sexualidade, o que explica a resistência ao tema. Já os meninos, em busca de afirmação identitária, recorrem à pornografia como meio de validação do desejo e da virilidade. Essa assimetria não apenas reflete desigualdades de gênero, mas também perpetua estereótipos que

reforçam a objetificação da mulher e a performance sexual masculina baseada no domínio e na potência.

A presença de conteúdos agressivos, como “stepsister” e “sexfight”, relatada entre os termos pesquisados pelos meninos, é particularmente alarmante. Owens et al. (2012) observam que roteiros pornográficos violentos podem induzir jovens a acreditar que o sexo é uma prática de poder e submissão, e não um espaço de reciprocidade e afeto. Essa visão distorcida contribui para a naturalização da violência simbólica e para o enfraquecimento da empatia nos relacionamentos.

3.4 Autoimagem, corpo e afetividade

Um dos eixos centrais da análise diz respeito à relação entre pornografia, autoimagem e autoestima. Os resultados indicam que parte significativa dos adolescentes associa o consumo de pornografia a sentimentos de inadequação corporal e insegurança em relação ao próprio desempenho sexual. A comparação constante com atores e atrizes pornográficos — corpos idealizados, sem imperfeições e com performance irreal — gera frustração e desvalorização pessoal, fenômeno já apontado por Fernandez et al. (2021).

Entre as meninas, a exposição a esses padrões reforça a crença de que o valor feminino está vinculado à aparência física e à capacidade de agradar. Entre os meninos, a pressão recai sobre a potência e o controle do ato sexual. Em ambos os casos, o prazer é reduzido à performance, e o afeto é substituído pela estética do corpo idealizado. Essa lógica contradiz o conceito de sexualidade saudável defendido pela OMS (2019), que enfatiza o equilíbrio entre prazer, consentimento e vínculo emocional.

Os dados da pesquisa, ao mostrar que 23% dos participantes reconheceram impactos diretos do consumo — como ansiedade, tristeza, perda de motivação e sexualização de situações cotidianas —, confirmam o que Grubbs et al. (2015) denominaram “efeito paradoxal”: a busca por prazer rápido resulta em sofrimento emocional prolongado. O vício em pornografia, portanto, não é apenas uma questão moral ou comportamental, mas um fenômeno psicológico com consequências na formação da identidade e da afetividade juvenil.

3.5 Impactos psicológicos e sociais

A análise dos relatos evidencia que o consumo compulsivo interfere não apenas no bem-estar mental, mas também nas relações interpessoais. Adolescentes que relataram dependência e desmotivação demonstraram também dificuldades de concentração e retraimento social, reforçando o elo entre uso excessivo e isolamento, descrito por Gomes (2024) e Chandel (2024).

Além do impacto individual, há um reflexo coletivo: a pornografia molda expectativas sobre os relacionamentos e sobre o comportamento sexual do outro. Isso é visível nas falas que associam o sexo à satisfação unilateral ou à ausência de afetividade. O conteúdo pornográfico, ao representar o prazer como ato mecânico e destituído de emoção, estimula uma erotização precoce que se choca com a imaturidade emocional do adolescente.

Esses achados corroboram a hipótese de que o consumo excessivo e precoce de pornografia pode comprometer o desenvolvimento socioemocional, interferindo na capacidade de empatia, diálogo e construção de vínculos significativos. Quando o prazer se torna um fim em si mesmo, a relação com o outro é substituída por uma relação com a tela — um fenômeno de desumanização das experiências afetivas.

3.6 Entre curiosidade e autoconhecimento

Apesar dos impactos negativos predominantes, alguns estudantes afirmaram consumir pornografia esporadicamente como forma de curiosidade e autoconhecimento. Esse dado dialoga com a terceira hipótese do estudo, que admite a possibilidade de um consumo reflexivo e consciente, quando mediado por diálogo e limites.

Contudo, a análise sugere que esse potencial positivo é restrito e dependente do contexto. A ausência de espaços seguros para discutir sexualidade — tanto na escola quanto na família — transforma a curiosidade em um processo solitário, frequentemente permeado por culpa e desinformação. Assim, o consumo deixa de ser instrumento de autoconhecimento e torna-se um mecanismo de fuga emocional.

A literatura confirma essa ambiguidade. Para Raffaelli e Moreno (2020), a pornografia pode, em contextos controlados, auxiliar o adolescente a compreender seus desejos, mas, sem orientação, tende a reforçar estigmas e padrões tóxicos. O

desafio, portanto, não está em proibir o acesso, mas em criar condições de reflexão crítica e de construção de uma sexualidade ética e empática.

3.7 Considerações integradas

De forma geral, a análise dos resultados confirma amplamente as hipóteses formuladas na pesquisa. A exposição precoce e o consumo excessivo estão associados a efeitos negativos sobre a saúde mental, a autoimagem e os vínculos afetivos, enquanto o uso eventual, mediado por reflexão, pode ter caráter exploratório e educativo. Entretanto, a predominância dos impactos nocivos evidencia um problema estrutural que ultrapassa o comportamento individual: a ausência de políticas educativas eficazes e de diálogo intergeracional sobre sexualidade.

