



UNIVERSIDAD
DE LA REPUBLICA
URUGUAY



Universidad de la República
Facultad de Psicología

Trabajo Final de Grado

¿Cambia el consumo habitual de pornografía a las personas?

Una revisión de la producción científica sobre los efectos del consumo de pornografía en sus usuarios/as

Montevideo, octubre de 2019

Estudiante: Matías Collazo Gorriz. C.I. 4.585.029-6

Tutor: Prof. Adj. Dr. Pablo López

Presentación

El presente artículo se realiza como Trabajo Final de Grado, para acceder al título de Licenciado en Psicología, de la Facultad de Psicología de la Universidad de la República. Este será enviado a una revista científica para su revisión y eventual publicación. Se seleccionó la revista "Psicologia & Sociedade", de la "Associação Brasileira de Psicologia Social", por la afinidad de este trabajo con los objetos de estudio de la publicación y con la intención de hacer foco en los aspectos psicológicos del fenómeno. El tema de esta revisión, la pornografía, es de importancia para las discusiones actuales en el campo de la sexualidad: los mitos que esta muestra como reales, su efecto de normalizador sexual, su capacidad de enseñar sobre sexualidad y crear realidad, afecta, de un modo u otro, a sus consumidores. La mayoría de las investigaciones en esta temática están publicadas en idioma inglés, con muy escasa producción en español. Esta revisión es un aporte que pretende dar cuenta de los avances en la producción de conocimientos sobre la pornografía y vacíos que aún quedan por llenar. Se considera que el fenómeno merece una mayor atención desde la comunidad científica, para contribuir a las discusiones actuales, en busca de la generación de políticas para mejorar la vida de las personas. Este trabajo busca generar insumos para futuras investigaciones sobre la temática en el Uruguay.

Resumen

El objetivo de este artículo es realizar una revisión sistemática de literatura científica sobre los efectos del consumo de pornografía en la vida social, los vínculos y los organismos de las personas que utilizan este tipo de material. A través de la revisión sistemática de revistas científicas internacionales y repositorios de tesis y acerbos distintas bibliotecas nacionales, se seleccionaron XX producciones pertinentes. Una vez seleccionadas se categorizó su contenido y se analizaron controversias y acuerdos en las tres áreas analizadas. Del análisis se desprende que no hay aún consenso en la comunidad científica respecto a las posibilidades de la pornografía de generar adicción ni de su rol como plantilla de normalización de las relaciones sexuales. Se observan importantes vacíos sobre todo en lo referido al consumo de pornografía por parte de las mujeres y algunos sesgos de los estudios que se han hecho principalmente con población universitaria.

Palabras clave

pornografía – consumidor – adicción – comportamiento sexual (Tesauro UNESCO).

Abstract

The purpose of this article is to conduct a systematic review of scientific literature on the effects of the consumption of pornography on the social life, links and bodies of people who use this type of material. Through the systematic review of international scientific journals and repositories of theses and various national libraries, XX relevant productions were selected. Once selected, their content was categorized, and controversies and agreements were analyzed in the three areas analyzed. The analysis shows that there is still no consensus in the scientific community regarding the possibilities of pornography to generate addiction or its role as a template for the normalization of sexual relations. There are important gaps, especially regarding the consumption of pornography by women, and some biases in the studies that have been carried out mainly with the university population.

Keywords

pornography – consumer - Sexual behavior – addiction (Thesaurus UNESCO).

Índice

Introducción	1
Método	1
Resultados.....	2
Caracterización de la pornografía y sus usuarios	2
Efectos de la pornografía en la vida social de las personas	6
Cambios subjetivos en el usuario de pornografía.....	8
Modificaciones biológicas generadas por el consumo de pornografía.....	13
Conclusiones	14
Referencias bibliográficas	17

Introducción

El objetivo de este artículo es realizar una revisión sistemática de literatura científica sobre los efectos del consumo de pornografía en la vida social, los vínculos y los organismos de las personas que utilizan este tipo de material. Para este fin fue realizada una revisión de producciones científicas publicadas en los últimos 5 años de las cuales se desprende que el consumo de pornografía ha aumentado exponencialmente en los últimos años de la mano de la revolución digital.

Según los datos aportados por Pornhub, sitio web dedicado a la exhibición de pornografía, octavo entre las veinte páginas web más visitadas en internet a nivel mundial, (We are Social, 2019), el consumo de pornografía crece año a año en todo el planeta.

Todos los años Pornhub hace un resumen estadístico que muestra la actividad de la página que pasó en 2017 de 28,5 billones de visitas a 33,5 billones en 2018. Las vistas diarias en el año 2017 eran 81 millones y en el 2018 pasaron a ser 92 millones y los videos subidos (profesionales o caseros) pasaron de 4.052.543 en 2017 a 4.791.799 en 2018.

PornHub es solo una de las muchas plataformas que se dedican a la pornografía. Según “We are social” (2019), en el top 20 de las páginas más visitadas en julio del 2019 en el puesto 10 se encontraba Xvideos y en el 13 XNXX.com, lo que hace fácil observar que la pornografía en un producto de consumo masivo a nivel mundial, de fácil acceso, que ha entrado en la vida de un gran número de personas.

Este crecimiento de la presencia de la pornografía en la cotidianeidad de las personas no ha sido acompañado por estudios dedicados a investigar cómo las afecta este fenómeno. Uruguay no escapa a esta tendencia mundial y, a nivel local, no hay producciones ni sobre consumo de pornografía, ni sobre ciber sexo generadas por la Universidad de la Republica. Como primer paso para comenzar a estudiar el impacto del crecimiento del consumo de pornografía en la vida cotidiana de los uruguayos, este artículo se propone una revisión exhaustiva de la literatura internacional, con el fin de orientar posibles estudios a realizarse a nivel local.

Método

Para esta revisión la información se recolectó a través de los motores de búsqueda, Timbo, Ebsco.Host, Redalyc, SciELO, Cinahl.withfulltext y Google Académico, utilizando como claves de la búsqueda pornografía (y derivados), consumidor, usuario, adicción (y

derivados), comportamiento sexual, efectos, subjetividad y cerebro, en combinaciones de a tres o cuatro, tanto en inglés como en español y portugués. El periodo de búsqueda establecido fue desde el año 2014 al 2019, incorporándose algunos trabajos anteriores que, por su relevancia a nivel teórico, ayudan a comprender algunos conceptos necesarios para contextualizar el fenómeno. La información fue recabada de artículos científicos, informes estadísticos y capítulos de libros.

