

Karoline Pinto Fernandes



**Consumo de Pornografia *Online*: Uma discussão a partir das
experiências de jovens e adultos/as portugues/as**

Universidade Fernando Pessoa

Porto, 2021

Karoline Pinto Fernandes



**Consumo de Pornografia *Online*: Uma discussão a partir das
experiências de jovens e adultos/as portugueses/as**

Universidade Fernando Pessoa

Porto, 2021

Karoline Pinto Fernandes

Consumo de Pornografia *Online*: Uma discussão a partir das experiências de jovens e adultos/as portugueses/as

Atesto a originalidade do trabalho,

Karoline Pinto Fernandes

Trabalho apresentado à Faculdade de Ciências Humanas e Sociais da Universidade Fernando Pessoa como parte dos requisitos necessários para a obtenção do grau de Mestre em Psicologia Clínica e da Saúde, sob a orientação do Professor Doutor Luís Santos.

Universidade Fernando Pessoa

Porto, 2021

Resumo

O presente estudo, qualitativo, explora e descreve as experiências de consumo de pornografia *online* por parte de jovens adultos/as portugueses/as envolvidos numa relação afetiva. Foram realizadas entrevistas *online*, semiestruturadas, a 10 pessoas com idades compreendidas entre os 19 e 44 anos. Os discursos dos participantes foram organizados de acordo com a análise temática, tendo sido identificados três temas: i) O despertar do interesse pelo universo da pornografia *online*; ii) As experiências de consumo de pornografia *online*; iii) A pornografia *online* e a dinâmica conjugal.

Os resultados apurados sugerem percursos de entrada no universo da pornografia *online* motivados principalmente pela curiosidade, procura por aprendizagem sexual e influência dos pares. Como principais motivações de consumo destacam-se: a busca intencional de prazer, necessidade de suprir uma carência emocional, a procura de uma substituição na ausência do/a parceiro/a, o estímulo da fantasia, a busca por aprendizagem e o relaxamento. Sugerem ainda uma avaliação maioritariamente positiva acerca do consumo destes conteúdos de forma individual e conjugal, que incluíram aspetos como o autoconhecimento, aumento da gratificação sexual, a quebra da monotonia conjugal, o aumento da comunicação e intimidade conjugais. Foram também identificadas dificuldades e aspetos menos positivos como o risco da criação de um vício e criação de expectativas irrealistas.

Palavras-chave: Pornografia *online*; Relação conjugal; Efeitos da pornografia *online*

Abstract

This qualitative study explores and describes the experiences of online pornography consumption by Portuguese young adults involved in a romantic relationship. Online semi-structured interviews were conducted with 10 people aged between 19 and 44 years old. The participants' speeches were organized according to thematic analysis, and three themes were identified: i) The awakening of interest in the universe of online pornography; ii) The experiences of online pornography consumption; iii) Online pornography and marital dynamics.

The results suggest entry pathways into the universe of online pornography motivated mainly by curiosity, search for sexual learning and peer influence. The main motivations for consumption are: the intentional search for pleasure, the need to fulfill an emotional need, the search for a replacement in the absence of a partner, the stimulation of fantasy, the search for learning and relaxation. They also suggest a mostly positive evaluation about the consumption of this content individually and conjugally, which included aspects such as self-knowledge, increased sexual gratification, breaking marital monotony, increased marital communication and intimacy. Difficulties and less positive aspects were also identified, such as the risk of creating an addiction and the creation of unrealistic expectations.

Keywords: Online Pornography; Marital Relationship; Effects of Online Pornography

Agradecimentos

Esta dissertação de mestrado resulta de um esforço pessoal, mas não teria sido possível sem o apoio desmedido daqueles que, durante todo o processo, me apoiaram de alguma forma. O meu profundo e eterno obrigada.

Aos meus pais e irmãos, o meu porto seguro, o maior agradecimento de todos por me darem a oportunidade de estar prestes a concretizar o meu sonho de me tornar Psicóloga Clínica e da Saúde. Obrigada também por aceitarem as minhas escolhas, me apoiarem em tudo e acreditarem em mim. Graças a eles nada disto seria possível!

Ao Professor Doutor Luís Santos, meu orientador, um enorme agradecimento pelos esclarecimentos, pela partilha de conhecimento e pelo incentivo para seguir em frente com este meu objetivo.

A todos os meus amigos e amigas um agradecimento enorme por me apoiarem e incentivarem a seguir os meus sonhos e objetivos ignorando julgamentos alheios. Sinto-me intensamente agradecida por partilharem o meu projeto demonstrando a imensa vontade de me ajudarem.

À Catarina, à Marta, à Filipa e à Ângela, em especial, um agradecimento do tamanho da nossa amizade (enorme), pelo apoio incondicional, as mensagens de motivação e a disponibilidade para me ajudarem no que fosse necessário (mesmo que fosse apenas para me ouvirem desabafar). Obrigada por me fazerem sentir uma supermulher e uma sortuda por ter amigas assim!

Ao Flávio, um enorme obrigada por estar presente durante este processo, me ouvir e me ajudar a encontrar a calma nos momentos de maior aflição convencendo-me de que eu era capaz.

Ao meu gerente e aos meus colegas de trabalho, um enorme agradecimento por acreditarem em mim e me ajudarem a conciliar o trabalho com a escrita da minha dissertação de mestrado. Sem o apoio deles seria difícil conciliar ambas as coisas.

Por fim, a todos os participantes deste estudo um eterno obrigado pela disponibilidade para conversar sobre um tema, para tantos tão íntimo. Agradeço pela confiança que em mim depositaram e pela oportunidade que me proporcionaram de aprender com eles, sem eles este estudo não poderia acontecer, muito obrigada.

Índice Geral

Resumo	4
Introdução	10
Capítulo I – Pornografia <i>Online</i>	11
1.1 Pornografia: origem do termo e definição do conceito	11
1.2 Evolução da pornografia ao longo da história	12
1.3 Especificidades da pornografia <i>online</i>	13
1.4 Pornografia <i>online</i> e gênero.....	16
1.5 Efeitos negativos do consumo de pornografia <i>online</i>	19
1.6 Efeitos positivos do consumo de pornografia <i>online</i>	22
1.6 Pornografia <i>online</i> e relações de afeto	23
Capítulo II – Metodologia	26
2.1. Desenho da investigação	26
2.1.1. Questões de investigação e objetivos.....	26
2.1.2. Participantes	26
2.1.3. Instrumentos	28
2.1.4. Procedimentos	28
2.2. Pressupostos de análise de dados: Análise temática	30
2.2.1. Análise temática: definições, padrões e paradigmas	30
2.2.2. Fases.....	31
Capítulo III – Análise e Discussão dos Resultados	34
3.1. O despertar do interesse pelo universo da pornografia <i>online</i>	34
3.1.1. A curiosidade.....	34
3.1.2. A procura de aprendizagem sexual.....	35
3.1.3. A influência dos pares	36
3.2. As experiências de consumo de pornografia <i>online</i>	37
3.2.1 Motivações de consumo	37
3.2.1.1. A busca intencional de prazer	37
3.2.1.2. Suprir carência emocional	38
3.2.1.2. A procura de uma substituição da ausência da parceira	39
3.2.1.3. Uma espécie de toma de comprimido para dormir.....	39
3.2.1.4. Estimular a fantasia	40
3.2.1.5. A busca intencional de aprendizagem.....	41
3.2.2 O processo de consumo de pornografia <i>online</i>	41
3.2.2.1. Um processo de autoconhecimento	42

3.2.2.2. O início e a evolução do consumo de pornografia <i>online</i>	43
3.2.2.3. O consumo de pornografia <i>online</i> por categorias.....	44
3.2.2.4. Variações no consumo de categorias	49
3.2.2.5. A influência das fases na frequência de consumo.....	51
3.2.3. A observação de cuidados e receios	52
3.2.3.1. Os cuidados	52
3.2.3.2. Os receios	54
3.2.4. Contributos da pornografia <i>online</i> na vivência sexual individual	56
3.2.4.1. Significado(s) atribuído(s) à pornografia <i>online</i>	56
3.2.4.2. A necessidade de quebrar um tabu.....	58
3.2.4.3. Pornografia <i>versus</i> Realidade	58
3.2.4.4. O balanço da experiência de consumo de pornografia <i>online</i>	60
3.2.4.5. A emergência de um novo tipo de pornografia <i>online</i>	60
3.3. A pornografia <i>online</i> e a dinâmica conjugal	61
3.3.1. Um estímulo para a comunicação	61
3.3.2. Uma fonte de inovação	62
3.3.3. As dificuldades	63
3.4. Discussão dos resultados	65
Conclusão.....	79
Referências Bibliográficas	80
Anexos	88

Índice de Siglas

PO - Pornografia *Online*

AT- Análise Temática

LGBTQI+ - Comunidade de Lésbicas, *Gays*, Bissexuais e Trans

UFP - Universidade Fernando Pessoa

Índice de Anexos

Anexo A – Questionário Sociodemográfico

Anexo B – Guião de Entrevista Semiestruturada

Anexo C – Parecer da Comissão de Ética da UFP

Anexo D – Declaração de Assentimento

Introdução

A pornografia *online* estabelece-se como uma indústria bilionária nos dias de hoje (The Guardian, 2018). Foram contabilizadas, em apenas um dos incontáveis *sites* de pornografia *online*, um total de 42 bilhões de visitas anuais, distribuídas por cerca de 115 milhões de visitas diárias. Números como estes demonstram a importância que este tipo de conteúdos tem vindo a conquistar a nível mundial. Com o surgimento da *internet* e dos *smartphones* tornou-se muito mais fácil o acesso a estes conteúdos, incluindo faixas etárias mais jovens (Sun et al., 2016). A compreensão destes aspetos desafia questionamentos vários, como a influência da pornografia *online* nos indivíduos, nas dinâmicas conjugais e na sociedade em geral. Sabe-se que a sexualidade é um tema central da existência humana (Pereira, 2014). Sabe-se ainda que a pornografia *online* tem vindo a expandir o seu lugar, disponibilizando aos indivíduos uma diversidade de conteúdos e de modalidades cada vez mais diversa (Alarcón, 2019; Palazzolo & Bettman, 2020). O presente trabalho, qualitativo, de cariz fenomenológico descritivo (Willig, 2012), reconhece a importância desta temática para a área da psicologia e foi desenhado como o objetivo de descrever experiências de consumo de pornografia *online* por parte de jovens adultos/as portugueses/as envolvidos/as numa relação afetiva. Mais especificamente, pretendeu-se contextualizar a emergência do interesse por este tipo de conteúdos e quais as possíveis implicações na dinâmica conjugal.

Em termos de organização, a primeira parte deste projeto, de carácter teórico, compreende um capítulo dedicado ao tema da pornografia *online*, designadamente a sua emergência e implicações individuais e em termos de dinâmica conjugal. A segunda parte do trabalho, referente ao estudo empírico, encontra-se organizada em dois capítulos. O primeiro, referente à metodologia, apresenta o estudo e o protocolo de investigação. O segundo refere-se à apresentação e discussão dos resultados obtidos na investigação. O trabalho termina com as conclusões, onde são sistematizados os principais resultados, identificadas algumas das suas limitações e sugeridas pistas de investigação futura.

Capítulo I – Pornografia *online*

1.1 Pornografia: origem do termo e definição do conceito

O termo pornografia deriva de duas palavras gregas “*porne*”, que em português significa prostituta e “*graphos*”, que significa escrever ou descrever. A palavra composta na sua conceção original significava a “representação de prostitutas”, a descrição das suas vidas, costumes e relação com os clientes (Popovic, 2011). Na literatura consultada foi possível constatar a ausência de consenso sobre o conceito de pornografia, sendo que este tem se vindo a evoluir ao longo do tempo. Um estudo interdisciplinar realizado com o objetivo de encontrar uma definição interdisciplinar do termo pornografia, contou com a presença de 36 investigadores da área das humanidades e ciências sociais, reconhecidos pelas suas investigações sobre sexualidade e/ou pornografia. A primeira pergunta feita aos investigadores, e certamente a pergunta de maior importância para o estudo, foi “como definiria o termo pornografia”. Nenhum investigador deu exatamente a mesma resposta, no entanto três quartos dos participantes incluíram nas suas respostas o termo “explícito” e metade incluíram na sua definição a intenção de excitar/estimular ou termos semelhantes. Não foi possível, nem mesmo num estudo interdisciplinar alcançar uma definição única e acordada entre todos. Na verdade, surgiram duas definições incompatíveis que surgiram de “dois grupos” que se formaram.

Um grupo de investigadores (na sua maioria da área disciplinar de psicologia) defendem que o conceito de pornografia se refere a material sexualmente explícito que é produzido e/ou utilizado com a intenção de excitar ou estimular sexualmente. Um segundo grupo (constituído na sua maioria por investigadores da área dos filmes e media) apresenta uma definição totalmente diferente que defende que a pornografia não é uma coisa, mas sim um contexto/argumento que envolve mudanças culturais, normas, regulamentos e relações sociais. Ou seja, o que é, ou não, considerado pornografia pode mudar consoante o momento temporal e cultural. Neste estudo concluíram que as duas definições são incompatíveis quando utilizadas em conjunto, e por essa razão, sugeriram que, dependendo da natureza de uma investigação fosse escolhida uma das definições. Para as investigações em psicologia sugeriram a primeira definição de pornografia (material sexualmente explícito que é produzido e/ou utilizado com a intenção e excitar

ou estimular sexualmente (Downing, Schrimshaw, Antebi, & Siegel, 2014; McKee et al., 2020; Morgan, 2011) por se tratar de uma definição mais concreta e operacional que permite a recolha de dados e a criação de uma relação entre variáveis e também por ser a definição em que mais profissionais da área estiveram de acordo (McKee et al., 2020). Uma simples definição de pornografia dificilmente fará justiça à real complexidade da mesma, no entanto, é necessária a utilização de uma definição clara de modo a permitir a recolha e análise de dados empíricos e aumentar/melhorar a comunicação entre investigadores (McKee et al., 2020).