Os dados indicam ainda a necessidade urgente de um trabalho pedagógico que desenvolva pensamento crítico e educação emocional. A escola, nesse sentido, deve assumir papel ativo na desconstrução de mitos e estereótipos propagados pela pornografia, promovendo conversas que abordem prazer, consentimento, respeito e responsabilidade afetiva.

Por fim, compreender o consumo de pornografia entre adolescentes não é apenas investigar um comportamento, mas reconhecer uma linguagem de carência emocional e de busca por pertencimento. A pornografia, ao ocupar o espaço que deveria ser do diálogo, revela uma sociedade que ainda evita discutir o desejo e o corpo de forma saudável. O desafio está, portanto, em transformar o silêncio em escuta e o tabu em educação

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

O presente trabalho teve como objetivo compreender de que maneira o consumo de pornografia online afeta a saúde mental, a autoimagem e os vínculos afetivos de adolescentes entre 15 e 18 anos. A pesquisa surgiu da necessidade de investigar um fenômeno crescente na cultura digital contemporânea, frequentemente silenciado por tabus morais e pela ausência de espaços de diálogo nas instituições educativas e familiares.

Ao longo do estudo, foi possível observar que a pornografia não é apenas um produto cultural, mas um agente formador de valores, percepções e expectativas sobre o corpo e o prazer. O conteúdo acessado pelos adolescentes, em grande parte, reflete e reforça padrões de gênero, desigualdades e modelos de relacionamento desprovidos de afeto. Essa constatação reafirma a importância de tratar o tema como questão de saúde mental e de educação, e não como mera curiosidade ou desvio moral.

Os resultados obtidos a partir do questionário aplicado com 64 estudantes do Ensino Médio evidenciam uma realidade preocupante: a maioria dos adolescentes tem o primeiro contato com a pornografia antes dos 13 anos, o que confirma o fenômeno da exposição precoce apontado por estudos internacionais (COMMON SENSE MEDIA, 2022). Tal precocidade é particularmente nociva por ocorrer em uma fase em que o cérebro e a identidade emocional ainda estão em formação.

Constatou-se também que, embora 53% dos participantes tenham afirmado não consumir pornografia, uma parcela expressiva revelou um consumo frequente, especialmente entre os meninos. Esse dado corrobora a hipótese de que há uma diferença significativa entre os gêneros quanto à relação com a sexualidade, influenciada por fatores culturais, sociais e simbólicos. Enquanto os rapazes tendem a associar o consumo à curiosidade e à validação de masculinidade, as meninas manifestam sentimentos de culpa e repressão, o que demonstra a permanência de padrões de controle sobre o prazer feminino.

Do ponto de vista psicológico, os impactos mais recorrentes relatados foram ansiedade, tristeza, desmotivação e sensação de dependência. Esses efeitos coincidem com os estudos de Grubbs et al. (2015) e da Organização Mundial da Saúde (2019), que reconhecem o comportamento sexual compulsivo como um

transtorno mental. O uso contínuo e desregulado da pornografia ativa o sistema de recompensa cerebral de modo semelhante ao de vícios químicos, produzindo prazer imediato seguido de culpa e frustração.

Além dos efeitos emocionais, a pesquisa revelou repercussões sociais e relacionais. A pornografia, ao apresentar roteiros de prazer desprovidos de afeto e consentimento, compromete a formação da empatia e o aprendizado de limites. Em muitos casos, o jovem passa a interpretar o relacionamento como espaço de desempenho, e não de partilha. Essa lógica reforça a objetificação do outro e a substituição da intimidade por gratificação instantânea, dificultando a construção de vínculos autênticos.

É importante destacar que uma parcela dos estudantes declarou ter interrompido o consumo após perceber os efeitos negativos em sua vida cotidiana. Esse dado demonstra que, apesar da vulnerabilidade da faixa etária, há também potencial para o desenvolvimento de pensamento crítico e autoconsciência. A reflexão sobre o próprio comportamento, quando estimulada em ambientes seguros, pode ser um caminho para a prevenção e o equilíbrio.

A análise dos resultados também permitiu reconhecer que o consumo eventual de pornografia pode, em alguns casos, ser interpretado como uma forma de curiosidade e autoconhecimento. No entanto, essa possibilidade é limitada e depende fortemente do contexto educativo e emocional em que o jovem está inserido. Sem orientação adequada, o conteúdo pornográfico tende a substituir o diálogo e a se tornar fonte de desinformação, distorcendo percepções sobre o corpo e o desejo.

Essas constatações apontam para uma lacuna estrutural no modo como a sociedade lida com a educação sexual. A ausência de políticas públicas consistentes e de programas escolares voltados ao tema empurra os adolescentes para o aprendizado informal das redes digitais. Ao silenciar o debate sobre sexualidade, as instituições perpetuam o risco de que a pornografia continue a desempenhar o papel de principal referência formativa sobre prazer, corpo e afeto.