Resultados

Se revisaron un total de 90 producciones pertinentes de los cuales, después de una primera lectura, 61 se integraron a una primera selección y, luego de una lectura en profundidad, fueron incorporadas 45 a este artículo. Luego de la primera búsqueda se excluyeron los que, si bien hablan sobre la pornografía, no se centran en los usuarios de esta. En esta misma etapa se dejaron de lado los artículos sobre los efectos de la pornografía en menores de edad. En la segunda revisión se realizó un filtro por contenidos, excluyéndose los artículos con un fuerte trasfondo religioso y los que se centran en los actores porno, en las productoras y en cómo funciona el mercado pornográfico y apreciaciones estéticas sobre la pornografía. Entre las producciones encontradas predominan las publicadas en Estados Unidos (16), seguidas por Alemania (5), Inglaterra (4), España y Colombia (3), Polonia y Uruguay (2), Noruega, Hungría, Nueva Zelanda, Israel, Australia, Canadá, India, Ecuador, Chile y Argentina (1). De estos trabajos 34 están en inglés y 11 en español. En cuanto a sus fechas de publicación hay una de 1998, 2005, 2007, 2009, 2011, 2012, ocho del 2014, cuatro en 2015, seis en 2016, siete en 2017, diez en 2018 siendo el año con más publicaciones y cuatro en 2019. A partir de la revisión se construyeron tres categorías de análisis dado que su presencia prevalecía en la mayoría de la literatura: a. los efectos que la pornografía genera en los vínculos sociales del usuario; b. los cambios subjetivos que la pornografía genera en el individuo y; c. las modificaciones a nivel biológico que el consumo adictivo de pornografía podría generar. Previo a la presentación y desarrollo de las tres categorías mencionadas, se presenta un apartado conceptual acerca de la pornografía y sus consumidores.

Caracterización de la pornografía y sus usuarios

Hay varias formas de definir lo pornográfico debido a que aún no existe un consenso sobre cómo conceptualizar la pornografía. Según Nathawat y Menon (2018) lograrlo es una tarea difícil, ya que la sociedad y el sexo generalmente mantienen una relación tensa entre sí, lo que lleva a que los estudios sobre pornografía se enfrenten a un sinnúmero de dificultades. No obstante, estos autores también afirman que en la

actualidad estudiar la pornografía se ha convertido en una preocupación importante, debido a que esta se ha transformado en un factor guía de las fantasías sexuales, guía también de la excitación de las personas, normalizadora de la sexualidad y de fuente válida de aprendizaje para quienes la consumen.

Negashn, Sheppard, Lambert y Fincham (2016) definen la pornografía de esta manera: “la pornografía como material sexualmente explícito, y la pornografía por Internet como sitios web que contienen material sexualmente gráfico” (p. 690). Esta definición es útil, para pensar que, con el uso de la internet, queda cada vez más olvidado el hecho de que la pornografía no está solo en las páginas web, también se puede encontrar en otros medios no virtuales, como revistas o canales de TV, que sumados a la web crean un mercado, comparable en términos de ganancias a el de las armas y las drogas (A. Saldarriaga 2018).

La Real Academia Española (R.A.E) define la pornografía como la “Presentación abierta y cruda del sexo que busca producir excitación” (2019). A diferencia de esta definición, Campero (2007) la define de la siguiente manera “Pornografía sería todo material, ya sea gráfico, audiovisual, literario, etc., que se define principalmente por el efecto subjetivo que provoca, es decir por lo que interpretamos y sentimos sobre lo que estamos percibiendo” (p. 126). Ambas definiciones representan dos formas diferentes de pensar la pornografía, la de Campero afirma que si un material no genera excitación no podríamos hablar de un material pornográfico, por lo cual ve la definición desde el consumidor y lo que excite o no al mismo, cosa diferente en cada persona. En cambio, la R.A.E la define en base a lo que busca generar, lo cual sería la excitación en el consumidor, independientemente de la subjetividad de este.

Para Milano (2014), la escena pornográfica y lo que ella transmite no sería un fenómeno marginal, sino que, al contrario, es de consumo masivo y tiene un rol fundamental en la producción de subjetividad, actuando como norma regla de lo que es y no es sexo. Esta autora también genera una definición de porno mainstream.

porno mainstream: pornografía de producción industrial y distribución masiva que comenzó a producirse en los años 80 a partir de la proliferación del video y del VHS hogareño, hablar de este tipo de porno también es hablar de los grandes estudios y firmas porno, de las estrellas reconocidas y de sus estereotipos de género (Milano 2014 p131).

Teniendo en cuenta esta definición de porno *mainstream*, es que se puede comprender por qué la pornografía lejos de ser un fenómeno margina es un negocio de un alto valor lucrativo y de carácter masivo.

Parte de la literatura científica señala que, algunas personas, tienen problemas relacionados con el comportamiento sexual debido a lo que han observado a través de las escenas pornográficas. Esto lleva a tener que evaluar a fondo y considerar críticamente el marco metodológico que se adopta para investigar estos problemas de comportamiento, puesto que, según Williams (2016), estos marcos pueden reflejar sesgos socioculturales arraigados que pueden llegar inclusive a aplicar un marco de adicción no justificado. Por otro lado, este autor propone el término “comportamiento sexual problemático” para hacer referencia a los problemas de la sexualidad, como lo es la visualización constante y sin control de pornografía.

La falta de consenso sobre la pornografía genera que algunos estudios señalen presuntos beneficios que pueden obtener los sujetos con su consumo que entran en contradicción directa con las investigaciones que hacen hincapié en los daños que esta puede generar. Esta controversia llevó a los autores a pensar en la posibilidad de que la pornografía, no afecta de igual manera a todos sus usuarios y que el problema está en la generalización de los resultados. Considerando críticamente los estudios a favor de los beneficios de la pornografía, tienen poca objetividad y están basados principalmente en evaluaciones subjetivas, no obstante, se asocia la pornografía con un punto de vista más abierto hacia el sexo y la sexualidad. Los estudios en contra también presentan dificultades, porque la evidencia es limitada y basada en anécdotas personales o encuestas con medidas subjetivas. Estos estudios plantean que los impactos adversos de la pornografía se encuentran en el ámbito de las relaciones, el disfrute y el bienestar sexual (Lim, Carrotte, Hellard 2015).