1.2 Evolução da pornografia ao longo da história

A pornografia foi, tradicionalmente, focada quase exclusivamente no prazer do público masculino. Isto é evidente pois na maioria dos conteúdos pornográficos (e.g., fotos, vídeos), as imagens estão trabalhadas de uma perspetiva masculina onde a imagem da mulher é mais focada, e focada apenas como fonte de prazer para o homem (Sun et al., 2014). Na maioria dos vídeos a mulher assume um papel de submissão ao homem, sendo que muitas vezes nem sequer alcançam ou demonstram alcançar o orgasmo. Realizam posições que são claramente desconfortáveis, são expostas a atos aparentemente dolorosos com a finalidade de criar uma excitação extrema ao público masculino (Martinez, 2009; Sun et al., 2014). Tendencialmente os filmes iniciam-se com sexo oral praticado pela mulher ao homem e terminam com o orgasmo masculino o que segue a lógica já apresentada, esta é a chamada pornografia *mainstream* (Martinez, 2009). Tem surgido uma nova “corrente” no mundo da pornografia intitulada de pornografia feminista, que surge em associação ao movimento político feminista, e que propõe uma maneira de produção de conteúdo pornográfico bastante diferente da pornografia *mainstream* (Santana, 2014). A pornografia feminista faz uma reflexão crítica acerca da posição social da mulher e de como isso é refletido nos conteúdos pornográficos. Este tipo de produção tem em vista o prazer de ambos os envolvidos, sejam eles homens ou mulheres. Procura criar mais conteúdos pornográficos que, contrariamente ao *mainstream*, incluam e enfatizem ações prazerosas à mulher, no caso dos filmes e vídeos, o foco deixa de ser exclusivamente o ponto de vista do homem e passa a ser incluído o ponto de vista da mulher, de modo a combater a desigualdade de género presente na indústria. Algumas produtoras de pornografia feminista apoiam a

ideia de que nos vídeos e fotos deveriam ser retratados todos os tipos de corpos, idades e etnias, e não só os corpos considerados “ideais”, para que os espectadores se possam identificar com o que estão a ver e assim diminua a probabilidade de criação de expectativas irreais e possíveis problemas de impacto na autoestima (Stewart, 2018). Além disso, defendem que é necessário que nos vídeos pornográficos, os homens mostrem preocupação em satisfazer as suas parceiras, agradá-las e não só o contrário. É também importante que seja retratada a sensualidade, a comunicação e a conexão ao invés de se focar maioritariamente no ato sexual e na genitália (Stewart, 2018).

A pornografia estabelece-se nos dias de hoje como uma indústria bilionária. Segundo o *The Guardian*, um jornal diário nacional britânico, as estimativas de receitas da indústria pornográfica, em 2018, nos Estados Unidos da América, variam entre 9 a 15 biliões de dólares, tornando esta mais lucrativa que a *Netflix* que se trata de uma provedora global de filmes e séries de televisão *via streaming* (The Guardian, 2018). Estas estatísticas são de 2018 e, dado que o universo da pornografia tem crescido a cada ano que passa também os números relativos a estas estimativas devem ter aumentado o que permite uma leve compreensão acerca da grandiosidade desta indústria na sociedade moderna.

1.3 Especificidades da pornografia online

Com o surgimento da *internet*, o universo da pornografia tornou-se imensurável e muito mais acessível. Longe vão os tempos em que os consumos eram fundamentalmente realizados através de revistas, bandas desenhadas, livros em papel, cassetes e, mais tarde, DVD's. Na verdade, com o advento da *internet*, passou a ser possível consumir conteúdos pornográficos a partir do conforto de casa, de forma anónima, acessível e gratuita, sendo apenas necessário dispor de um qualquer aparelho eletrónico com ligação à rede (e.g., *smartphone*, *tablet*, computador). Diversos autores (e.g., Alarcón, 2019; Cooper, McLoughlin & Campbell, 2000; Palazzolo & Bettman, 2020) utilizam o termo “*Triple-A*” (*accessibility*, *affordability*, *anonymity*) para se referirem aos fatores de fácil acesso, gratuidade e anonimato que a *internet* garante aos utilizadores de pornografia *online*. Os mesmos autores consideram que são estes três grandes fatores os responsáveis pelo crescimento exponencial de consumo de material pornográfico *online* (Alarcón, 2019; Cooper, McLoughlin & Campbell, 2000; Palazzolo

& Bettman, 2020). Gaspar e Carvalheira (2012), num estudo feito apenas com mulheres, revelam que mulheres, que se identificaram como exclusivamente heterossexuais, consumiam conteúdos homossexuais, o que reflete o efeito do “*Triple-A*”. Através da pornografia *online* é possível a experimentação sexual e exploração de fantasias de forma anónima, rápida e gratuita o que garante o distanciamento necessário para que um qualquer envolvimento sexual possa terminar ao fechar da janela.

Existem cada vez mais *websites* e aplicações que disponibilizam pornografia *online*, onde é possível encontrar e visitar uma panóplia de conteúdos, organizados em diversas categorias passíveis de agradar os gostos mais específicos e peculiares. Esses conteúdos vão desde imagens a vídeos (e.g., clips de vídeo, excertos de filmes, vídeos temáticos), jogos (e.g., de interação sexual, de sexo explícito), *chats* (de interação onde são trocadas mensagens com conteúdo sexual e/ou imagens e vídeos) e *webcam shows* (ao vivo e, normalmente, interativos). Estes conteúdos pornográficos dividem-se em múltiplas categorias, de modo a abranger um não menos vasto leque de gostos e preferências sexuais dos/as consumidores/as, que vão desde categorias consideradas *softcore* ao *hardcore*, sendo que na primeira, a interação sexual não é explícita (não é visível a penetração nem sexo oral, muitas vezes as áreas genitais não chegam a ser expostas e o ato sexual não é real, mas sim encenado e simulado de modo a provocar excitação ao visualizador); a segunda, por sua vez, é completamente explícita (as áreas genitais são expostas e o ato sexual é o foco principal e totalmente visível), sendo esta a categoria de pornografia mais comum *online* (Vasic, 2013). Ainda dentro dos conteúdos *hardcore* existem diferentes intensidades, sendo que estes conteúdos podem ir desde o sexo amador, ao sexo anal, sexo violento, encenação de incesto, “*gangbangs*”, ou até mesmo a encenações de violação e degradação dos/das atores/atrizes. Os utilizadores têm a capacidade de, entre os diferentes conteúdos disponíveis, escolher o que mais o agrada, esclarecer curiosidades que tenham, e eliminar os conteúdos que os desagradam. Existem também categorias mais incomuns, feitas para agradar nichos específicos (dependendo claro, de cultura para cultura e do contexto geográfico) como por exemplo “*cosplay*” (que consiste em um dos envolvidos se vestir como o seu personagem favorito e agir como ele) ou até “*pissing*” (que consiste no homem ou mulher urinar durante o ato sexual em cima de alguma parte do corpo do/a parceiro/a).

Fesnak (2016) aponta um problema em relação aos sites de pornografia *online* pois estes, apesar de apresentarem conteúdos inter-raciais e LGBTQI+ (Lésbicas, *Gays*, Bissexuais e *Trans*), pecam pela organização dos conteúdos. Segundo o autor, e conforme é possível verificar nos próprios sites pornográficos, a maioria deles encontra-se dividido em duas secções, a secção “heterossexual” e a secção “homossexual”. Além disso, dentro das duas secções há subsecções marcadamente discriminatórias de raça, onde apenas o homem branco heterossexual não se encontra incluído. Isto leva a concluir que as categorias são feitas em função deste último.

De acordo com uma das maiores empresas mundiais de distribuição de pornografia *online*, a *Pornhub* (<https://www.pornhub.com>), dos conteúdos pornográficos atualmente disponibilizados *online*, os mais consumidos são os vídeos pornográficos (Pornhub, 2019). Só em 2019, esta empresa contabilizou, no seu relatório anual, um total de 42 bilhões de visitas, distribuídas por cerca de 115 milhões de visitas diárias, ultrapassando os 33.5 bilhões registados em 2018. De acordo com o mesmo relatório, das diversas categorias disponibilizadas no seu catálogo, as mais pesquisadas foram: “*japanese*”, “*hentai*”, “*lesbian*”, “*milf*”, “*korean*”, “*asian*”, “*step mom*”, “*massage*”, “*anal*” (Pornhub, 2019). Em junho de 2020, a *Pornhub* publicou os dados referentes ao consumo de pornografia *online* durante o período de confinamento obrigatório, em virtude da pandemia COVID-19, tendo demonstrado que entre março e junho desse ano houve um aumento entre 10% a 24% nos consumos de pornografia *online* comparativamente ao mesmo período, em 2019 (Pornhub, 2020). Este aumento no consumo *online* de material pornográfico durante o confinamento foi também reportado por Nelson et al. (2020).

Mais recentemente tem ganho visibilidade uma nova forma de pornografia *online*. Uma plataforma denominada *Onlyfans* criada no Reino Unido, foi criada com o objetivo de mostrar em exclusividade transmissões em direto de artistas musicais e desportivos, no entanto, ficou mais conhecida em 2020 devido ao conteúdo pornográfico que era transmitido em exclusivo. Esta plataforma não possui proibições em relação a conteúdos sexuais como acontece no Instagram ou Facebook. Foi notório o crescimento desta plataforma durante o período de confinamento provocado pela pandemia da COVID-19. Este facto pode ser justificado pela importância na vida quotidiana e de trabalho que as redes sociais e tecnologias ganharam durante a pandemia. A venda e o

consumo de conteúdos pornográficos *online* também aumentaram significativamente conduzindo ao sucesso desta plataforma (Nixon & Lourdes, 2021) e outras do mesmo género.

Baumel et al. (2019) e Sun et al. (2016), referem nos estudos realizados na área que a pornografia *online* se apresenta como fonte primária de aprendizagem sexual para os sujeitos mais jovens nos dias de hoje. Dados como os referidos acima demonstram a necessidade, já ressaltada por diversos autores como Marshall & Miller (2019) e Palazzolo & Bettman (2020), de maior exploração do tema da pornografia *online*, em particular as motivações que levam a estes consumos e potenciais efeitos, positivos e negativos, nos consumidores e nas suas relações (Marshall & Miller, 2019; Palazzolo & Bettman, 2020).

1.4 Pornografia *online* e género

O consumo de pornografia *online* varia em função do género, ainda que esta diferença esteja a esbater-se nos últimos tempos (Dwulit & Rzymiski, 2019; Marshall & Miller, 2019). Vários estudos demonstram, ainda assim, uma maior prevalência nos homens relativamente ao consumo de pornografia *online* (Dawson, Tafro & Štulhofer, 2019; Farré et al., 2020; Gomes et al., 2018; Harper & Hodgins, 2016; Marshall & Miller, 2019), assim como uma maior frequência de consumo e compulsividade (Gomes et al., 2018). Todavia, outros estudos têm vindo a demonstrar que a percentagem de mulheres que consomem material pornográfico *online* tem aumentado progressivamente (Dwulit & Rzymiski, 2019; Marshall & Miller, 2019). Tal pode ser justificado pelo facto de, como já foi supracitado, historicamente, os conteúdos pornográficos terem sido produzidos sobretudo para o público masculino dando maior relevo à nudez feminina e ao prazer masculino (Gorman, Monk-Turner & Fish, 2010). Nos dias de hoje, porém, com a emergência da pornografia feminista tem havido um maior investimento em produções entendidas como mais justas, éticas, com um ambiente de trabalho positivo, invertendo as mensagens da pornografia *mainstream* (Stewart, 2019). Este tipo de conteúdos pretende ter não só em vista o prazer do homem, mas também o prazer da mulher, o que leva a que o público feminino se interesse e tenha mais prazer em consumir este tipo de conteúdo. Outro fator que pode influenciar no facto de os homens consumirem mais conteúdo pornográfico pode advir da cultura e da sociedade mais

convencional, visto que, ao longo da história, a sexualidade e a liberdade de expressão das mulheres, foi muito mais reprimida em relação aos homens (Baumeister & Twenge, 2002; Dwulit & Rzymiski, 2019; Gaspar & Carvalheira, 2012).

A diferença de consumo de pornografia *online* entre homens e mulheres é notada também na idade de primeiro contacto com a pornografia, sendo que os homens têm, por norma, contacto com a pornografia em idades mais precoces que as mulheres (Harper & Hodgins, 2016; Martins, 2017; Popovic, 2011). Numa investigação dirigida por Sun et al. (2016) constatou-se que 48.7% dos homens estiveram expostos a conteúdos pornográficos antes dos 13 anos de idade. Dawson et al. (2019) concluíram que o *bullying* e a pressão exercida pelos pares previu significativamente os níveis iniciais de utilização de pornografia pois, segundo eles, a aceitabilidade da pornografia e da importância das experiências sexuais pode ser um fator motivador para o consumo de pornografia mais precoce e com maior frequência. Esta influência dos pares é superior quando os sujeitos se encontram a meio da adolescência, pois nesta fase o desejo de ser “popular” e “aceite” é exacerbado, e, muitas vezes, entre os jovens rapazes, o consumo de pornografia é muitas vezes visto como uma demonstração de masculinidade e poder (Dawson et al., 2019).

Ševčíková & Daneback (2014) avançam que tanto homens quanto mulheres, na sua maioria, iniciam o consumo de pornografia online por curiosidade, no entanto, com o passar do tempo as razões de consumo vão se alterando em função do género. A literatura refere ainda que existem diferenças nem relação ao objetivo, ou razão, que leva homens e mulheres ao consumo de pornografia *online*, defendendo-se que os homens têm uma elevada tendência para ver conteúdos pornográficos *online* maioritariamente com o intuito de ficarem sexualmente excitados e se masturbarem, para fins de aprendizagem, por curiosidade e satisfação de fantasias, por vezes secretas (Baumel et al., 2019; Ševčíková & Daneback, 2014; Popovic, 2011). Outra motivação, menos comum, do género masculino para o consumo de pornografia *online*, referida por Baumel et al. (2019), foi de utilizarem estes conteúdos quando se sentem frustrados, carentes, ou sentem que a sexualidade na relação está em baixa. Já as mulheres, na sua maioria, refere utilizar a pornografia *online* para incrementar a relação e agradar o/a parceiro/a, por curiosidade (Baumel et al., 2019; Ševčíková & Daneback, 2014), como processo de descoberta e aprendizagem sexual (Baumel et al., 2019), como

entretenimento, satisfação de fantasias (Gaspar & Carvalheira, 2012), e, com a finalidade de excitação sexual e masturbação com menos frequência que os homens. São também as mulheres que reportam sentir mais vergonha e culpa por utilizar este tipo de conteúdos.