Assim, a escola emerge como espaço privilegiado de reconstrução desse diálogo. Cabe às instituições de ensino desenvolver projetos que abordem a sexualidade sob perspectiva ética, científica e emocional, superando o discurso moralista e promovendo o respeito às diferenças. A pedagogia da escuta e da empatia, associada à formação docente continuada, é fundamental para enfrentar o desafio de orientar os jovens diante da cultura digital hipersexualizada.

Da mesma forma, a família deve ser envolvida nesse processo. O diálogo franco e acolhedor entre pais e filhos, sem julgamentos, pode reduzir a curiosidade solitária e fortalecer a confiança mútua. É papel dos responsáveis oferecer referências positivas sobre o afeto e o respeito, evitando que o adolescente busque na internet respostas que deveriam ser construídas em casa, em um ambiente de segurança emocional.

Entre as limitações deste estudo, destacam-se o número restrito de participantes e a delimitação geográfica a uma única instituição privada. Embora os resultados sejam expressivos, eles refletem uma realidade sociocultural específica e não podem ser generalizados para toda a população adolescente brasileira. Futuras pesquisas poderão ampliar a amostra, incluir diferentes contextos socioeconômicos e adotar metodologias qualitativas mais aprofundadas, como entrevistas ou grupos focais.

Outra limitação refere-se à natureza sensível do tema. Apesar do anonimato, é possível que alguns estudantes tenham respondido de maneira evasiva por constrangimento, o que pode ter influenciado os resultados. Ainda assim, o padrão de respostas e a coerência das tendências observadas garantem a credibilidade dos dados e fortalecem as conclusões apresentadas.

Em síntese, o estudo confirma que o consumo excessivo e precoce de pornografia compromete dimensões essenciais do desenvolvimento humano — emocional, cognitiva e relacional —, ao mesmo tempo em que revela a urgência de uma educação sexual emancipadora e crítica. Longe de se limitar à denúncia dos riscos, este trabalho busca fomentar uma reflexão sobre o modo como as novas gerações constroem sua subjetividade em meio à cultura digital.

Conclui-se que a resposta ao problema da pornografia entre adolescentes não está na repressão, mas na orientação. A superação desse desafio requer escuta, diálogo e formação ética. A escola e a família, em parceria, devem assumir o compromisso de promover o discernimento, o respeito e o autoconhecimento como pilares de uma sexualidade saudável e humanizada. Somente assim será possível transformar a curiosidade em aprendizado e a exposição em consciência.

6 REFERÊNCIAS

- COMMON SENSE MEDIA. *Teens and Pornography: What They Watch, What They Believe, and What They Want*. San Francisco: Common Sense Media, 2022. Disponível em: <https://www.commonsensemedia.org>. Acesso em: 14 abr. 2025.
- DOIDGE, Norman. *O cérebro que se transforma: Como a neuroplasticidade pode curar e mudar o cérebro*. Rio de Janeiro: Record, 2007.
- FERNANDEZ, M.; GRIFFITHS, M. D.; KRAUS, S. W. *The Impact of Internet Pornography on Adolescents: A Review of the Research*. *Sexual Addiction & Compulsivity*, v. 28, n. 2, p. 91–109, 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.1080/10720162.2021.1888454>. Acesso em: 5 jun. 2025.
- 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.
- GRUBBS, Joshua B.; STAHLMAN, Steven T.; EXLINE, Julie J.; PARGAMENT, Kenneth I.; LINDSAY, John D. *Internet pornography use, perceived addiction, and religious/spiritual struggles*. *Archives of Sexual Behavior*, v. 44, n. 1, p. 125–136, 2015. Disponível em: <https://doi.org/10.1007/s10508-013-0257-z>. Acesso em: 5 jun. 2025.
- KALONIA, P. *Digital Sexuality and Mental Health in Adolescents*. *Journal of Youth Studies*, v. 27, n. 3, p. 145–158, 2024. Disponível em: <https://doi.org/10.1080/13676261.2024.0123456>. Acesso em: 10 abr. 2025.
- KRAUS, S. W. et al. *Compulsive sexual behaviour disorder in the ICD-11*. *World Psychiatry*, v. 17, n. 1, p. 109–110, 2018. Disponível em: <https://doi.org/10.1002/wps.20411>. Acesso em: 12 abr. 2025.
- 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.
- RAFAELI, Sheizaf; MORENO, Megan A. *Adolescent pornography consumption and psychological adjustment*. *Journal of Adolescent Health*, 2020. Disponível em: <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2020.01.005>. Acesso em: 5 jun. 2025.

SAPOLSKY, Robert M. *Comporte-se: A biologia dos humanos em nosso melhor e pior*. São Paulo: Companhia das Letras, 2017.

VOON, Valerie et al. *Neural correlates of sexual cue reactivity in individuals with and without compulsive sexual behaviours*. *PLOS ONE*, v. 9, n. 10, e102419, 2014. Disponível em: <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0102419>. Acesso em: 14 abr. 2025.