Dentro de los beneficios de la pornografía está el permitir a sus usuarios explorar sentimientos sexuales en privado y complacer fantasías. Una persona puede tener preferencias sexuales en línea totalmente diferentes a lo que son en su vida real, adaptándose a cualquier deseo sexual imaginable, por ejemplo: homosexualidad, servidumbre, bestialismo, incesto, etc. (Sánchez, Iruarrizaga 2009).

De a poco la pornografía se ha vuelto menos normativa, dándole al usuario la posibilidad de explorar y experimentar desde la curiosidad, cosas que en la realidad serían delitos como por ejemplo violaciones (Nathawat y Menon 2018). El mundo en línea permite al consumidor explorar un mundo interno que normalmente no se atrevería.

La escena propuesta por la pornografía crea prácticas conductuales y vinculares específicas, debido a que los actores en gran parte de estas producciones no demuestran elementos humanos, no tienen emociones, sentimientos o características de personalidad. Esto genera una escena pornográfica basada en visiones poco

realistas del acto sexual, ya que no existirían elementos afectivos o ciertos elementos orgánicos en estas escenas que afectan al acto sexual, creando una idea (norma) sobre el sexo limitado, centrado principalmente en la penetración y los genitales. (Galiani y Salas 2014).

Según estas autoras, desde una perspectiva psicoanalítica la pornografía es vista como una forma de dar seguridad para un acto sexual, ver pornografía sería una manera de asegurarse que todo el mundo entienda lo mismo por este acto y no pase nada nuevo o desconocido.

En definitiva, la pornografía es una forma de homogeneizar la respuesta frente al enigma del deseo del Otro, es una manera de que los sujetos, como conjunto, accedan a la sexualidad desde un mismo fantasma, es decir, que tengan una respuesta similar ante su duda acerca de si es que el Otro cumplirá su promesa. Con el fin de que este encuentro con otro real no resulte ser algo traumático, el fantasma paradójicamente nos brinda la falsa sensación de seguridad, de creer que ya tenemos resuelto qué es lo que sucederá en dicho encuentro (Galiani, Salas 2014, p.109).

Aunque se trata de un trabajo anterior al período de la revisión, es de recibo repasar la idea de Cooper (1998) que postulaba que el uso de pornografía está impulsado por el *motor triple A*, compuesto por la accesibilidad, el anonimato y la asequibilidad. La *accesibilidad* refiere a la capacidad de acceder de forma fácil y casi sin controles a cualquier tipo de material pornográfico; el *anonimato* remite a la idea y capacidad de poder ser alguien distinto en línea (sexo diferente, nombre diferente, edad diferente, etc.). Implica la posibilidad de no exponer la verdadera identidad, ser más libre y dejar aflorar todas las fantasías, por más desaprobadas que sean, sin ningún tipo de consecuencia social; la *asequibilidad* refiere a la posibilidad real de acceso al material, por ejemplo, con las páginas web gratuitas, con horas de material a la disposición del usuario.

Según Saldarriaga (2018) la pornografía se sustenta en un mercado constituido por una masa (anónima) de usuarios, los cuales se los denomina “pornógrafos” porque, si bien no producen la pornografía, es en su consumo que esta alcanza su sentido. Según este autor, se podría comparar la pornografía a la prostitución, porque tienen la misma estructura de mercado. La diferencia radica en que en la pornografía lleva un paso más la abstracción que tiene lugar en la prostitución, sacando de la relación a los cuerpos físicos.

Según Vaillancourt et al. (2016), se puede clasificar al consumidor de pornografía en 3 perfiles: a) el perfil recreativo, en el cual hay una mayor satisfacción sexual y menores

niveles de disfunciones y es donde se encuentra la mayoría de las personas. Para estos consumidores el uso de pornografía promovería una sexualidad activa y abierta; b) el segundo perfil es el compulsivo que se caracteriza por esfuerzos constantes para acceder materiales sexuales. Este grupo presenta el mayor estrés emocional asociado a la pornografía y una menor satisfacción sexual; c. el tercer perfil sería el no compulsivo altamente angustiado, con un nivel más bajo de intensidad en la búsqueda de acceso al material pornográfico en comparación al perfil anterior, pero con un nivel más alto de angustia emocional asociada al uso de pornografía. Esto lleva a pensar que la visualización frecuente de pornografía no es el factor principal que provoca la angustia por el consumo en algunas personas.

Según Sniewski, Farvid y Carter (2017), la angustia que provoca la pornografía tiene que ver con la “Percepción Subjetiva de uso Problemático de la Pornografía” (SPPPU) que, si bien no es un trastorno diagnosticable, puede tener efectos nocivos para que la persona pueda funcionar en los diferentes ámbitos de su vida. Los autores señalan probablemente el SPPPU sea un problema creciente ya que cada vez más personas están accediendo a internet, pudiendo buscar una cantidad y diversidad aparentemente ilimitada de contenido gratuito de pornografía.

Efectos de la pornografía en la vida social de las personas

En la actualidad, la pornografía tuvo 2 cambios masivos que le permitieron crecer: el primero es la democratización de internet, lo que habilitó que la cultura porno se difundiese masivamente; el segundo vino con los teléfonos inteligentes y permitió que, como nunca antes en la historia, tanta gente produzca y comparta su pornografía amateur por lo cual, según Phillips (2015), se puede pensar que esta difusión genera cambio en la prácticas sociales y culturales, que podrían crear nuevas formas de configuración de las intimidades.

Según Nathawat y Menon (2018), la pornografía se ha convertido en una parte significativa de la cultura de masas que tiene influencia en el comportamiento sexual, convirtiéndose en una fuente de aprendizaje aceptada para explorarlo. Esto es debido a que la industria pornográfica, ha encontrado el ingrediente particular que permite excitar a las personas “la fantasía”. Teniendo este ingrediente en cuenta, actualmente esta industria ha alcanzado el punto de hacer pornografía a medida para sus consumidores, cosa que permite cuestionar, el valor de la pornografía como fuente de aprendizaje.