Num estudo feito apenas com mulheres portuguesas, 46, 1% admitiram já ter sentido vergonha de ver pornografia (Gaspar & Carvalheira, 2012). Esta diferença entre homens e mulheres pode ser explicada pela menor aceitação e menor suporte social do consumo de pornografia *online* pela mulher (Dwulit & Rzymiski, 2019; Gaspar & Carvalheira, 2012). Outra diferença encontrada entre consumidores homens e consumidoras mulheres é que é mais comum os homens consumirem pornografia *online* quando estão numa relação amorosa (Minarcik, Wetterneck & Short, 2016). Ainda assim outro autor relata que indivíduos solteiros reportam consumir mais conteúdos pornográficos *online* do que indivíduos numa relação (Harper & Hodgins, 2016). Segundo Harper e Hodgins (2016), os homens revelam ter maior probabilidade de terem consumos de pornografia *online* com carácter aditivo do que as mulheres (Gomes et. Al, 2018).

Daskalopoulou & Zquette (2020) realizaram um estudo apenas com mulheres onde constataram que algumas participantes gostavam da chamada pornografia mainstream, incluindo categorias mais hardcore, mesmo não se identificando com as histórias e os atores. Perceberam também que os gostos para pornografia eram também bastante diferentes das suas preferências na vida real, servindo assim a pornografia como forma de exploração sexual e satisfação de fantasias. Ou seja, por vezes assistiam a conteúdos sem a pretensão de os realizar na vida real e sem considerar as consequências de observar atos que na vida real considerariam reprováveis, usando esses conteúdos apenas como forma de experimentação sexual e exploração.

As participantes discutiram também o papel da pornografia no sentimento de empoderamento sexual. Segundo as mesmas, a pornografia permitiu compreender a sexualidade feminina e novas formas de performance. Também relatam que a pornografia as ajudou a adquirir um olhar mais positivo e aberto em relação à sexualidade feminina (Daskalopoulou & Zquette, 2020).

1.5 Efeitos negativos do consumo de pornografia *online*

Em termos de efeitos, da consulta bibliográfica realizada, diversas investigações dedicadas ao tema da pornografia *online* têm examinado os efeitos negativos deste consumo, recorrendo a termos como “adição” e “consumo problemático” (Harper & Hodgins, 2016; Palazzolo & Bettman, 2020; Romero, 2019). Uma série de estudos recentes apontam, inclusive, que os consumos frequentes de pornografia *online* podem estar ligados a fatores como a disfunção sexual e insatisfação psicosssexual (Park et al., 2016; Palazzolo & Bettman, 2020; Romero, 2019). Romero (2019) sustenta que, em alguns casos, o consumo compulsivo de pornografia *online* pode ser considerado uma dependência e pode estar ligado a disfunções sexuais tais como a disfunção erétil. As disfunções sexuais, de acordo com o DSM-5, constituem um grupo heterogêneo de perturbações caracterizadas por uma dificuldade clinicamente significativa de uma pessoa responder sexualmente ou sentir prazer sexual. Por sua vez, a disfunção erétil, caracteriza-se por uma dificuldade acentuada e repetida de obter ou manter a ereção durante o ato sexual, criando um sofrimento clinicamente significativo (American Psychiatric Association, 2013). A investigação conduzida por Romero (2019), concluiu que a pornografia *online*, principalmente em formato de vídeo, provoca uma maior capacidade de excitação sexual pois substitui a capacidade imaginativa, demonstra provocar uma ereção mais sustentada e uma ejaculação mais rápida. O facto de a pornografia *online* trazer novidades constantes e estimular o sistema de recompensa cerebral que por sua vez incentiva os comportamentos compulsivos, tem o potencial de provocar dependência. O autor refere que são os adolescentes e jovens que estão mais vulneráveis ao risco de dependência devido à elevada neuroplasticidade característica da etapa de desenvolvimento. Com a exposição repetida a pornografia *online*, o desejo pela constante novidade e variedade aumenta e isso torna-se difícil de sustentar numa relação. O consumo de pornografia *online* também promove, segundo Romero (2019), um aumento da tolerância e uma necessidade de escalada para novos e mais intensos estímulos sexuais. Tal pode conduzir a expectativas irreais que, ao não serem concretizadas na relação a dois provocam uma diminuição na libertação de dopamina que pode contribuir para a disfunção erétil. O autor sustenta que o risco de dependência varia de acordo com a frequência de consumo e a idade de início do consumo de pornografia *online*, sendo que quanto maior a frequência de consumo e menor a idade de início do consumo, maior o risco de dependência. Romero (2019) ressalta ainda a

necessidade da criação de instrumentos de rastreio e questionários médicos que abordem o consumo de pornografia, e aponta como possível intervenção, também referida por Park et al (2016), a cessação completa de consumo de pornografia *online*. Este demonstra ser um método eficaz em comparação com a abordagem psicofarmacológica que o autor considerou questionável e inconclusiva (Park et al., 2016; Romero, 2019).

Numa outra investigação, realizada por Palazzolo e Bettman (2020), com participantes, que se auto identificaram como consumidores problemáticos de pornografia *online*, foi concluído que a utilização problemática de pornografia *online* resulta num sofrimento pessoal significativo, tem um impacto significativo na saúde mental e na capacidade de manter relações saudáveis e positivas. Os resultados deste estudo chamam também a atenção para condições que podem ter relação com a utilização problemática de pornografia *online*, pois muitos dos participantes relataram sintomas de depressão, ansiedade, autoisolamento, perturbações do humor e baixa autoestima, no entanto, para confirmar esta relação seriam necessárias mais evidências empíricas (Palazzolo & Bettman, 2020). Foi também relatada pelos participantes uma sensação de dependência, vício e incapacidade de parar o consumo semelhantes às descritas por indivíduos consumidores de substâncias aditivas, indo de acordo com o estudo anteriormente citado e outros (Alarcón et al., 2019; Palazzolo & Bettman, 2020; Romero, 2019), além disso, sentem também um aumento da frequência de uso de pornografia ao longo do tempo e/ou a necessidade de ver formas mais extremas de conteúdo pornográfico para obter a mesma quantidade de prazer (Palazzolo & Bettman, 2020).

No entanto, esta posição não é consensual no mundo científico, existindo autores que justificam a insuficiência de fundamentos robustos para considerar o consumo de pornografia *online* uma dependência equiparada à das drogas (Landripet & Štulhofer, 2015; Alarcón et al., 2019; Dwulit & Rzymiski, 2019; McNabney, Hevesi & Rowland, 2020). A ASSECT – Association of Sex Educators, Counselors and Therapists afirmou, em 2018, que acredita não existirem ainda evidências empíricas suficientes que suportem a classificação de adição sexual ou adição a pornografia como uma doença mental (AASECT, 2018).

Foi também relatada por parte de consumidores do sexo masculino a criação de associações irrealistas e negativas em relação às mulheres em resultado do consumo de pornografia *online* (Palazzolo & Bettman, 2020), e por parte de consumidores de ambos os sexos foi referida a idealização feita com base na comparação do próprio corpo com o corpo dos atores e suas performances que desencadeia o sentimento de insegurança, o abalo na autoestima, cobranças dentro da relação e o incentivo a um desempenho artificial tendo por base a performance observada (Baumel et al., 2019). Nas suas investigações sobre o tema, Sun et al. (2014) referiram que homens que assistem a pornografia *online* tinham alta probabilidade de, durante as relações sexuais, solicitarem determinados atos sexuais às suas parceiras e de invocarem deliberadamente imagens da pornografia assistida, de forma a manter a excitação (McNabney, Hevesi & Rowland, 2020; Sun et al., 2014).

Wright, Paul e Herbenick (2021) realizaram uma investigação cujo objetivo era perceber a relação entre a exposição dos homens à pornografia, sexualidade impessoal, e agressão sexual. Foram considerados como tendo uma sexualidade impessoal os participantes que relataram já ter usado outros apenas para sexo casual e sem sentimentos envolvidos. Os autores concluíram que a exposição à pornografia que apresentava formas recorrentes de dominância e agressão masculina (pornografia extrema ou *hardcore*) foi associada a uma maior probabilidade de agressão sexual. Também verificaram uma associação entre uma abordagem impessoal do sexo e uma maior probabilidade de agressão sexual. Por último, constatou-se que a exposição extrema à pornografia aliada à sexualidade impessoal prevê uma probabilidade de agressão sexual muito superior do que quando cada uma das condições acontece isolada.

Štulhofer (2021) relata que a insensibilidade, como característica de personalidade, pode prever significativamente a agressividade sexual. Esta característica pessoal também demonstra moderar a associação entre o uso de pornografia e a agressividade sexual, pois verificou-se que os participantes que relatavam um alto nível de insensibilidade e uso mais frequente de pornografia *online*, tinham menor probabilidade de relatar agressividade sexual, o que acaba, em parte, por contradizer os dados relatados acima por Wright, Paul & Herbenick (2021). Uma hipótese colocada por Štulhofer (2021) para estes resultados foi de que o uso frequente de pornografia pelos participantes que relataram níveis altos de insensibilidade servia como escape para as

suas fantasias sobre sexo impessoal resultando em níveis mais baixos de agressividade sexual na vida real. Outra hipótese levantada pelo mesmo autor, é de que o uso mais frequente de pornografia torna os adolescentes do sexo masculino menos suscetíveis de interpretar algum comportamento como indesejado ou não consensual, dessensibilizando-os em relação ao consentimento sexual e a sua falta, e não permitindo dessa forma a criação de uma noção sobre o ponto em que se inicia a agressividade sexual. Por estas razões, o autor não retira a hipótese de o consumo de pornografia ter influência na agressividade sexual (Štulhofer, 2021).

1.6 Efeitos positivos do consumo de pornografia *online*

A par dos estudos referidos anteriormente, outros existem que apontam para efeitos positivos do consumo de pornografia *online*. Kohut Fisher & Campbell (2017), que sustentam que o consumo de pornografia *online* constitui uma fonte de informação, de aprendizagem sobre práticas sexuais, fonte de conhecimento sobre o próprio corpo e do outro (Baumel et al., 2019). Outros autores mencionam que a pornografia *online* possibilita a experimentação sexual, o aumento da comunicação sexual com o/a parceiro/a, principalmente quando o consumo é feito em conjunto, favorecendo o relaxamento e bem-estar (Kohut Fisher & Campbell, 2017). Além disso verificou-se na literatura que a pornografia *online* permite uma maior e mais rápida satisfação sexual e prazer (Fernandes, 2019), potencia a fantasia e permite a sua concretização (Baumel et al. 2019). Num estudo feito com mulheres, o consumo de pornografia *online* mostrou proporcionar um maior interesse pelo sexo, uma maior percentagem de orgasmos, uma menor dificuldade de excitação, maior prazer no orgasmo, maior percentagem de eventos masturbatórios que levam ao orgasmo, latências orgásticas mais longas e menor dificuldade de excitação com o/a parceiro/a (McNabney, Hevesi & Rowland, 2020).

Baumel et al. (2019) acrescentam que a pornografia permite a concretização e a normalização de fantasias e desejos, pois concede aos indivíduos a possibilidade de encontrar conteúdos que lhes agradam e perceberem que não são os únicos com determinadas preferências, trazendo este último aspeto algum conforto e identificação. Hawk, Vanwesenbeeck, De Graaf e Bakker (2006), indicam que o consumo de pornografia faz parte de um desenvolvimento sexual saudável, pois ajuda a suprir a necessidade de procura de informação por falta de uma educação sexual formal.

1.6 Pornografia *online* e relações de afeto

No que toca à influência do consumo de pornografia *online* no casal, e de acordo com a literatura científica consultada, esta pode ser benéfica, mas também prejudicial. Diferentes estudos obtiveram diferentes resultados, o que leva a crer que os efeitos do consumo de pornografia *online* nas relações de afeto são subjetivos e dependentes de diversas variáveis afetadas ao casal e a cada um dos sujeitos que o constitui. Palazzolo e Bettman (2020) realizaram um estudo com sujeitos maiores de idade que se identificavam como tendo experienciado consumos de pornografia problemáticos. Estes sujeitos relataram sentir uma fragilização na intimidade com o/a parceiro/a, diminuição do envolvimento nas relações afetivas. Os participantes relataram sentir que o uso prolongado de conteúdos pornográficos se refletiu numa incapacidade de manter relações amorosas satisfatórias e que sentem que é mais fácil o consumo de pornografia do que o envolvimento em relações da vida real. Estes dados foram corroborados por Minarcik, Wetterneck e Short (2016), que acrescentam que a diminuição na intimidade e comprometimento ocorre quando o consumo deste tipo de material é feito individualmente, e que quando o consumo é feito pelo casal o efeito é o contrário. Os mesmos autores relatam que indivíduos numa relação afetiva que utilizam pornografia individualmente relatam além da menor intimidade e comprometimento, também uma menor satisfação sexual comparativamente a indivíduos que não consomem pornografia. Os casais que consomem com pouca frequência relatam uma maior satisfação sexual e menos efeitos negativos do que os que consomem com maior frequência (Minarcik, Wetterneck & Short, 2016). Os autores colocaram duas hipóteses para a existência destes resultados, uma hipótese é que casais com menor intimidade e comprometimento podem optar por ver pornografia *online* sozinhos enquanto os que tem mais intimidade escolhem ver acompanhados ou se abster destes consumos. Outra hipótese é que o consumo repetido de pornografia pode levar a mudança nos interesses sexuais do indivíduo e a um aumento do desejo de novos estímulos (Minarcik, Wetterneck & Short, 2016).

É apontado por Kohut, Fisher e Campbell (2017) um aumento na sensação de insegurança de certos sujeitos simplesmente pelo facto de saberem que o/a parceiro/a utiliza este tipo de conteúdo, o que pode acabar por interferir na satisfação conjugal. Outro aspeto levantado na literatura por Popovic (2011), refere que alguns homens (e

eventualmente algumas mulheres) procuram consumir pornografia *online* quando se sentem frustrados sexualmente e solitários. Palazzolo & Bettman (2020) também identificam a utilização de pornografia como forma de gratificação imediata e forma de evitar confronto de problemas e lidar com sentimentos dolorosos.

Baumel et al. (2019) referem nos seus estudos que a idealização e comparação do próprio corpo e performances dos atores e das atrizes pode ser um fator potencializador na criação de inseguranças e diminuição da autoestima. Os autores referem ainda que esta idealização e comparação podem levar ao desenvolvimento de um desempenho artificial e de expectativas irreais acerca do ato sexual com o/a parceiro/a. (2016). Romero (2019), Kohut, Fisher e Campbell (2016) e Sun et al. (2016), defendem que a criação de expectativas irreais pode dificultar a estimulação sexual e o bom funcionamento a nível conjugal.