Esta idea discute uno de los grandes mitos de la pornografía, el del anonimato. En la actualidad, la privacidad del consumidor no existe, el uso de datos personales en medios digitales es el principal indicador de las tendencias de consumo a nivel mundial, por lo que está pornografía, hecha a medida del consumidor, se hace en base de sus datos, sus búsquedas en internet, etc. También se le sugiere y clasifica el contenido en base a estos mismos datos (Raguá, 2017).

La escena que muestra el contenido porno influye en la creación de un imaginario colectivo. Según Carrera (2018), la mayor parte de las personas, consideran que los contenidos mostrados en la pornografía son normales y es como se deberían tener relaciones sexuales, Han (2014), considera que esta influencia es tanta que el sexo cotidiano adquiere hoy en día una modalidad porno.

Según los autores los vínculos del usuario de pornografía con otras personas se ven afectados, mientras más severos son los síntomas negativos al ver pornografía, menos probabilidades de tener una relación sexual en la vida real y viceversa, mientras menos síntomas negativos, mayor posibilidad de una relación sexual en la vida real (Gola, Lewczuk y Skorko 2016).

Para Daspe, Vaillancourt, Lussier, Sabourin y Ferron (2017), el contexto relacional tiene un papel importante en la ampliación o minimización del uso de la pornografía y la percepción de control sobre este. Si el usuario tiene una relación y vida sexual satisfactoria, el uso de la pornografía sería de carácter recreativo y con menos probabilidades de convertirse en un uso problemático, pero si el contexto relacional es insatisfactorio y su vida sexual también, el uso de la pornografía puede convertirse en una estrategia de afrontamiento disfuncional, donde es más probable que se pierda el control en su uso.

La influencia cultural del discurso pornográfico es provocada tanto por la masividad de internet como por los medios de opinión pública. Hay 2 temas en los que el discurso científico y el de los medios de opinión pública concuerdan según Montgomery, Kohut, Fisher y Campbell (2016): el primero tiene que ver con que la pornografía es buena para las relaciones sexuales, tanto para la opinión pública como para algunos estudios científicos la pornografía puede ser empoderadora, educativa y de ayuda para reducir las ansiedades sexuales; el segundo sería que el uso de la pornografía por parte de la pareja hace sentir a la parte femenina inadecuada esto debido, según los autores, a que la compensación que recibe la mujer en nuestra sociedad es en base a su belleza física, por lo tanto, la no concordancia de su aspecto con los vistos por su pareja en la

pornografía le genera inseguridades. Estos autores abren una nueva perspectiva de discusión poco explorada, la influencia que tiene la pornografía en la relación de pareja.

La pornografía feminista representa un movimiento social y una visión particular de la pornografía. No obstante, buena parte del feminismo esta en contra de este movimiento puesto que sigue siendo un sitio de cuerpos mercantilizados, con fines de lucro, que expone todo como mercancía y lo exhibe debido a que no conoce otro uso de la sexualidad (Han, 2014). Por otra parte, sus defensoras, señalan que, a diferencia de la industria porno tradicional, la pornografía feminista conlleva mejoras en las condiciones laborales, representaciones de prácticas sexuales seguras, representaciones de físicos alternativos y prácticas éticas. Esta pornografía sería un intento de encauzar los significados y símbolos usados por la pornografía tradicional, se la podría considerar una forma de reapropiación cultural. Según el autor, sus objetivos serían mostrar imágenes de cuerpos diferentes para que las mujeres puedan formar una mejor relación con sus cuerpos y creer que son atractivas (Lieberman 2015).

Cambios subjetivos en el usuario de pornografía

Este apartado presenta los hallazgos de los estudios respecto del efecto de la pornografía en los sujetos, tomando en cuenta los rasgos individuales como la moral, el género y la religión. Un factor clave para este efecto y sobre qué opinamos y como vemos a la pornografía, es la capacidad que se tiene de controlar su consumo o no. A la vez en esta área se verán muchas contradicciones y precisiones, teniendo en cuenta que la pornografía es un campo de estudio poco explorado y en el que aún hay mucho por descubrir y acordar. Es esperable que se den diferencias entre los autores, no obstante, este artículo pretende exponer todos los puntos de vista posibles, sin posicionarse a favor de ninguno.

Según Nathawat y Menon (2018) el porno afecta a la persona a nivel interior, se convierte en plantilla de desempeño e ideas sexuales, genera que en la persona se mezclen aspectos reales y virtuales del sexo. Grubbs, Kraus y Perry (2018) afirman que los sentimientos auto informados de adicción a la pornografía son frecuentes. La dificultad en la precisión de este dato radica en que, la moralidad personal y religiosa, moldean las interpretaciones de su conducta que hace la persona, a partir de la cual se considera adicta o no.

En los estudios revisados, cuando se refieren específicamente a efectos subjetivos de la pornografía, la mayoría derivan directamente en el concepto de adicción incluyendo algunas descripciones de “síntomas de abstinencia del uso de la pornografía, pueden

incluir depresión, irritabilidad, ansiedad, pensamientos obsesivos y un intenso anhelo de pornografía” (Ford, Durtschi y Franklin 2012, p.339).

Ford, Durtschi y Franklin (2012) forman parte del numeroso conjunto de autores que consideran que puede existir una adicción a la pornografía. Según ellos, cuando la pornografía llega a convertirse en una adicción afecta múltiples aspectos de la vida de sus usuarios, a través de trastornos de estado de ánimo, abuso de sustancias, ansiedad, etc. Las personas que intentan dejar la adicción a la pornografía se automedican con más pornografía, para hacer disminuir los efectos, de los síntomas negativos (ansiedad, trastornos de estado de ánimo, etc.). Este tipo de actitudes puede convertirse en un patrón rígido de actuación que podría tener influencias negativas para la persona.

Ballester, Orte y Pozo (2014) amplían esta idea y consideran que la adicción a la pornografía puede crear un sujeto sumiso ante los deseos de su cuerpo, también frente a la escena presentada por la pornografía y sin control sobre su conducta, esto generado por la modificación del habitus que se da por repeticiones ritualizadas de prácticas, cambios en la percepción de uno mismo y modificaciones en cómo se percibe al otro. Esta modificación del habitus junto con la simplificación de selección de pareja, facilita la repetición de experiencias sexuales con diversas personas, lo cual llega a producir una ritualización de las relaciones sexuales interpersonales, generando un consumo en masa, sin fin y estereotipado. “Dicho habitus influye sobre las prácticas sexuales, en todos los momentos de las relaciones sexuales interpersonales: elección de parejas, inicio de la relación, demandas sexuales, conductas implicadas, etc.” (Ballester, Orte y Pozo, 2014, p. 176).

En cuanto a los efectos de la adicción al porno, Velasco y Gil (2017), en un estudio realizado con población heterosexual, afirman que hay diferencias en las manifestaciones de una presunta adicción a la pornografía, según se tenga pareja o no. Para las personas sin pareja, un efecto de la adicción sería dificultades para vincularse con personas del sexo opuesto, pueden estar afectados por depresión severa, culpabilidad, aislamiento social y tener dificultades para reconocer su adicción. En general, ocultan sus comportamientos y los justifican. El efecto para los adictos, pero con pareja, es que cuando se dan cuenta que ésta no tiene los mismos comportamientos que los personajes de la pornografía, se puede decepcionar al encontrar su relación poco satisfactoria.

Estos efectos negativos, no afectan a todas las personas por igual, hay ciertos grupos más propensos a mostrar síntomas ante el estímulo particular que representa el sexo en internet, para Wood (2011) estos son:

- Personas con depresión subyacente y una tendencia recurrir a la sexualización como defensa maniaca.
- Personas que tuvieron experiencias de sobre estimulación sexual en la infancia.
- Personas cuya experiencia en la niñez no está resuelta, por lo que son impulsados a proyectar su angustia en un niño de fantasía.
- Quienes la intimidad adulta les genera ansiedades intolerables.

Estas características pueden combinarse para aumentar la vulnerabilidad de los individuos y cuando ésta es muy marcada, el acceso a sexo por internet puede servir para la ruptura de las defensas, generando un cambio en el nivel de represión en torno a la sexualidad, amplificando rasgos maníacos, perversos, sádicos y desafiantes.

Estos efectos negativos pueden llevar a los usuarios de pornografía incluso a cometer actos ilícitos. Según el autor, pareciera que internet invita a ignorar la autoridad, ya que la persona percibe que no hay testigos de sus actos. Se construye una especie de fantasía donde internet representara una autoridad corrupta, que borra la influencia del superyó, por lo cual el uso de pornografía que parece conducir a una escalada de fantasías sexuales. Esto puede derivar en una eliminación de las capas de censura, de modo que lo visto son las fantasías más primitivas e inconscientes, pensamientos sexuales más crudos, infantiles y tabú. (Wood 2011)

La fantasía sexual consciente puede sentirse tan privada y sensible precisamente porque, como un sueño, oculta y revela algo de los deseos y temores subyacentes y profundamente personales sobre la sexualidad y las relaciones. La fantasía sexual consciente, como el sueño, es solo la versión ordenada y consciente de los elementos mucho más perturbadores que subyacen en la fantasía. (Wood, 2011)

A los estudios que enfatizan los aspectos negativos del consumo de pornografía se le suman Laier y Brand (2016), quienes afirman que se ha vuelto evidente el hecho de que algunas personas manifiestan una pérdida de control en cuanto al uso de la pornografía. Esto se asocia negativamente con sentirse generalmente bien, despierto y tranquilo, pero también se correlaciona positivamente con el estrés y la motivación de usar pornografía como evitación emocional. No obstante, señalan que es el control sobre el uso lo que potencialmente genera tanto los efectos negativos como los positivos, ya que ver pornografía de manera autodeterminada, en un entorno privado, implica reducción de la excitación sexual y la necesidad de masturbarse, pero también un aumento del estado de ánimo, sentirse mejor, más despierto y tranquilo.

Lundin, Kvaalem, Træen, Lewin y Štulhofer (2014) consideran que es lógico pensar que mirar pornografía a menudo amplíe el conocimiento del sexo de una persona, tanto a nivel general como de cierto comportamiento en específico, esto para los autores es visto como un efecto positivo de la pornografía.

En consonancia con lo dicho McCormack y Wignall (2017) proponen que la pornografía es buscada activamente, ya sea por deseo sexual o curiosidad, puede ser considerada como una actividad de ocio incluso en edades tempranas, aunque el hecho de verla de esta forma no quita los riesgos y daños que puedan llegar a causar. Para los autores, es significativo el valor educativo de la pornografía, esta puede ayudar a las personas a comprender sus deseos, identidad sexual y conocer nuevos actos sexuales. También existe evidencia de que el consumo de pornografía puede llegar a retrasar la primera relación sexual en ocasiones, ya que los usuarios lo clasifican como un espacio seguro para explorar la sexualidad o simplemente lo prefieren a los riesgos que conlleva una relación sexual diádica.

Las actividades vinculadas al consumo de pornografía “pueden promover el bienestar y la felicidad, al tiempo que tienen el potencial de volverse compulsivas, rígidas y poco saludables si uno tiene dificultades para regular el comportamiento.” (Kraus, Sturgeon y Potenza, 2019, p. 11)

De la revisión bibliográfica se desprende un sesgo claro de estudios hechos con varones, que prevalecen notablemente frente a los hechos con mujeres. Con respecto a las investigaciones sobre mujeres se afirma que, no solo busca tratamiento para el uso de la pornografía por el impacto negativo que pueda generar en sus vidas, sino por la cantidad de consumo a la semana. Según la bibliografía la mayoría de las mujeres puede percibir como problemático un uso de la pornografía que para un hombre sería un uso no problemático (Lewczuk, Szmyd, Skorko y Gola, 2017).

También, a diferencia de lo que sucede en el caso masculino, cuando no tienen síntomas negativos, el uso de pornografía no tiene correspondencia con el sexo relacional. Al contrario, mujeres que afirman ver más pornografía tienden a tener menos relaciones sexuales y viceversa las que ven menos pornografía tienden a tener mayor cantidad de relaciones sexuales. También las mujeres que participan en mayores niveles de relaciones sexuales y ven menos pornografía, reportan una salud mental más positiva con mayor autoestima y menos síntomas depresivos que las mujeres con menos participación en relaciones sexuales, pero más visualización de pornografía (Willoughby, Carroll, Nelson y Padilla Walker, 2014).