Os autores relataram também que quando um dos indivíduos, ou ambos, consideram traição ou quebra do contrato da relação a utilização de pornografia, se verificam danos que ameaçam a manutenção da mesma (Baumel et al., 2019). Por outro lado, nesse mesmo estudo, verificaram que tanto os homens como as mulheres identificavam benefícios para a vida conjugal tais como: uma forma de sair da rotina, de aumentar a criatividade, de tornar o sexo mais desinibido, melhorar o diálogo e comunicação entre o casal (Baumel et al., 2019; Kohut, Fisher & Campbell, 2016), promover o autoconhecimento do casal, tornar o ato sexual mais divertido e prazeroso, promover a abertura à experimentação melhorar a intimidade (Kohut, Fisher & Campbell, 2016).

Um estudo realizado recentemente por Willoughby, Leonhardt e Augustus (2021) refere que a relação entre uso de pornografia e satisfação sexual não é linear. Na investigação que realizaram concluíram que ver pornografia na companhia do/a parceiro/a não tem uma relação linear com a satisfação sexual, no entanto, assistir a pornografia sozinho/a pode ter uma associação mais linear e sistemática com uma satisfação sexual mais baixa. Uma hipótese dada para estes resultados é que a visualização de pornografia a sós pode alterar os *scripts* sexuais e as expectativas, enquanto que assistindo com o/a parceiro/a essa probabilidade diminuiu. Outra hipótese consiste em que, quando a satisfação sexual diminui, quer a individual, quer a do casal,

um, ou ambos, podem se voltar-se para o consumo de pornografia como forma de suplementar aquela que é a percepção de uma relação sexualmente menos satisfatória.

Os autores também verificaram que a associação negativa entre o uso de pornografia e a estabilidade da relação era maior quando os níveis de consumo de pornografia eram maiores (Willoughby, Leonhardt, & Augustus, 2021). Por fim, Hesse & Floyd (2019) concluíram que a pornografia é utilizada por alguns indivíduos como mecanismo de *coping* para a desconexão social. Isto porque verificaram que os participantes desse mesmo estudo, quando sentiam algum tipo de falta/deficiência de afeto, recorriam à pornografia de modo a diminuir o sentimento de solidão e criar relações parassociais com os personagens representados na pornografia o que criava uma espécie de escape mental da sua real situação e trazia um alívio momentâneo. Popovic (2011) acrescenta que os homens em particular, fazem uso da pornografia quando se sentem solitários e frustrados sexualmente.

Capítulo II – Metodologia

2.1. Desenho da investigação

O presente estudo empírico seguiu uma metodologia qualitativa e assenta em pressupostos fenomenológicos e descritivos (Willig, 2012). A pesquisa qualitativa é uma metodologia que confere ao/a investigador/a um papel privilegiado no conhecimento de múltiplos aspetos subjetivos das ações humanas e sociais, compreendendo em profundidade a dinâmica social de grupos, movimentos e sociedades, assim como no ato de aceder às experiências subjetivas das pessoas e ao modo como estas as descrevem (Baker, Pistrang & Elliot, 2016).

2.1.1. Questões de investigação e objetivos

Tendo em conta os aspetos supracitados, o principal objetivo deste estudo consistiu em descrever experiências de consumo de pornografia *online* por parte de jovens adultos/as portugueses/as envolvidos/as numa relação afetiva. Além do objetivo principal foram também traçados os seguintes objetivos específicos: i. contextualizar a emergência do interesse pelo consumo de pornografia *online*; ii. explorar as experiências de consumo de pornografia *online*; e iii. problematizar as implicações do consumo de pornografia *online* na dinâmica conjugal.

2.1.2. Participantes

A presente investigação empírica contou com a participação de um total de 10 participantes adultos, com idades compreendidas entre os 19 e os 44 anos, seis do sexo feminino e quatro do sexo masculino. Como critérios de inclusão considerou-se: i. ser jovem ou adulto/a do sexo feminino ou masculino; ii. ser maior de idade; iii. ser capaz de se expressar em português; iv. consumir ou ter consumido pornografia *online* durante um relacionamento afetivo; e v. estar ou ter estado num relacionamento afetivo há mais de seis meses. No que concerne ao estado civil, tal como é possível observar na tabela 1, um participante é casado há 12 anos, uma participante está numa união de facto há 4

anos e os restantes oito participantes encontram-se solteiros, em relações de namoro com uma duração compreendida entre 4 meses e 5 anos. No que diz respeito à formação académica, todos os participantes concluíram o ensino secundário, cinco possuem uma licenciatura e dois possuem o grau de mestre. Quanto à profissão seis participantes são estudantes, e os restantes quatro estão empregados. A tabela abaixo traduz a caracterização sociodemográfica dos participantes, identificados ficticiamente, em função do género, idade, habilitações académicas, profissão e estado civil.

Tabela 1

Caracterização sociodemográfica dos/as participantes

Nome Fictício	Género	Idade	Habilitações Académicas	Profissão	Estado Civil
Sehla	Feminino	25	Licenciatura	Estudante	Solteira em relação de namoro de 4 meses
Maria	Feminino	28	12.º ano	Assistente administrativa	Solteira em relação de namoro de 1 ano
Missy	Feminino	23	Mestrado	Estudante	Solteira em relação de namoro de 3 anos
Paulo	Masculino	22	Licenciatura	Estudante	Solteiro em relação de namoro de 9 meses
Carla	Feminino	23	Mestrado	Gestora	Solteira em relação de namoro de 5 anos
Xavier	Masculino	44	Licenciatura	Assistente de Direção	Casado há 12 anos
Yuria	Feminino	23	Licenciatura	Estudante	Solteira em relação de namoro de 3 anos
Kevin	Masculino	19	12.º ano	Estudante	Solteiro em relação de namoro de 1 ano
Alex	Masculino	24	Licenciatura	Estudante	Solteiro em relação de namoro de 1 ano
Lara	Feminino	31	12º ano	Cabeleireira	União de facto há 4 anos

2.1.3. Instrumentos

A investigação realizada combinou os seguintes materiais: i. questionário sociodemográfico (Anexo A) e ii. guião de entrevista semiestruturada criada para o efeito pela investigadora e respetivo orientador (Anexo B). O questionário foi pensado de modo a recolher informação sobre a idade, o género, o estado civil, as habilitações literárias, a profissão e a situação profissional. Por sua vez, o guião de entrevista foi pensado para ser aplicado na forma semiestruturada, sendo composto por oito perguntas de partida, abertas e exploratórias, e que serviam de mote para a construção da conversa entre a entrevistadora e cada participante em torno dos objetivos de estudo.

2.1.4. Procedimentos

Em relação aos procedimentos, o primeiro passo para a realização deste estudo consistiu na revisão da literatura científica sobre a temática, de modo a tornar possível uma familiarização com o estado da arte sobre o tema. De seguida, procedeu-se à construção dos instrumentos de recolha de informação pela autora e respetivo orientador. O estudo foi então submetido à Comissão de Ética da Universidade Fernando Pessoa e, uma vez obtido o parecer favorável (Anexo C) foram iniciados os contactos com os participantes. O procedimento de acesso aos participantes foi feito através das redes sociais, designadamente o *Facebook* e o *Instagram*, tendo sido criado um endereço eletrónico especificamente para o contexto da entrevista e período da investigação. Em ambas foi publicado um anúncio com o seguinte texto:

O meu nome é Karoline Fernandes e encontro-me a realizar uma investigação sobre o consumo de pornografia *online*, no âmbito do meu Mestrado em Psicologia Clínica e da Saúde, na Faculdade de Ciências Humanas e Sociais da Universidade Fernando Pessoa, no Porto. O objetivo geral do trabalho consiste em descrever experiências de consumo de pornografia *online* por jovens adultos/as portugueses/as envolvidos numa relação afetiva. Gostaria de perguntar se, porventura, se encontra alguém disponível para conversar comigo sobre esta temática, em condições que poderei explicar em privado e de forma mais detalhada e sem qualquer compromisso da sua parte. Desde já se garante que todos os contactos e informações partilhados estão sujeitos a um escrupuloso cumprimento do anonimato e da confidencialidade. Se puder divulgar o estudo pelos seus contactos, agradeço.

Sempre que alguém mostrou interesse em saber mais sobre a investigação, foram detalhados e explicados, em privado, os objetivos do estudo, assim como as condições de participação. Foram também esclarecidas todas as questões e/ou dúvidas dos participantes. Ocorreram cerca de 16 contactos, no entanto, nem todos preenchiam os critérios de inclusão, o que levou à sua exclusão. Àqueles que preenchiam os critérios de inclusão e decidiram livremente participar no estudo, foi disponibilizada a Declaração de Assentimento (Anexo D), cujo texto, depois de lido, foi copiado e colado pelo/a participante na caixa de diálogo privado com a investigadora, de modo a confirmar a anuência em participar no estudo. A referida Declaração apresenta o estudo e os seus objetivos, tal como as condições de participação. Consta ainda o endereço eletrónico criado especificamente para a investigação, cujas credenciais são do conhecimento exclusivo da investigadora.

As entrevistas foram conduzidas *online*, de modo síncrono e/ou assíncrono, com ou sem imagem, de acordo com a manifestação expressa dos/as participantes, tendo sido admitidos os formatos escrito e áudio. Foi utilizada a plataforma *Zoom e Instagram* em conformidade com as preferências e disponibilidades dos/as participantes. Foi pedido a cada participante que escolhesse e utilizasse um nome fictício a usar durante a entrevista, de modo a reforçar a salvaguarda das suas identidades e, conseqüentemente, reforçar a diminuição da sua perceção de qualquer vulnerabilidade associada à partilha de informação.

Após a devolução da Declaração de Assentimento, procedeu-se à administração do questionário sociodemográfico e, de seguida, à condução da entrevista semiestruturada. Uma vez finalizada a entrevista, a investigadora reiterou os seus agradecimentos. Finda a recolha de dados, foi numa primeira etapa, foi efetuada uma leitura flutuante dos dados em bruto, o *corpus* de análise, constituindo-se este, o primeiro contacto com material recolhido. Finda a fase da leitura inicial, procedeu-se a leituras mais profundas e precisas com o intuito reduzir os dados tendo em conta os objetivos previamente definidos, a fim de descrever e discutir os mesmos. De seguida foi efetuado o tratamento dos dados a partir da análise temática (Braun & Clarke, 2006).

2.2. Pressupostos de análise de dados: Análise temática

2.2.1. Análise temática: definições, padrões e paradigmas

A análise temática é um método de análise qualitativa que permite identificar, analisar e relatar padrões de dados qualitativos (Braun & Clarke, 2006; Clarke & Braun, 2013; Souza, 2019). Neste método a compreensão dos significados explícitos e implícitos a dados textuais é privilegiada (Braun & Clarke, 2006). A análise temática é um método flexível que permite ao investigador focar-se nos dados de diversas maneiras diferentes. Tanto pode se concentrar em analisar o significado dos dados de uma forma geral, como pode analisar um aspeto particular em profundidade. A análise temática pode ser conduzida tendo por base paradigmas essencialistas ou construcionistas (Braun & Clarke, 2013). Trata-se de um método de ampla aplicabilidade e flexibilidade, já que pode ser utilizado em quase qualquer tipo de análise qualitativa (Souza, 2019).

Segundo Braun e Clarke (2006, 2013) existe um conjunto de conceitos centrais à análise temática, são eles: o tema, o subtema, o código, o organizador central e o mapa temático. Os padrões identificados, analisados e relatados nos dados são denominados temas. Um tema, para ser considerado como tal, deveria, idealmente, aparecer uma série de vezes no conjunto de dados criando um padrão comum. No entanto, o facto de determinado assunto aparecer várias vezes não significa, por si só, ser mais importante. Pode acontecer de um tema não ser um padrão muito recorrente nos dados empíricos, mas, ainda assim, ser relevante e por essa razão ser considerado.

O tema captura o que é importante sobre os dados tendo em conta a pesquisa e os seus objetivos. Os temas podem ser identificados num nível semântico ou latente. Tal significa, considerando o nível semântico, que os temas são identificados dentro do significado explícito dos dados e o investigador não procura nada além do que o participante disse ou escreveu. Uma análise do conteúdo latente vai além do conteúdo semântico e identifica e examina ideias, suposições e conteúdos subjacentes. Ainda em relação aos temas, estes podem ser identificados essencialmente de duas formas, indutiva ou dedutiva (Braun & Clarke, 2006), no entanto pode também existir uma conciliação entre as abordagens indutiva e dedutiva, traduzindo-se numa abordagem mista.

Por sua vez o subtema corresponde a uma subdivisão que pretende elencar um aspeto específico e importante do tema. O subtema não é obrigatório na análise temática, sendo utilizado apenas quando relevante. Os códigos são unidades menores e mais específicas de análise, que identificam uma característica específica de um segmento de dados. O organizador central de análise consiste na ideia principal à qual se agrupam os dados e se criam relações entre os temas. A ideia referida permite relacionar os temas na análise e dar resposta a todas as questões de investigação. Por último, o mapa temático é a representação gráfica que, de uma forma geral, dá informação sobre os padrões de dados e a relação entre eles.

A presente investigação foi orientada tendo por base o paradigma construcionista na análise temática dos dados. Esta análise foi primeiramente dedutiva, pois a literatura consultada sobre o tema auxiliou a prática. E foi também indutiva, na medida em que os temas e códigos derivaram também dos dados obtidos através das entrevistas. Os temas foram mais semânticos, num primeiro momento, no entanto, graças ao conhecimento do enquadramento teórico e o contacto privilegiado alcançado no contexto da entrevista com os participantes, possibilitou a identificação de temas latentes.

2.2.2. Fases

A análise temática é um processo de procura, análise e anotações constantes. O/a investigador/a possui assim um papel ativo, na escrita, na anotação de *insights* e na criação de esquemas presentes desde o início da análise dos dados (Souza, 2019). Braun e Clarke (2006, 2012, 2013) definiram um conjunto de fases a seguir no processo de análise temática, ressaltando que este modelo não deve ser visto como linear, mas sim como recursivo, ou seja, não é necessário completar a fase anterior para prosseguir para a próxima.

As fases definidas por Braun e Clarke (2006, 2012, 2013) correspondem à: i) familiarização com os dados; ii) à criação de códigos; iii) à procura de temas; iv) à revisão dos potenciais temas; v) à definição e nomeação de temas; e vi) à produção do relatório.

A fase de familiarização com os dados, primeira fase da análise temática, é uma fase comum a qualquer investigação qualitativa. Esta envolve uma imersão nos dados recolhidos, neste caso nas entrevistas, através da sua leitura e releitura. Faz parte desta fase tomar nota ou destacar itens, frases ou palavras com interesse potencial. É necessário que a leitura seja ativa, analítica e crítica, de modo a não só ler os dados, mas também pensar no que eles significam.