Por su parte, los estudios con varones afirman que la pornografía está indirectamente relacionada con la musculatura y la grasa corporal, ya que se internaliza el ideal estético de la pornografía, esto se corresponde con un monitoreo corporal constante con pocos efectos positivos y mayores efectos negativos, junto con un monto de ansiedad y evitación de relaciones de apego (Tylka, 2014).

El ver pornografía de una forma no adictiva es, según los autores, predictor de un alto comportamiento sexual, ya que ver mucha pornografía puede significar una ética o personalidad sexual subyacente que priorice la sexualidad en general y puede estar asociado con una amplia gama de comportamientos sexuales tanto en una pareja estable como con múltiples parejas sexuales. También se puede establecer una correlación clara entre el uso de pornografía y algunos comportamientos riesgosos como el uso de sustancias, en especial el alcohol (Willoughby, Carroll, Nelson y PadillaWalker, 2014).

Teniendo en cuenta los estudios que comparan a varones y mujeres, Weinstein, Zolek, Babkin, Cohen y Lejoyeux (2015) aseguran que el deseo de pornografía es mayor en varones que en mujeres. Según estos las mujeres prefieren las fantasías románticas, buscan intimidad y conexión que la pornografía no da, mientras que los varones prefieren los desencadenantes visuales y gráficos a corto plazo para excitarse. Afirman que la actividad sexual en línea afecta negativamente la relación entre varones y mujeres, creando dificultades para formar una relación íntima para ambos sexos. Independientemente del sexo, quienes consumen pornografía son siempre más permisivos que quienes no, pero los hombres tienden a serlo más que las mujeres (Wrighta, Vangeel 2019).

A la masturbación y el consumo de pornografía de forma compulsiva, Wordecha, Wilk, Kowalewska, Skorko, Łapinski y Gola (2018) le llaman "atracones". Estos se caracterizan por una amplia duración horaria y por la cantidad de repeticiones por día. Según los autores, siete de cada nueve sujetos cuentan que en su vida han experimentado al menos un "atacón" de estas características. Este tipo de ataques compulsivos ocurren porque quien los padece siente la necesidad de combatir emociones e ideas desagradables, pero paradójicamente las emociones negativas aparecen inmediatamente después, junto con las sensaciones de haber perdido el control sobre el propio comportamiento. Estos "atracones" tienden a "aparecer como una respuesta a situaciones angustiosas y no tiene la función de mera reducción de la excitación sexual, sino más bien reducción de la tensión temporal, el estrés o la ansiedad." (Wordecha, Wilk, Kowalewska, Skorko, Łapinski y Gola, 2018, p. 441).

Modificaciones biológicas generadas por el consumo de pornografía

Esta sección se enfoca en presentar resultados de investigaciones que estudiaron como ciertos mecanismos biológicos se ven afectados por estímulos propios del siglo XXI, en el caso de la pornografía en particular, hablamos de una sobre estimulación, producto de la fantasía creada por la escena pornográfica que provoca una modificación respecto a su función original de ciertos caracteres.

Por ejemplo, para Muller (2018) los efectos de la dopamina (DA) en la corteza prefrontal (PFC) durante el acto sexual, le permitieron a la humanidad procrear y crecer a lo largo de la historia. Sin embargo, la sobre estimulación de estos efectos producida por la visualización de pornografía, puede dar lugar a una adicción epidémica a esta hormona en la sociedad contemporánea: “Por lo tanto, lo que es una respuesta biológica natural a los estímulos ha creado un acontecimiento interesante en el siglo XXI, ya que los individuos están sobre abastecidos con los estímulos biológicos.” (p. 16)

Kühn y Gallinat (2014) afirman que el usuario adicto a la pornografía ve afectada las funciones ejecutivas de su cerebro, experimenta una reestructuración de su composición y ve reducido el volumen de su materia gris. No obstante, según Muller (2018), una persona con adicción a la pornografía puede recuperar, lenta pero completamente, la materia gris en la corteza prefrontal (que es el área afectada por la adicción a la pornografía), siempre y cuando logre romper el ciclo de adicción.

Pekal, laier, Snagowski, Stark y Brand (2018), buscan encontrar una relación entre determinados sesgos atencionales y lo que ellos llaman “Trastorno pornográfico por internet” (TPI), el cual, según estos autores, se trataría de un trastorno adictivo. Los autores señalan:

Un mayor sesgo atencional hacia las señales sexuales predijo tendencias hacia el TPI. Este efecto de las cogniciones implícitas sobre las conductas adictivas está respaldado por los resultados de varios estudios en el campo de los trastornos por uso de sustancias (para su revisión, véase Field et al., 2014) y las adicciones conductuales (Mechelmans et al., 2014). Sin embargo, no se encontró ninguna interacción entre el sexo de los participantes y los sesgos de atención sobre las tendencias de la TPI. Obviamente, la relación entre los síntomas de TPI y la atención a las señales sexuales es independiente del sexo biológico, a pesar de que los hombres calificaron las señales pornográficas como más excitantes y atractivas que las mujeres (...) Sin embargo, hay que señalar que la selección de estímulos no fue

alineada para ambos sexos, sino que más bien se ajusta a las preferencias de los usuarios masculinos. (p. 577)

Esta diferencia en la preferencia del tipo de estímulos por sexo también es comentada por Weinstein, Zolek, Babkin, Cohen y Lejoyeux (2015). Estos autores afirman que las mujeres prefieren fantasías románticas y la conexión interpersonal que no brinda la pornografía y los varones prefieren desencadenantes visuales y gráficos de corto plazo para la excitación sexual.

Según Hamann (2005) esta preferencia es respaldada por estudios de imágenes cerebrales que verificaron la diferencia entre varones y mujeres en la excitación sexual. Estos estudios demuestran que la amígdala y el hipotálamo se activan de una forma mayor en los varones que en las mujeres, cuando observan la misma imagen que provoca excitación sexual.

Para algunos autores, el hecho de que la adicción a la pornografía no sea tan visible como otras (debido a que genera menos conflictos interpersonales), hace necesario buscar otro tipo indicadores para su detección. Según Bóthe, Tóth-Király, Zsila, Demetrovics, Griffiths, y Orosz (2017) algunos posibles indicadores son: la frecuencia de visualización de videos pornográficos, la frecuencia de la masturbación y un alto nivel de comportamiento sexual. Vale aclarar que uno solo de estos indicadores no sirve para justificar que alguien tenga un uso problemático de la pornografía.

Otra secuela que aparece en la bibliografía del uso continuo de pornografía es el de “descuento por demora”, que refiere a la preferencia por recompensas más pequeñas y tempranas, en vez de esperar una recompensa más grande, pero con más demora en el tiempo para recibirla. Según Negash, Sheppard, Lambert y Fincham (2016), el consumo de pornografía proporciona una satisfacción sexual inmediata, pero esta tiene implicaciones que trascienden y afectan otros aspectos de la vida. Esto debido a que la impulsividad de quienes se exponen continuamente a la pornografía se ve afectada, tendiendo a ser más impulsivos en general. Es decir, el usuario adicto a pornografía tiende a acumular satisfacciones precoces e insuficientes, dejando de lado las más grandes y satisfactorias, lo cual afecta su capacidad de tomar decisiones a futuro en todos los ámbitos de su vida, debido a esta mayor impulsividad.

Conclusiones

La pornografía constituye un mercado muy lucrativo para las productoras que la fabrican, que crece todos los años y es de consumo masivo alrededor del mundo. Esto le permite influenciar y crear discursos culturales entre sus consumidores que

normalizan prácticas sexuales, las cuales terminan convirtiéndose en lo que “debe ser” una relación sexual.

A la vez se muestran imágenes y personajes deshumanizados, sin sentimientos y sin problemas para tener relaciones sexuales, lo que genera conflictos a nivel personal y social, que pueden provocar en sus usuarios una adicción a la pornografía. Según algunos autores, esto se produciría por la modificación de sistemas biológicos (que han sido útiles a lo largo de la historia), pero que, en el contexto actual, se vuelven capaces de generar conflictos en la persona y entre los sujetos.

A la hora de estudiar la pornografía, los artículos revisados plantean algunas limitaciones, entre ellas la necesidad de más investigaciones hechas con mujeres exclusivamente ya que la literatura se centra mucho en la población masculina y, en general, son pensadas desde una pornografía para varones, impidiendo avanzar en el conocimiento del impacto del fenómeno en las mujeres.

Otra limitación es el sesgo metodológico muestral, ya que la mayor parte de las investigaciones están hechas con público universitario. Esto se debe a que un problema de captación de otro tipo de población, debido al tabú que genera la pornografía. Los estudiantes universitarios son más accesibles para los investigadores ya que se prestan más para este tipo de estudios. Más allá de este sesgo puntual de los estudios con universitarios, en las investigaciones con población general, aquellas personas que se prestan para participar suelen ser las más abiertas sexualmente, quedando por fuera la gente que vive una sexualidad más tradicional.

No hay acuerdo en la literatura, si existe la adicción a la pornografía o no, debido a que los estudios no son lo suficientemente claros al respecto. Si bien se afirma que pensar la pornografía desde una lógica de la adicción ayuda a promover su estudio, aún no hay suficiente investigación empírica para definirlo como una adicción específica dentro de las adicciones de la internet.

El rol de la pornografía como educador es algo que aún no está saldado. Hay posiciones contrapuestas respecto de si sirve para aprender y educarse o no. Algunos autores afirman que ayuda a aprender sobre sexualidad, a bajar las tensiones sexuales y a poder definir la sexualidad de cada uno (este punto sobre todo cuando hablamos de las sexualidades diversas); por otro lado, otros autores consideran que es un normalizador de la sexualidad, que diferencia lo que es sexo de lo que no lo es y a la vez tiene ciertos mensajes subyacentes cuestionables. Ejemplo de esto son las realizaciones de las grandes productoras, que presentan cuerpos idealizados, sin problema biológico, ni

sentimientos, organismos que se excitan y no pueden controlarse, llevando esa excitación, a un acto sexual que se realiza con una forma estereotipada y de inmediato.

Referencias bibliográficas

- Ballester, L., Orte, C., & Pozo, R. (2014). Estudio de la nueva pornografía y relación sexual en jóvenes. *Revista Andaluza de Ciencias Sociales*, 165-178.
- Bóthe, Tóth-Király, Zsila, Demetrovics, Griffiths, & Orosz. (2017). The Development of the Problematic Pornography Consumption Scale (PPCS). *Journal of Sex Research*, 1-32.
- Campero, R. (2007). Pornografía: mutilación y recombinación de la carne. *Factor Solidaridad*, 126-128.
- Carrera, C. (2018). Análisis semiótico visual de la pornografía y su incidencia en la cultura e imaginarios colectivos en jóvenes de 18 a 20 años de la facultad de filosofía y letras de la universidad de Guayaquil, 2018. Guayaquil, Ecuador.
- Cooper. (1998). Sexuality and the Internet: Surfing into the New Millennium. *CyberPsychology & Behavior*, 187-193.
- Daspe, M., Vaillancourt, M., Lussier, Y., Sabourin, S., & Ferron, A. (2017). When Pornography Use Feels Out of Control: The Moderation Effect of Relationship and Sexual Satisfaction. *Journal of Sex & Marital Therapy*, 1-29.
- Ford, J., Durtschi, J., & Franklin, D. (2012). Structural Therapy With a Couple Battling Pornography Addiction. *The American Journal of Family Therapy*, 336-348.
- Galiani, J., & Salas, D. (2014). Consideraciones psicoanalíticas acerca del fantasma y la pornografía. Valparaíso, Chile.
- Gola, M., Lewczuk, K., & Skorko, M. (2016). What Matters: Quantity or Quality of Pornography Use? Psychological and Behavioral Factors of Seeking Treatment for Problematic Pornography Use. *sexual medicine*, 815-824.
- Grubbs, J., Kraus, S., & Perry, S. (2018). Self-Reported Addiction to Pornography in a Nationally Representative Sample: The Role of Use Habits, Religiousness, and Moral Incongruence. *Journal of Behavioral Addictions*, 1-6.
- Hamann, S. (2005). Sex Differences in the Responses of the Human Amygdala. *NEUROSCIENCE UPDATE*, 288-293.
- Han, B.-C. (2014). *La agonía del Eros*. Barcelona: Hereder.
- Hube, P. (10 de 01 de 2017). *Porn Hube*. Obtenido de Porn Hube: <http://elestimulo.com/ub/pornhub-publico-sus-estadisticas-de-2017/>

Hube, P. (13 de 10 de 2018). *Porn Hube*. Obtenido de Porno Hube: <http://elestimulo.com/ub/pornhub-publico-sus-estadisticas-de-2018/>

Kraus, S., Sturgeon, J., & Potenza, M. (2019). Specific Forms of Passionate Attachment Differentially Mediate Relationships Between Pornography Use and Sexual Compulsivity in Young Adult Men. *Sexual Addiction & Compulsivity*, 1-15.