A segunda fase, denominada fase de criação de códigos, é o início da análise sistemática dos dados através da codificação. Os códigos são a base para a criação dos temas, são eles que providenciam um rótulo para uma determinada característica potencialmente relevante dos dados. A codificação é, assim, um método analítico onde é realizada uma leitura semântica e conceptual dos dados. Esta etapa termina quando o/a investigador/a termina a leitura e codificação de todos os dados e coleta todos os códigos e informações relevantes.

É na fase de procura de temas ocorre que a análise começa a ganhar forma e se começam a mudar os códigos para temas. Um tema é um padrão coerente e significativo, relevante para a questão de pesquisa. A procura do tema é e deve ser um processo ativo. É o/a investigador/a que gera/constrói os temas, é o/a mesmo/a que tem que tomar decisões sobre como moldar os dados e analisá-los.

A quarta fase consiste na revisão dos potenciais temas. Nesta etapa é necessário refletir sobre os temas, perceber se estão alinhados com os objetivos da investigação e começar a definir a natureza individual de cada tema e a relação existente entre eles. Pode acontecer de ser necessário agrupar dois temas em um, ou dividir um tema ou até descartar determinado tema e recomeçar o processo de procura de potenciais temas.

A definição e nomeação dos temas é a fase seguinte; nesta, é necessário ter uma clara percepção sobre o que é único e específico sobre cada tema e que possa sintetizar a essência do mesmo através de um nome conciso e informativo. Idealmente os temas devem ter um enfoque singular, estarem relacionados, mas não se devem sobrepor e abordar diretamente a questão de investigação.

A sexta e última fase consiste na produção do relatório. O propósito do relatório é providenciar uma história coerente e atrativa sobre os dados baseada na análise efetuada dos mesmos.

Foi através do seguimento destes passos que foi realizada a apresentação e discussão dos resultados apresentados a seguir. Os temas que emergiram da leitura da análise foram: i) O despertar do interesse pelo universo da pornografia *online*; ii) As experiências de consumo de pornografia *online*; iii) A pornografia *online* e a dinâmica conjugal.

Capítulo III – Análise e Discussão dos Resultados

3.1. O despertar do interesse pelo universo da pornografia *online*

Os resultados apresentados no tema *O despertar do interesse pelo universo da pornografia online*, sugerem, de forma geral, a origem do interesse inicial pelo universo da pornografia *online* associada principalmente à curiosidade, à procura de novas aprendizagens sexuais e à influência dos pares.

3.1.1. A curiosidade

A curiosidade foi apontada por todos os participantes como o principal agente no despertar do interesse pela pornografia *online*. Xavier, 44 anos, conta que o despertar do seu interesse e o aguçar da sua curiosidade pela pornografia *online* se deu devido ao contacto com as revistas e filmes que existiam na altura, por volta dos seus 20 e poucos anos.

Começou pelas revistas não sei ao certo com quantos anos, mas era novo. Era o único contacto que eu conseguia ter com pornografia. Aos 20 e poucos anos tive acesso ao computador e à pornografia *online* e com o acesso facilitado aumentou o consumo. Claro que comecei a ver a pornografia online porque tinha curiosidade em perceber como era. Já tinha visto um ou outro filme e sabia que era muito mais estimulante e era uma forma de fugir à masturbação “normal”. (Xavier, homem de 44 anos, num casamento de 12 anos)

Maria, de 28 anos, e Missy, de 23 anos, referem que a curiosidade pela pornografia online foi aguçada pela interação com colegas que já consumiam esse tipo de conteúdos e comentavam sobre o mesmo, o que decorreu por volta dos seus 14 e 12 anos, respetivamente.

A primeira vez que vi pornografia *online* foi na adolescência, por volta dos 14 anos. Ocorreu devido a ouvir colegas de turma (rapazes, obviamente) a comentar nomes de certos sites e por curiosidade fui pesquisar no computador e ver do que se tratava. (Maria, mulher de 28 anos, numa relação de namoro de 1 ano)

Começou por volta dos 12 anos, devido a ouvir os meus colegas falarem sobre o tema. Fui pesquisar no computador da loja do meu pai para “matar” a curiosidade e desde aí de vez em

quando via escondida na loja do meu pai quando já ninguém estava a trabalhar. (Missy, mulher de 23 anos, numa relação de namoro de 3 anos)

Para Sehla, 25 anos, o despertar do interesse pela pornografia *online* surgiu da curiosidade num momento de confraternização com o seu namorado e um amigo comum, por volta dos seus 20 anos.

No meu primeiro contacto com a pornografia não estava sozinha, estava acompanhada, foi através do computador. Tinha cerca de 20 anos. Estava com o meu namorado da altura e o melhor amigo dele e não sei como, mas surgiu a conversa sobre pornografia e, se calhar por curiosidade, sugeri que víssemos, e ficámos os três a ver. Não foi com o intuito de nos envolvermos os três ou os dois, mas ficamos a ver. Estávamos os três a explorar essa parte. Eles acharam estranho uma rapariga ver, mas por que não? Sou um animal sexual, como eles. (Sehla, mulher de 25 anos, numa relação de namoro de 4 meses)

3.1.2. A procura de aprendizagem sexual

A procura de aprendizagem sexual foi também apontada por três participantes como principal responsável pelo despertar do interesse pela pornografia *online*, além da curiosidade. Lara, 31 anos, conta que, apesar de o primeiro contacto, aos 16 anos, estar relacionado com uma pura curiosidade, aos 17 o interesse deveu-se à procura por aprender como ocorria o ato sexual, pois planeava ter pela primeira vez relações sexuais.

A primeira vez que vi devia ter uns 16 anos, mas foi só por curiosidade, já tinha ouvido amigos falar e um dia procurei no computador, mas não achei lá muita piada. Quando comecei a namorar, com 17 anos, os rapazes falavam nisso e percebi que o meu namorado via então voltou a curiosidade. Estava também a chegar a altura de perder a virgindade então acreditei que seria bom aprender algumas coisas. (Lara, mulher de 31 anos, numa relação de namoro de 4 anos)

Yuria, 23 anos, refere que a procura por estes conteúdos estava ligada à curiosidade e ao conhecimento, assim como a uma aprendizagem individual e independente em matéria de sexo.

O que despertou foi a curiosidade em saber o que podia lá encontrar. Foi, hum, talvez aos 15 anos. As circunstâncias não me lembro, sei que estava curiosa e simplesmente procurei saber o que era. Quando ainda não começaste a tua atividade sexual é a forma mais fácil de conhecer e aprender mais sobre sexo sem precisares de perguntar aos adultos e ter uma conversa desconfortável. (Yuria, mulher de 23 anos, numa relação de namoro de 3 anos)

Carla, 23 anos, conta igualmente que a curiosidade teve uma forte influência no surgimento deste interesse por volta dos seus 15 anos. No entanto, viu apenas uma vez e só voltou a repetir o contacto com a pornografia *online* aos 18 anos, acompanhada do seu namorado e movida pela vontade de criar novas aprendizagens sexuais, tal como perceber que aspetos positivos a visualização em conjunto poderia trazer à relação.

O que despertou foi a curiosidade em saber o que podia lá encontrar. Foi, hum, talvez aos 15 anos. As circunstâncias não me lembro, sei que estava curiosa e simplesmente procurei saber o que era, só vi uma vez. Desde o primeiro contacto que tive com um vídeo desses e não surtiu nenhum efeito em mim só voltei a ver passado bastante tempo. Foi quando já namorava, mais ou menos com 18 anos, que vi com o meu namorado. Tive essa ideia com o intuito de perceber se isso ajudava em algo à relação e também porque sentia que queria aprender coisas novas. Desde aí mudaram um pouco os meus hábitos. Como tinha namorado e não estava a fazê-lo sozinha entendi melhor o efeito que podia ter sobre mim e na relação. (Carla, mulher de 23 anos, numa relação de namoro de 5 anos)

3.1.3. A influência dos pares

Por fim, foi relatada a influência pelos pares, como responsável pelo despertar do interesse pela pornografia *online*. Paulo, 22 anos, refere que o primeiro contacto de que se recorda foi aos 9 anos, através da televisão, porque adultos lhe mostraram, despertando assim o seu interesse que se manteve até aos dias de hoje.

Começou quando era mais pequeno, uns 9 anos, os adultos mostravam-me programas como o rancho das coelhinhas e às vezes via canais para adultos na televisão, e eu, ui isto é fixe, ia vendo e vendo, comecei a descobrir a vida, e pronto comecei a procurar cenas. Comecei a ver às escondidas na TV com 11 anos. A ver *online* só começou bem mais tarde, 12 anos mais ao menos já falava com os amigos e víamos todos. Pornografia mais a sério foi com 15/16 porque já tinha um computador para mim. (Paulo, homem de 22 anos, numa relação de namoro de 9 meses)

Alex, 24 anos, relata que o primeiro contacto com pornografia *online*, aos 11 anos, decorreu em conjunto com outros amigos e que, apesar de sentir que não devia ver, o fez por não se sentir à vontade em manifestar a sua indisponibilidade.

Que me lembre foi com amigos a primeira vez, vimos no computador do irmão mais velho de um deles, e só nos rimos, isto para aí aos 11 anos. Nessa altura para ser sincero, não queria muito ver aquilo porque sempre ouvi os meus pais criticarem muito cenas do género, mas como eles queriam ver não ia dizer que não, e na verdade também estava curioso. E claro mais tarde com o

meu computador comecei a ver sozinho porque gostava. (Alex, homem de 24 anos, numa relação de namoro de 1 ano)

Kevin, 19 anos, conta que o seu primeiro contacto com a pornografia *online* e o interesse por esse tipo de material, surgiu em conjunto com os amigos, por volta dos 12 anos.

Aos 12 anos comecei por ver com os meus colegas no telemóvel, nos intervalos. Começou por ser algo que víamos primeiro por curiosidade e depois por ser “fixe”. Mas depois com o tempo comecei a gostar e fazer um uso mais assíduo e com outras intenções que não ser fixe. (Kevin, homem de 19 anos, numa relação de namoro de 1 ano)

3.2. As experiências de consumo de pornografia *online*

O tema *As experiências de consumo de pornografia online* resulta da exploração, em maior profundidade e detalhe, destas experiências de consumo, tendo em conta aspetos emergentes das construções discursivas dos participantes, tais como: as motivações de consumo, o início e a evolução do consumo de pornografia *online*, o consumo por categorias e tudo o que o mesmo engloba, as variações no consumo de categorias, a influência das fases na frequência de consumo, os cuidados e receios associados e os contributos da pornografia *online* na vivência sexual individual.

3.2.1 Motivações de consumo

De acordo com os resultados apurados foram diversas as motivações de consumo de pornografia *online* elencadas pelos participantes. Foi possível identificar seis principais motivações, nomeadamente a busca intencional de prazer, a necessidade de suprir uma carência emocional, a procura de uma substituição da parceira na sua ausência, auxílio no relaxamento e para adormecer, a estimulação da fantasia e a busca intencional de aprendizagens.

3.2.1.1. A busca intencional de prazer

A busca intencional por prazer surge como uma das principais motivações de consumo referidas por todos os participantes de forma mais ou menos direta.

Como uma forma de facilitar a masturbação, torna tudo mais fácil e rápido. Para o meu prazer pessoal. (Maria, mulher de 28 anos, numa relação de namoro de 1 ano)

Utilizo para me masturbar, atingir o prazer sozinha e se calhar para concretizar e criar fantasias. (Yuria, mulher de 23 anos, numa relação de namoro de 3 anos)

Não vejo nenhum objetivo além do prazer. Se calhar também satisfazer fantasias e fetiches, mas o prazer é o principal. (Paulo, homem de 22 anos, numa relação de namoro de 9 meses)

Para mim funciona como uma ferramenta para ter prazer sexual e um entretenimento. (Alex, homem de 24 anos, numa relação de namoro de 1 ano)

Em certas alturas do mês de acordo com o calendário menstrual, em que me sinto normalmente mais excitada, uso mesmo só pra aliviar através do orgasmo. A intenção de me masturbar e ter prazer rápido, de relaxar, de esquecer coisas más. (Missy, mulher de 23 anos, numa relação de namoro de 3 anos)

Sehla, 25 anos, acrescenta ainda que a pornografia *online* lhe permite tornar a masturbação menos aborrecida através dos estímulos visuais que oferece.

Comecei depois a utilizar a pornografia sozinha devido ao aborrecimento na masturbação, e procurar estímulos mais visuais que me ajudassem a atingir o orgasmo. (Sehla, mulher de 25 anos, numa relação de namoro de 4 meses)

3.2.1.2. Suprir carência emocional

A pornografia *online* apresenta-se, para as participantes Missy, 23 anos, e Sehla, 25 anos, também como forma de suprir uma carência emocional. Ambas referem que, aquando do término de relacionamentos passados, em momentos de fragilidade emocional ou durante fases frágeis do relacionamento, a pornografia *online* surgia como forma de se descentrarem do problema em questão, aliviar a tensão e tristeza e obterem prazer.

Sinto que uso mais quando me sinto frágil emocionalmente, por exemplo chateada com o meu namorado, ou quando terminava uma relação. Era uma forma de me ajudar a não pensar nisso e sentir prazer em vez de tristeza. (Missy, mulher de 23 anos, numa relação de namoro de 3 anos)

Recordo-me que quando acabei com o meu namorado, não me apetecia ter contacto sexual comigo porque me trazia memórias de nós, acabava sempre por imaginar ou lembrar momentos com ele. A pornografia ajudava-me a centrar naquelas pessoas do vídeo e não pensar sobre o meu ex-namorado, e pensar em mim. É uma distração mental, que de alguma forma ajuda nesses momentos. (Sehla, mulher de 25 anos, numa relação de namoro de 4 meses)

3.2.1.2. A procura de uma substituição da ausência da parceira

A pornografia *online* foi referida por três participantes do sexo masculino como uma aliada na ausência das suas parceiras. Kevin, 19 anos, e Alex, 24 anos, referem que a PO os ajuda a satisfazer as suas necessidades sexuais, dado que as suas namoradas não o podem fazer por estudarem ou morarem longe. Alex acrescenta ainda que esta é uma forma de não sentir tanto a falta da parceira.

Uso mais quando não consigo satisfazer as minhas necessidades com a minha parceira porque namoramos à distância e não estou com ela as vezes que sinto que precisava. (Kevin, homem de 19 anos, numa relação de namoro de 1 ano)

E isso depois ajuda-me a lidar com a ausência da minha namorada, como não posso estar com ela satisfaço-me sozinho e ajuda-me a não sentir tanta falta dela. (Alex, homem de 24 anos, numa relação de namoro de 1 ano)

Já para Xavier, 44 anos, a ausência da parceira traduz-se na indisponibilidade da própria para ter relações sexuais. Quando tal acontece, Xavier utiliza a PO para se masturbar.