Kühn, S., & Gallinat, J. (2014). Brain Structure and Functional Connectivity Associated With Pornography Consumption The Brain on Porn. *Original Investigation*, 827-834.

Laier, C., & Brand, M. (2017). Mood changes after watching pornography on the Internet are linked to tendencies towards Internet-pornography-viewing disorder. *Addictive Behaviors Reports*, 9-13.

Lewczuk, K., Szmyd, J., Skorko, M., & Gola, M. (2017). Treatment seeking for problematic pornography use among women. *Journal of Behavioral Addictions*, 445–456.

Lieberman, R. (2015). 'It's a really great tool': feminist pornography and the promotion of sexual subjectivity. *Porn Studies*, 174–191.

Lim, M., Carrotte, E., & Hellard, M. (2015). The impact of pornography on gender-based violence, sexual health and wellbeing. *Journal of epidemiology and community health*, 1-3.

Lundin, I., Træen, B., Lewin, B., & Štulhofer, A. (2014). Self-perceived effects of Internet pornography use, genital appearance satisfaction, and sexual self-esteem among young Scandinavian adults.

McCormack, M., & Wignall, L. (2017). Enjoyment, Exploration and Education: Understanding the Consumption of Pornography among Young Men with Non-Exclusive Sexual Orientations. *Sociology*, 975-991.

Milano, L. (2014). *Usina Posporno*. Buenos Aires : Titulo .

Montgomery, S., Kohut, T., Fisher, W., & Campbell, L. (2015). How the popular media rushes to judgment about pornography and relationships while research lags behind. *The Canadian Journal of Human Sexuality*, 243-256.

Muller, K. (2018). Pornography's Effect on the Brain: A Review of Modifications in the Prefrontal Cortex . *Intuition: The BYU Undergraduate Journal in Psychology*, 1-26.

Nathawat, S., & Menon, G. (2017). Pornography in Contemporary Life. *GLOBAL JOURNAL FOR RESEARCH ANALYSIS*, 9-11.

Negash, S., Sheppard, N., Nathaniel, L., & Frank, F. (2016). Trading Later Rewards for Current Pleasure: Pornography. *JOURNAL OF SEX RESEARCH*, 689-700.

Pekal, J., Laier, C., Snagowski, J., Stark, R., & Brand, M. (2018). Tendencies toward Internet-pornography-use disorder: Differences in men and women regarding attentional biases to pornographic stimuli. *Journal of Behavioral Addictions*, 574–583.

Phillips, C. (2015). Self-Pornographic Representations with Grindr. *Visual and Media Anthropology*, 65-79.

RAE. (26 de 10 de 2019). *Diccionario de la Lengua Española*. Obtenido de Diccionario de la Lengua Española: <https://dle.rae.es/srv/search?m=30&w=pornograf%C3%ADa>

Raguá, D. (2017). La pornografía como industria cultural en Colombia. Una aproximación a la emisión y reproducción de imaginarios corporales. *La pornografía como industria cultural en Colombia. Una aproximación a la emisión y reproducción de imaginarios corporales*. Bogota, Colombia.

República, P. d. (04 de 01 de 2019). *Presidencia* . Obtenido de Presidencia : <https://www.presidencia.gub.uy/comunicacion/comunicacionnoticias/internet-conexion-fija-fibra-optica-servicios-hogares-velocidad>

Saldarriaga, A. (2018). Para ingresar al jardín de las delicias Indicaciones sobre capitalismo y pornografía. *ISSN*, 10-23.

Sánchez, S., & Iruarrizaga, I. (2009). Nuevas Dimensiones, Nuevas adicciones: La Adicional al Sexo en Internet. *Intervención Psicosocial*, 255-268.

Sniewski, L., Farvid, P., & Carter, P. (2018). The assessment and treatment of adult heterosexual men with self-perceived problematic pornography use: A review. *Addictive Behaviors*, 217-224.

social, w. a. (17 de 7 de 2019). *we are social*. Obtenido de we are social: <https://wearesocial.com/blog/2019/07/global-social-media-users-pass-3-5-billion>

Tylka, T. (2014). No Harm in Looking, Right? Men's Pornography Consumption, Body Image, and Well-Being. *Psychology of Men & Masculinity*, 1-11.

Vaillancourt, M., Blais, S., Labadie, C., Bergeron, S., Sabourin, S., & Godbout, N. (2016). Profiles of Cyberpornography Use and Sexual Well-Being in Adults. *sexual medicine* , 78-85.

Velasco, A., & Gil, V. (2016). Pornography addiction: causes and consequences. *Drugs and Addictive Behavior*, 122-130.

Weinstein, A., Zolek, R., Babkin, A., Cohen, K., & Lejoyeux, M. (2015). Factors predicting cybersex use and difficulties in forming intimate relationships among male and female users of cybersex. *frontiers in PSYCHIATRY*, 1-8.

Williams. (2016). The Framing of Frequent Sexual Behavior and/or Pornography Viewing as Addiction: Some Concerns for Social Work. *Journal of Social Work*, 1-8.

Willoughby, B., Carroll, J., Nelson, L., & Padilla-Walkera, L. (2014). Associations between relational sexual behaviour, pornography use, and pornography acceptance among US college students. *Culture, Health & Sexuality*, 1052–1069.

Wood, H. (2011). The internet and its role in the escalation of sexually compulsive behaviour. *Psychoanalytic Psychotherapy*, 127-142.

Wordecha, M., Wilk, M., Kowalewska, E., Skorko, M., Łapinski, A., & Gola, M. (2018). “Pornographic binges” as a key characteristic of males seeking treatment for compulsive sexual behaviors: Qualitative and quantitative 10-week-long diary assessment. *Behavioral Addictions*, 433–444.

Wright, P., & Vangeel, L. (2019). Pornography, permissiveness, and sex differences: An evaluation of social learning and evolutionary explanations. *Personality and Individual Differences*, 128-138 .