Quando tenho tempo, oportunidade de estar sozinho ou quando tenho vontade e chego a casa e a minha mulher não corresponde, tenho necessidade de ir buscar aquela satisfação. (Xavier, homem de 44 anos, num casamento de 12 anos)

3.2.1.3. Uma espécie de toma de comprimido para dormir

Para Missy, 23 anos, e Maria, 28 anos, a pornografia *online* conquista a função de auxiliar o relaxamento e o sono.

Por vezes uso quando tenho dificuldade em dormir, porque ajuda-me a aliviar o stresse do dia a dia. Sinto que o orgasmo me relaxa. (Missy, mulher de 23 anos, numa relação de namoro de 3 anos)

Mas a verdade é que há vezes que simplesmente procuro para depois adormecer porque ajuda-me a relaxar. (Maria, mulher de 28 anos, numa relação de namoro de 1 ano)

3.2.1.4. Estimular a fantasia

A procura por realizar, criar, alimentar e/ou descobrir fantasias sexuais e/ou fetiches encontra-se também explícita na maioria dos discursos dos entrevistados, tal como refere de forma bastante objetiva Sehla de 25 anos.

Ah e também com a finalidade de alimentar fantasias. (Sehla, mulher de 25 anos, numa relação de namoro de 4 meses)

Já Missy, 23 anos, completa referindo que descobriu ela própria um fetiche, palavras suas, através da pornografia *online*.

E depois realizar fetiches ou descobri-los, que também acontece. Não sabia que gostava de sexo mais “agressivo” com “chapadinhas de amor” até ver na pornografia, é um exemplo. (Missy, mulher de 23 anos, numa relação de namoro de 3 anos)

Xavier, 44 anos, Lara, 31 anos e Alex, 24 anos, acrescentam que a pornografia *online* lhes permite realizar fantasias que não conseguem ou não pretendem realizar na dita “vida real”.

Satisfação pessoal e alguma facilidade em ver e imaginar tomar contacto com gostos pessoais e com as pessoas do vídeo. Por vezes sinto aquela necessidade, imaginar a fantasia e realizá-la, já que por vezes em casa não é possível. (Xavier, homem de 44 anos, num casamento de 12 anos)

Também serve para satisfazer algumas fantasias que tenho, como fazer sexo com outra pessoa a ver, ou sexo com um rapaz mais novo. Mas são fantasias apenas da minha cabeça e que vejo ali realizadas e que não quer dizer que realmente fizesse. (Lara, mulher de 31 anos, numa relação de namoro de 4 anos)

E claro para satisfazer fantasias que na vida real não é possível. (Alex, homem de 24 anos, numa relação de namoro de 1 ano)

Já a entrevistada Carla, 23 anos, conta que utiliza a pornografia *online* de modo a estimular a fantasia em si e no parceiro.

Acho que uso mais quando não tenho outras ideias, quando sinto que a relação está muito monótona, se sinto que está a ser difícil eu atingir o orgasmo ou fazer o meu namorado atingir o

orgasmo, a pornografia é aquele empurrãozinho, para criar ambiente “espera aí, vamos ver isto”. (Carla, mulher de 23 anos, numa relação de namoro de 5 anos)

3.2.1.5. A busca intencional de aprendizagem

Diversos participantes referem a busca intencional de aprendizagem como uma das grandes razões que levam ao consumo de pornografia *online*. Carla, 23 anos, conta que foi desta forma que procurou aprender mais sobre sexo quando era mais nova. Segundo a mesma, até aos dias de hoje utiliza a pornografia *online* com o intuito de aprender coisas novas, tal como Missy, 23 anos.

Lembro me que quando era mais nova houve alturas em que achava que não ia saber fazer certas coisas e procurei aprender com os vídeos, e, como disse, por vezes ainda o faço. (Carla, mulher de 23 anos, numa relação de namoro de 5 anos)

Também já usei para aprender coisas novas para usar no sexo, acho que toda a gente “né”. E claro, tudo depende do momento de vida. (Missy, mulher de 23 anos, numa relação de namoro de 3 anos)

Os participantes Xavier, 44 anos, e Lara, 31 anos, referem os mesmos objetivos de uso que Carla e Missy, no entanto acrescentam que as aprendizagens feitas através da pornografia *online* contribuem para as suas relações conjugais.

Também utilizo para aprendizagem pessoal. Contribuiu no meu desenvolvimento sexual e na relação com a minha mulher. (Xavier, homem de 44 anos, num casamento de 12 anos)

Serve para aprender novas coisas para usar com o meu parceiro e aumentar o prazer dos dois. Serve também como escape, às vezes, dá-me algum alívio. (Lara, mulher de 31 anos, numa relação de namoro de 4 anos)

3.2.2 O processo de consumo de pornografia *online*

O consumo de pornografia *online* pode ser visto como um processo no sentido em que possui um início e uma evolução. É possível identificar nos próximos pontos que este processo de consumo é feito em função de categorias que possuem variações e a sua frequência é influenciada por fases.

3.2.2.1. Um processo de autoconhecimento

O consumo de pornografia *online* foi associado pelos participantes a um processo de autoconhecimento e descoberta. Missy, 23 anos, Xavier, 44 anos, Kevin, 19 anos e Paulo, 22 anos, referem um processo de exploração dos conteúdos de pornografia *online* que conduziu ao afunilamento da procura e à identificação dos seus interesses e também dos seus desinteresses.

Fui-me descobrindo dentro do mundo da pornografia. No começo tudo era novo então algumas coisas eram demasiado estranhas para eu ver. Com o tempo fui explorando e percebendo onde me encaixava. (Missy, mulher de 23 anos, numa relação de namoro de 3 anos)

Fui descobrindo a pornografia *online* e percebendo onde se encaixavam os meus gostos, o que gostava e o que não, quais os melhores sites e por aí a fora. (Xavier, homem de 44 anos, num casamento de 12 anos)

Foi um processo. Inicialmente via por ver por ser “cool” entre amigos, como já tinha dito, mas comecei a perceber que gostava e comecei a perceber do que mais gostava e o que estava fora de questão. Foi um crescimento pessoal também. (Kevin, homem de 19 anos, numa relação de namoro de 1 ano)

Ao longo do tempo fui descobrindo o que gosto mais, no início qualquer coisa era engraçada, era tudo novo. Depois comecei a perceber o que gostava mais e a pesquisa ficou estreita. (Paulo, homem de 22 anos, numa relação de namoro de 9 meses)

Já Sehla, 25 anos, refere que, durante o processo de exploração dos conteúdos de pornografia *online* se apercebeu da existência de conteúdos de carácter machista que não tinham êxito para si como mulher, levando-a a procurar conteúdos dotados de uma perspetiva feminista, mais direcionados para a mulher. Já dentro desse território foi descobrindo gostos ainda mais específicos.

Inicialmente não tinha noção dos *sites* e o que me fazia não gostar da pornografia é aquele conteúdo machista em que não dá, parece que há algo a fingir, isto não funciona comigo, que sou mulher. Gostava de experimentar conteúdos de áudios. Houve evolução na procura do *site* indicado mais direcionados para a mulher, por exemplo, o *ForHer tube*. É nesses *sites* que eu acabo por explorar e têm as secções, é consoante o meu apetite. Não sei se isto interessa, mas já assisti a vídeos de pornografia homossexual entre homens, por exemplo, não foi algo que fui diretamente procurar. Também fui procurando pornografia em que a mulher seja respeitada. (Sehla, mulher de 25 anos, numa relação de namoro de 4 meses)

3.2.2.2. O início e a evolução do consumo de pornografia *online*

Os participantes compartilharam detalhes sobre a história do início e evolução no consumo e frequência de consumo de pornografia *online* até ao momento. Carla, 23 anos, Maria, 28 anos, Kevin, 19 anos, Lara, 31 anos e Alex, 24 anos, referem que, ao longo do tempo, e até ao momento, a frequência de consumo de pornografia foi aumentando.

Comecei então por ver com o meu primeiro namorado, mas hoje em dia vejo sozinha se me apetecer, apesar de não ser frequente ver sozinha. Depende muito de fases, mas se fosse a fazer uma média, sozinha vejo uma vez por mês. Mas em casal ou em partilha de vídeos com amigas sou capaz de ver bem mais vezes. A frequência de uso foi aumentando, era algo que antes era capaz de me fazer confusão, custou inicialmente a aprender a usar e a sentir-me menos mal para usar. Quando era nova sentia que ainda não devia ver aquilo porque não era para a minha idade. (Carla, mulher de 23 anos, numa relação de namoro de 5 anos)

Como na altura usava o computador de casa e não queria deixar rasto, até porque tenho um irmão mais novo que também usava o computador, o consumo era reduzido, bastante. Depois, conforme apareceram os telemóveis com acesso à *Internet*, e desde que adquiri o meu, aí o consumo passou a ser muito maior, a partir dos 17 anos. (Maria, mulher de 28 anos, numa relação de namoro de 1 ano)

Comecei por ver, como disse, na escola com amigos e em casa via pouco, depois fui aumentando o consumo ao longo do tempo. Hoje em dia vejo quase todos os dias e às vezes mais do que uma vez por dia, depende da fase em que estou. Atualmente consumo sozinho, já consumi com uma ex-namorada, mas com a atual não porque sinto que é algo que a incomoda, então nem falamos sobre o assunto. (Kevin, homem de 19 anos, numa relação de namoro de 1 ano)

Começou pela tal curiosidade e pelo aprender, mas hoje em dia consumo para me masturbar, por vezes estou cansada e então é uma maneira rápida de me satisfazer e aliviar o stresse. Usava menos, mas hoje em dia uso normalmente umas duas vezes por semana, mas às vezes nem uso, depende muito. (Lara, mulher de 31 anos, numa relação de namoro de 4 anos)

Começou, como disse, por curiosidade e depois comecei a ver mais ao longo dos anos para me masturbar. Comecei por ver só de vez em quando e acho que sim, foi aumentando. Atualmente, umas 4 vezes por semana, mas depende de quando estou mais “necessitado”. (Alex, homem de 24 anos, numa relação de namoro de 1 ano)

Por sua vez, Xavier, 44 anos, Yuria, 23 anos, Missy, 23 anos e Paulo, 22 anos, contam que o consumo de pornografia *online* começou por ser de baixa frequência, atingiu um ponto máximo e diminuiu novamente.

E lá está, foi aumentando a frequência quando arranjei computador. No início via quando tinha tempo, o meu máximo foi todos os dias e atualmente penso que vejo umas três vezes por semana, é quando consigo disponibilizar algum tempo. (Xavier, homem de 44 anos, num casamento de 12 anos)

Hum. Acho que consumia muito mais quando era *teen*. Mas eu nunca tive problemas, no sentido em que se consumisse mais a minha libido com o parceiro não diminuiu. Provavelmente quando era *teen* consumia mais porque tinha mais tempo livre também. Hum, umas 3 vezes por dia. Agora, na loucura, 1 vez a cada duas semanas. Quando estou sozinha. É o único requisito. E não associo a nenhum momento ou estado. (Yuria, mulher de 23 anos, numa relação de namoro de 3 anos)

Começou por ser só de vez em quando, quando conseguia ir ao computador na loja. Mais tarde, com uns 15/16 anos comecei a ver mais vezes no meu computador. No entanto, houve uma altura há uns 2/3 anos, em que consumia quase diariamente e sentia, na verdade, falta quando não o fazia. Neste momento, e desde que decidi diminuir, vejo pouca, 1 a 3 vezes por mês, mais ou menos. (Missy, mulher de 23 anos, numa relação de namoro de 3 anos)

O mínimo que via deverá ser 0 vezes por semana e o máximo deverá ser 3 a 4 vezes por dia. Atualmente, vejo dia sim dia não. (Paulo, homem de 22 anos, numa relação de namoro de 9 meses)

3.2.2.3. O consumo de pornografia *online* por categorias

Através dos discursos dos participantes foi possível perceber que o consumo de pornografia *online* estava associado a uma procura por categorias específicas. As categorias surgem como um elemento organizador dos conteúdos de pornografia *online* agrupando vídeos e imagens do mesmo “tipo”.

3.2.2.3.1. As categorias como um guia prático e rápido

Todos os participantes de uma forma direta ou indireta referem a importância das categorias como um guia que torna as suas pesquisas mais rápidas e objetivas. É o caso dos participantes Sehla, 25 anos, Maria 28 anos, Missy, 23 anos, Alex, 24 anos e Paulo, 22 anos.

Para mim não eram preciso tantas, mas eu entendo porque não sou a única que consome, mas é muito fixe e guia-me porque, por exemplo, hoje apetece-me uma coisa mais romântica, mais exótica, por exemplo sexo *outdoor*, e, nesse sentido, sim, gosto porque me levam rapidamente àquilo que eu quero hoje. (Sehla, mulher de 20 anos, numa relação de namoro de 4 meses)

Fazem sentido pois torna a nossa pesquisa mais objetiva e menos demorada. (Maria, mulher de 28 anos, numa relação de namoro de 1 ano)

Todo o sentido porque permitem ir diretamente aquilo que procuro. (Missy, mulher de 23 anos, numa relação de namoro de 3 anos)

São importantes para organizar os conteúdos, assim conseguimos procurar o que realmente queremos e ver que opções temos. (Alex, homem de 24 anos, numa relação de namoro de 1 ano)

Fazem todo o sentido, há gostos para tudo, como a comida: tens sushi, vegetariano, etc. Está lá, escolhes o que queres, facilita a procura. (Paulo, homem de 22 anos, numa relação de namoro de 9 meses)

Já os participantes Xavier, 44 anos, Lara, 31 anos e Kevin, 19 anos, acrescentam que além das qualidades já referidas, a existência de categorias organizadoras permite explorar novos conteúdos e/ou fantasias.

Fazem sentido porque estão organizadas e depois tem imensa coisa que não tinha noção, quando penso que já vi de tudo há sempre qualquer coisa mais, e terceiro ajuda a organizar, há conteúdos que tenho maior preferência que acabo por pesquisar ali. E vejo se há ali coisas novas. O que é facto é que há pessoas para tudo. (Xavier, homem de 44 anos, num casamento de 12 anos)

Todo o sentido, torna a procura mais rápida e fácil, vejo categorias diferentes, dá para perceber o que existe de novo e explorar. (Lara, mulher de 31 anos, numa relação de namoro de 4 anos)

Fazem todo o sentido, porque ajudam-me a encontrar aquilo que quero de forma rápida e a descobrir coisas novas. Acho que a pornografia, além de satisfazer fantasias e fetiches, ajuda a criar novas fantasias e fetiches. Pode também ajudar a percebermos melhor a nossa orientação sexual. (Kevin, homem de 19 anos, numa relação de namoro de 1 ano)

3.2.2.3.2. As preferências por categorias específicas

Quando convidados a falar sobre as suas categorias preferidas, fantasias e sobre os seus atos e pormenores de eleição, os discursos dos participantes deram visibilidade a uma pluralidade de pensamentos.

Sim, tenho preferências, gosto de categorias como “*MILF*”, “*rough sex*” e às vezes, mas mais raro, “*gangbang*”. Também depende do estado de espírito. (Kevin, homem de 19 anos, numa relação de namoro de 1 ano)

Sim, tenho preferência por algumas categorias, principalmente por “*Black's*” (homens negros). E uma pornografia mais *soft*. (Maria, mulher de 28 anos, numa relação de namoro de 1 ano)

Tenho preferências, gosto de ver mulheres mais velhas, lésbicas. Muitas vezes nem vou por categorias, vou procurando, se não gosto vejo outro. É muito relativo, vejo o título vejo a imagem, parece-me interessante e vejo. (Paulo, homem de 22 anos, numa relação de namoro de 9 meses)

As coisas que mais gosto, certo tipo de posições, gemidos por parte da mulher, atributos físicos. Gosto muito também do sexo oral, acho mesmo importante existir. Também gosto de sentir que

o homem tem o controlo, é mais o meu estilo. (Alex, homem de 24 anos, numa relação de namoro de 1 ano)

Tenho preferência por vídeos de traições e sexo com parentes. E em cima quando disse que o que me atrai é a fantasia porque é algo que nunca faria na realidade. (Yuria, mulher de 23 anos, numa relação de namoro de 3 anos)

Gosto da categoria amadora e o *voyeur*. E depois atributos físicos, idade. E depois tem a ver com o estímulo que a página me dá, vou vendo as novidades que me aparecem e explorando, se gostar vejo, se não passo à frente. Procuo a questão da idade. Procuo pessoas pelos 50 anos mais ou menos ou mais velhas, mas bem conservadas. O vídeo ser amador ou *voyeur*, a mulher ser mais ativa, ter preferência por atos como o sexo oral ou a vontade de dominar a relação sexual naquele caso. Não pode ser um vídeo muito longo, 5 a 10 minutos no máximo, também gosto do início da sedução, sexo oral, alternar posições e a parte final do homem ejacular interiormente ou exteriormente, na vagina ou nádegas da mulher, não gosto tanto, mas vejo ejacular na boca ou na cara. Gosto de ver pessoas diferentes. (Xavier, homem de 44 anos, num casamento de 12 anos)

Um detalhe interessante e comum no discurso das participantes Lara, 31 anos, Sehla, 25 anos, e Missy, 23 anos, é a procura pela demonstração de prazer dos atores, do sexo feminino e masculino, como pormenor de eleição para um vídeo ser classificado como bom.

O que mais gosto de ver no momento é sexo em público, homens novinhos, e, no geral, sexo com emoção. Não gosto de vídeos em que só se vê a mulher e o pénis do homem, gosto de ver ambos e ver o prazer em ambos. (Lara, mulher de 31 anos, numa relação de namoro de 4 anos)

Mesmo quando o homem é dominante e ela mais submissa, mas nota-se que ela está a gostar, eu gosto e dá-me prazer. Homens negros, massagens, sexo ao ar livre, românticas, eróticas. (Sehla, mulher de 25 anos, numa relação de namoro de 4 meses)

Tenho preferência por sexo intenso, por vezes dá-me prazer assistir ao dito "*rough sex*", mas preciso sentir que está a ser feito com consentimento e vontade. Mais recentemente também comecei a ver categorias como "*threesome*" ou "*stepdad*" ou "*stepmom*". (Missy, mulher de 23 anos, numa relação de namoro de 3 anos)

Apenas Carla, 23 anos, referiu não ter preferências específicas, referindo que isso depende do momento e da pessoa com quem partilha.

Não tenho preferência, depende do momento e de com quem partilho. Há tanta diversidade e tanta procura por mais, mais, mais que isto não é nada mais do que uma maneira pra ir de encontro à especificidade daquele cliente. (Carla, mulher de 23 anos, numa relação de namoro de 5 anos)

3.2.2.3.3. A preferência pela realidade dentro da fantasia

Duas participantes, Carla, 23 anos, e Lara, 31 anos, destacam a importância da semelhança à realidade dentro da fantasia para obterem prazer com a visualização de pornografia *online*.

Gosto de sentir os atores a gostar daquilo, se não nem tem piada, gemer por gemer ou fazer por fazer não gosto, parecem robôs, alguns. (Lara, mulher de 31 anos, numa relação de namoro de 4 anos)

O que mais procuro é realidade, quanto mais real, melhor. Tudo o que tem muita encenação ou em que os atores tenham corpos demasiado exagerados, botox, homens traçados, etc., eu não gosto. Por exemplo, um filme como o *50 Shades of Grey*, não sei se se considera pornográfico, eu não considero, mas isso já gosto, agora vídeos pornográficos com historinhas falsas não, gosto de sentir que aquela situação podia mesmo estar a acontecer. (Carla, mulher de 23 anos, numa relação de namoro de 5 anos)

3.2.2.3.4. A evolução das preferências

Quando questionados acerca da mudança ou evolução das suas preferências os discursos dividiram-se entre aqueles que viram as suas preferências se transformarem a longo do tempo e da experiência, e aqueles, em menor número, que se mantiveram fiéis ao mesmo leque de preferências. Yuria, 23 anos e Maria, 28 anos, afirmam que as suas preferências se mantiveram as mesmas desde que perceberam o que realmente as agradava.

Manteve-se igual. (Maria, mulher de 28 anos, numa relação de namoro de 1 ano)

Hum, não mudaram com o tempo. Só aprendi o que gostava de ver. (Yuria, mulher de 23 anos, numa relação de namoro de 3 anos)

Em contrapartida, Xavier, 44 anos, Kevin, 19 anos, Alex, 24 anos, Carla, 23 anos, Laura 31 anos e Missy, 23 anos referem que ao longo do tempo os seus interesses e preferências foram se modificando.

Sim, ao longo do tempo as preferências mudaram, mas nada de especial, continua mais ou menos dentro do mesmo registo, acho eu. (Lara, mulher de 31 anos, numa relação de namoro de 4 anos)

Xavier, 44 anos, e Kevin, 19 anos, acrescentam que atualmente procuram conteúdos que antes pensavam nunca consumir.

Sim, mudaram até mesmo com o crescimento, o gosto de agora não é o mesmo que aos 20 e poucos. Há determinados conteúdos que antes eu diria que não ia gostar e agora com o passar da idade gosto. (Xavier, homem de 44 anos, num casamento de 12 anos)

Sim, as minhas preferências foram mudando; antes achava que nunca ia gostar de ver sexo em grupo e orgias e hoje em dia é algo que vejo, às vezes. (Kevin, homem de 19 anos, numa relação de namoro de 1 ano)

Alex, 24 anos, e Carla, 23 anos, destacam os estados de espírito como uma influência na mudança do tipo de conteúdo pornográfico que escolhem consumir.

As minhas preferências dependem do estado de espírito, estou sempre a ver coisas novas, gosto de ver por atriz em vez de por categoria. Neste momento vejo uma em especial porque gosto da maneira que ela faz sexo, como age e, claro, o aspeto físico importa. Os meus gostos estão sempre a mudar, depende da altura da vida também. Mas acho que é normal já que há tanta novidade todos os dias, nunca se esgota. (Alex, homem de 24 anos, numa relação de namoro de 1 ano)

Eu tenho muitas fases, há coisas que nunca vou gostar, acho que já vi um bocadinho de tudo, às vezes gosto de rabos outras vezes de outras coisas, para mim tem muito a ver com o “*mood*” do dia. Não há uma categoria que seja a ser a minha preferida, vou mudando. (Carla, mulher de 23 anos, numa relação de namoro de 5 anos)

Missy, 23 anos, aponta o aborrecimento como um fator que provoca a mudança das suas preferências ao longo do tempo.

Sim, vão mudando, aborreço-me de ver sempre os mesmos temas, já explorei muita coisa, até sexo homossexual, por exemplo, quer de mulheres, quer de homens. O mais importante nos vídeos é a intensidade, sentir que os atores estão a ter realmente prazer, e gosto de ver também o prazer no homem, porque em alguns vídeos o homem mal aparece e não gosto disso. (Missy, mulher de 23 anos, numa relação de namoro de 3 anos)

3.2.2.3.5. A observação de limites ao consumo

Ao longo da narrativa dos participantes foi possível perceber que, durante o consumo de pornografia *online* existem limites e barreiras impostas pelos mesmos em relação ao que assistem. Para Maria, 28 anos, e Sehla, 25 anos, é importante sentir que existe um consentimento por parte da mulher e respeito pela mesma, caso contrário não assistem a esse tipo de conteúdo.

Sempre preferi vídeos em que o homem é dominante. Mas sempre respeitando minimamente a mulher. Quando vejo que aquilo é uma autêntica violação deixo de ver, é o meu limite. (Maria, mulher de 28 anos, numa relação de namoro de 1 ano)

Há vídeos que não dão a sensação de consentimento, e apesar de eu saber eu eles estão a fazer o vídeo com consentimento, há alturas em que eu não sei, ou quando sinto que a mulher pode não ter aceitado isso, por exemplo bater nas mamas que não me dá prazer nenhum ou outras coisas que pareçam não dar prazer aquela mulher eu corto o vídeo logo. (Sehla, mulher de 25 anos, numa relação de namoro de 4 meses)

Yuria, 23 anos, e Paulo, 22 anos, referem que certas categorias, atos e atores, são evitadas e vistas com desagrado.

Tem categorias para todos os gostos. Há algumas que não consigo entender, desde sadomasoquismo ou os vídeos que fazem querer que é pornografia infantil, mas é uma pessoa adulta etc. Mas também tenho a minha opinião dividida. Não sei se esses vídeos incentivam a pedofilia ou se apenas ajudam a "diminuir" o desejo dos mesmos. Não sei, é uma discussão muito grande para mim, mas evito ver. (Yuria, mulher de 23 anos, numa relação de namoro de 3 anos)

Mas se calhar, deixa-me pensar, não gosto de travestis, nem de mulheres feias de cara, isso para mim importa. Não gosto de ver homens velhotes, acho nojento, não gosto de pelos e assim. Não me estou a lembrar de mais nada. (Paulo, homem de 22 anos, numa relação de namoro de 9 meses)

Para Xavier, 44 anos, ver pornografia *online* com atrizes a partir dos 30 anos é um limite que escolhe não ultrapassar, pois sente que relaciona atrizes mais jovens a possíveis filhas e não parceiras amorosas.

Ver sexo com raparigas de 20 e poucos anos, por mais que goste e está ali aquele ideal de beleza, não tenho grande interesse, podia ser pai delas. (Xavier, homem de 44 anos, num casamento de 12 anos)

3.2.2.4. Variações no consumo de categorias

Dentro do universo de categorias de pornografia *online* existentes é possível identificar, de acordo com os participantes, diferentes intensidades. A maioria dos participantes confirma a necessidade de, ao longo do tempo, procurar categorias dotadas de maior intensidade, ou as chamadas categorias *hardcore*. Sehla, 25 anos, Missy, 23 anos, Lara, 31 anos, e Kevin, 19 anos, referem isto mesmo nos seus discursos.

Sim, a curiosidade por categorias mais "intensas" foi aumentando, por exemplo, a parte do conteúdo homossexual entre dois homens, começou por uma curiosidade e desenvolvi depois um interesse por isso. Em relação a "threesomes" é algo que já explorei, mas não me puxa tanto

interesse porque o papel da mulher me parece ainda não ser bem respeitado, ou se calhar nunca encontrei um bom vídeo. (Sehla, mulher de 25 anos, numa relação de namoro de 4 meses)

Sem dúvida que sim, no início via categorias mais suaves, como porno amador, hoje sinto muitas vezes necessidade de procurar coisas mais diferentes e mais intensas. Houve uma altura que via categorias mesmo agressivas e com as quais não concordava, em que a mulher parecia até “sofrer e isso fazia-me sentir mal comigo mesma porque não ia de encontro aos meus princípios, e por essa razão passei a pôr regras pra mim mesma. (Missy, mulher de 23 anos, numa relação de namoro de 3 anos)

Sim, se calhar para o sexo em público que traz mais alguma adrenalina ou com alguém a ver. Antes eram categorias que achava mais fora do normal e “pesadas”, não sei explicar, mas hoje vejo com normalidade, a sexualidade está muito diferente. (Lara, mulher de 31 anos, numa relação de namoro de 4 anos)

Sim, acho que é normal. Mas sinto necessidade de ver coisas mais fortes de vez em quando, digamos assim. (Kevin, homem de 19 anos, numa relação de namoro de 1 ano)

Paulo, 22 anos, Carla, 23 anos e Alex, 24 anos, acrescentam que a necessidade de conteúdos mais intensos surge associada à necessidade que a pornografia *online* cria de procurar sempre “mais e melhor”.

Isto é simples, quem disser que não foi aumentando em intensidade é porque está a mentir, ou não vê muito, ou melhor não vê quase nada. O natural é uma pessoa procurar mais e melhor e isso implica aumentar a intensidade para estimular mais. (Paulo, homem de 22 anos, numa relação de namoro de 9 meses)

Há coisas eu dizia: “que nojo, nunca vou ver isto ou fazer isto” e hoje vejo e adoro. Sem dúvida que foram aumentando. Até porque acho que é um pouco um estímulo de um vício, tu vais sempre querendo mais e mais e chega a um ponto que se continuares sempre no mesmo aquilo não te vai excitar, é só mais do mesmo. Vais criando uma necessidade de mais e de melhor. (Carla, mulher de 23 anos, numa relação de namoro de 5 anos)

Acho que sim, às vezes vejo conteúdos mais pesados que no início não via e achava que nem faziam sentido, mas acho normal e deve ter também a ver com o facto de existirem muitas novidades, uma pessoa quer sempre ver mais e o que víamos começa a parecer que não é suficientemente bom. (Alex, homem de 24 anos, numa relação de namoro de 1 ano)

Apenas Xavier, 44 anos, e Maria, 28 anos, referem não ter sentido de procurar conteúdos mais intensos ao longo das suas experiências de consumo de pornografia *online*.

Não, já vi alguns vídeos *hardcore* para tomar conhecimento, mas não é das minhas preferências. Concentro-me naquilo que gosto porque não tenho a tarde toda para pesquisar. (Xavier, homem de 44 anos, num casamento de 12 anos)

Acho que não, mantenho-me naquelas preferências. Tudo o que seja mais "agressivo" deixa de me excitar e então nem vejo. (Maria, mulher de 28 anos, numa relação de namoro de 1 ano)

3.2.2.5. A influência das fases na frequência de consumo

Durante a análise das construções discursivas dos participantes, foi possível perceber que existe uma relação entre determinadas fases de vida ou acontecimentos e a frequência de consumo de pornografia *online*. A maioria dos entrevistados relaciona o aumento na frequência de consumo a fases menos positivas do relacionamento ou ao término de relacionamentos. Sehla, 25 anos, conta que relaciona o fim da relação com o ex-namorado a um período de consumo mais frequente de pornografia *online*, pois estes conteúdos lhe serviam como “distração mental”.

Depende das fases, há alturas em que vejo mais, outras que menos, outras que nem vejo. Mas ao longo do tempo fui criando um à-vontade para utilizar. Lembro-me que acabei com o meu namorado, não me apetecia ter contacto sexual comigo para não me trazer memórias, mas ao usar pornografia ajudava-me a centrar naquelas pessoas e não pensar sobre o meu ex-namorado e pensar em mim. É uma distração mental. (Sehla, mulher de 25 anos, numa relação de namoro de 4 meses)

Paulo, 22 anos, de forma semelhante a Sehla, sentiu o seu consumo de pornografia *online* aumentar aquando do término da sua relação e relaciona esse aumento a sentir-se mais “debilitado/carente”.

Tive PC aos 14/15 e ia vendo, mas acho que a frequência não mudou muito, é por fases. Desde essa idade sempre namorei, e mesmo namorando via, mas se calhar não com tanta frequência. Quando namoro vejo menos, mas não quer dizer que seja muito menos, depende da altura. Não sei explicar ao certo qual é a fase, mas sei que é por fases. Lembro-me que acabei com a minha namorada e nessa altura é que se calhar via mais, se calhar não via para me satisfazer, se calhar estava mais emocionalmente debilitado / carente. (Paulo, homem de 22 anos, numa relação de namoro de 9 meses)

Missy, 23 anos, relaciona, por sua vez o aumento do consumo de pornografia aos momentos mais difíceis da sua relação.

Os momentos em que mais via era mesmo quando estava mal com o meu namorado. (Missy, mulher de 23 anos, numa relação de namoro de 3 anos)

Lara, 31 anos, conta que costuma utilizar mais conteúdos pornográficos *online* quando sente que a relação precisa de novos estímulos de modo a quebrar a monotonia.

Quando a relação com o meu parceiro está mais “acesa” sinto que uso menos, quando está mais “apagada” acho que uso mais para também aumentar a minha imaginação e usar com ele de modo a reacender a chama (risos). (Lara, mulher de 31 anos, numa relação de namoro de 4 anos)

Alex, 24 anos, liga o consumo mais elevado de pornografia *online* à necessidade de suprir necessidades biológicas e emocionais na ausência da sua namorada e também aos momentos em que naturalmente se sente mais excitado.

Se calhar mais quando não consigo estar tantas vezes com a minha namorada porque ela estuda longe e também há vezes que me sinto mais excitado que o normal e simplesmente me apetece. (Alex, homem de 24 anos, numa relação de namoro de 1 ano)

Maria, 28 anos, contrariamente à maioria dos participantes, associa o maior consumo de pornografia *online* aos momentos em que se sente mais amada e desejada. Relaciona também às fases do ciclo menstrual em que naturalmente se sente mais excitada.

Depende muito das semanas e da minha vontade de me masturbar. Há semanas que é quase todos os dias e outras que só 2, outras que nem consumo. Creio estar relacionado com o meu ciclo menstrual e com a vontade de fazer sexo, talvez. Nunca pensei muito nisso, mas se me sentir bem, amada e desejada creio que consumo mais. (Maria, mulher de 28 anos, numa relação de namoro de 1 ano)

3.2.3. A observação de cuidados e receios

Durante o processo de entrevistas todos os participantes expressaram algum tipo de cuidado aquando da utilização de pornografia *online*. Acabaram também por identificar alguns receios associados ao consumo deste tipo de material.

3.2.3.1. Os cuidados

Os cuidados referidos por quase todos os participantes referem-se à utilização de navegadores anónimos. Estes navegadores não criam registo de dados como: o histórico de navegação, *cookies* e dados de *sites* a que se teve acesso, o *login* efetuado em páginas ou redes sociais, informações inseridas em formulários e permissões concedidas a *sites* visitados, tornando assim a navegação em *sites* de pornografia *online* anónima e percebida como mais segura. Carla, 23 anos, Xavier, 44 anos, Alex, 24 anos, Missy, 23 anos e Kevin, 19 anos, referem a utilização do navegador anónimo e a

particularidade de utilizarem sempre o telemóvel para aceder a sites de pornografia *online*.

Sempre em navegação anónima no *iPhone*. O meu namorado é informático e diz-me para o fazer, e eu sigo os conselhos, só não sei porquê (risos), mas sei que é por segurança em relação à *internet*. (Carla, mulher de 23 anos, numa relação de namoro de 5 anos)

Sim, vejo sempre no telemóvel e modo de navegação anónima, evito ao máximo deixar o rasto, de *pop-ups* e assim, desligo tudo quando acabo de utilizar. (Xavier, homem de 44 anos, num casamento de 12 anos)

Acho que não, só o normal de usar o *Chrome* com navegador anónimo no telemóvel. (Alex, homem de 24 anos, numa relação de namoro de 1 ano)

Sim, utilizar sempre no navegador anónimo no telemóvel e sair da página ao terminar, penso sempre que assim estou mais segura. (Missy, mulher de 23 anos, numa relação de namoro de 3 anos)

Não, só ponho o telemóvel em navegador anónimo. (Kevin, homem de 19 anos, numa relação de namoro de 1 ano)

Sehla, 25 anos, e Paulo, 22 anos, também utilizam o navegador anónimo, no entanto, preferem utilizar o *iPad* e o computador, respetivamente para aceder aos conteúdos de pornografia *online*.

Só uso o *iPad*, e só tenho o safari e uso o modo de navegação anónimo. Tapo sempre a câmara por receio da *internet* em si. Não mando “*nudes*”, nunca mandei nem mandarei. (Sehla, mulher de 25 anos, numa relação de namoro de 4 meses)

Navegador anónimo do *Google Chrome*. 90% o computador e 10% o telemóvel. (Paulo, homem de 22 anos, numa relação de namoro de 9 meses)

A participante Yuria, 23 anos, refere que os únicos cuidados que tem são utilizar o telemóvel e não clicar em publicidades potencialmente maliciosas.

Oh sim, uso o telemóvel e sempre usei o mesmo *site*, e tento não clicar em publicidades, nunca se sabe em que *site* podemos ir parar. (Yuria, mulher de 23 anos, numa relação de namoro de 3 anos)

Maria, 28 anos, por sua vez refere como único cuidado o desligar da página no final do consumo.

Sinceramente não. Utilizo o meu telemóvel, tem código e ninguém acede. Apenas tenho o cuidado de sair sempre da página antes de me desligar da *net* de forma a se aceder não aparecer logo aquela página. De resto nada mais. (Maria, mulher de 28 anos, numa relação de namoro de 1 ano)

3.2.3.2. Os receios

Foram expostos pelos participantes durante as suas construções discursivas dois grandes receios associados ao consumo de pornografia *online*, nomeadamente, o ser descoberto e o viciar-se.

3.2.3.2.1. Ser descoberto

O receio de ser descoberto associa-se ao medo de que alguém, que não os mesmos, acesse os seus históricos ou dispositivos e veja as suas pesquisas. Paulo, 22 anos, Xavier, 44 anos, Kevin, 19 anos, Alex, 24 anos e Missy, 23 anos, partilham do mesmo receio.

Também receio que alguém me veja a ver, me apanhe ou veja o histórico. (Paulo, homem de 22 anos, numa relação de namoro de 9 meses)

Já me aconteceu de ajudar pessoas conhecidas com algo no telemóvel ou computador e encontrar esse tipo de páginas abertas. Não gostaria que me acontecesse isso, acho que é inapropriado e é um medo que tenho. Também uso *sites* que considero seguros por essa razão. (Xavier, homem de 44 anos, num casamento de 12 anos)

Por exemplo, que algum familiar ou a minha namorada mexa no telemóvel e veja aquilo. Acho que é algo pessoal. (Kevin, homem de 19 anos, numa relação de namoro de 1 ano)

Alex, 24 anos, chega a referir que alguém ver aos conteúdos de pornografia *online* que o mesmo consumiu, seria o mesmo que o verem a masturbar-se.

Escusado é dizer o porquê não é... não quero que ninguém veja, era como se me vissem a masturbar. (Alex, homem de 24 anos, numa relação de namoro de 1 ano)

Missy, 23 anos, acrescenta ao receio de ser descoberta, o receio dos perigos inerentes à *Dark Web*.

Já vi documentários sobre a *Dark Web* e coisas do género e isso assusta-me muito. E, claro, não quero que ninguém veja o meu histórico por acaso. (Missy, mulher de 23 anos, numa relação de namoro de 3 anos)

3.2.3.2.2. Viciar-se

O receio de criar um vício pelo consumo de pornografia *online* também se apresenta como um receio por parte de alguns entrevistados. Missy, 23 anos, conta já ter sentido efeitos semelhantes a um vício quando consumia pornografia diariamente. A participante relata necessidade de ver caso contrário tinha dificuldade para dormir. Missy refere ainda que sentiu efeitos negativos na relação devido a essa necessidade crescente e que cessou a visualização de pornografia *online* por algum tempo de modo a “perder” o vício.

Já senti que se estava a tornar um vício quando via diariamente, porque sentia necessidade de ver e, quando não via, tinha dificuldade a dormir. Cheguei a ver durante o dia também, ou seja, mais que uma vez por dia, e percebi que não me fazia bem a mim nem à relação. Cheguei a um ponto em que me proibi de ver por uns tempos, e melhorou, agora vejo de vez em quando, mas tento sempre não fazer disso um consumo regular porque tenho receio que essa necessidade volte a acontecer e traga os efeitos negativos que teve. (Missy, mulher de 23 anos, numa relação de namoro de 3 anos)

Kevin, 19 anos, refere o receio de “não conseguir controlar” o consumo de pornografia *online*, que é algo associado ao estímulo de um vício.

Sim, já tive receio de, por ver pornografia tantas vezes, não saber “controlar” este consumo. Porque quando vejo mais sinto que tenho ainda mais vontade de ver. Às vezes também penso se isso pode interferir na minha vida sexual, mas sinto que até agora não aconteceu. (Kevin, homem de 19 anos, numa relação de namoro de 1 ano)

Paulo, 22 anos, receia que a pornografia *online* se possa tornar um vício por já ter assistido a casos em que tal aconteceu.

Não, é assim o único receio, já pensei nisso, mas longe de mim, sei lá vejo aí filmes de ficarem viciados, mas passo perfeitamente bastante tempo sem ver. Mas o balanço geral é positivo. (Paulo, homem de 22 anos, numa relação de namoro de 9 meses)

Por fim, Yuria, 23 anos, admite que este receio surge durante a sua adolescência, em que consumia mais que uma vez por dia, quando um professor partilha o caso de

homens chineses que apenas conseguiam atingir o orgasmo através da pornografia. Isto levou a que Yuria diminuísse, desde aí a frequência do seu consumo.

Lembro de um professor que viajava muito, uma vez dizer que na China os homens já não conseguiam atingir o orgasmo com um parceiro porque estavam acostumados a fazer isso sozinhos. E aí acho que meio que fiquei assustada e tentei reduzir. (Yuria, mulher de 23 anos, numa relação de namoro de 3 anos)

3.2.4. Contributos da pornografia *online* na vivência sexual individual

3.2.4.1. Significado(s) atribuído(s) à pornografia *online*

Quando convidados a falar sobre o significado que atribuem à pornografia *online*, os discursos dos participantes deram visibilidade a uma pluralidade de pensamentos muito pouco semelhantes entre si. Para Maria, 28 anos, é simplesmente “algo” que utiliza para atingir o orgasmo, todos os outros efeitos e benefícios são colaterais.

Não significa muito. Basicamente é algo que consumo para chegar ao final feliz mais depressa quando estou só ou então para relaxar. Não a vejo de outra forma. Eventualmente que aprenda ou veja algo que depois queira experimentar, mas nunca é essa a finalidade (Maria, mulher de 28 anos, numa relação de namoro de 1 ano)

Paulo, 22 anos, acrescenta apenas, em relação ao depoimento de Maria que as aprendizagens que retira são importantes e positivas.

Significa ajudar-me a ter prazer sozinho, tem tudo o que se possa imaginar, há de ter algo que a gente gosta. Fez-me aprender muita coisa, se não fosse isso quando é que eu ia saber como eram as coisas, acho que é bem positivo. (Paulo, homem de 22 anos, numa relação de namoro de 9 meses)

Para Carla, 23 anos, a pornografia *online* não tem grande significado, considera-a como um meio para atingir um fim (orgasmo) e um brinquedo sexual.

Acho que não existe muito mais significado do que é a pornografia, são vídeos pornográficos, mas se tivesse que dar um propósito eu considero um meio para atingir um fim, é como um brinquedo sexual, não é como um parceiro sexual porque não envolve sentimento, mas é um instrumento. É material que usas para facilitar atingir um orgasmo. (Carla, mulher de 23 anos, numa relação de namoro de 5 anos)

Já Missy, 23 anos, dá à pornografia *online* um significado de “bom e mau”, referindo que possui aspetos positivos porque trás empoderamento e autoconhecimento em relação ao próprio corpo e ao sexo, mas também pode ser negativo, no sentido que se pode tornar um vício.

É algo bom e mau, trás empoderamento por nos ajudar a conhecer o nosso corpo, por nos permitir darmos prazer a nós mesmas, por nos fazer sentir que “aprendemos” novas posições e técnicas para agradar o parceiro; no entanto, pode também ser mau no sentido em que pode criar uma mini dependência. (Missy, mulher de 23 anos, numa relação de namoro de 3 anos)

Kevin, 19 anos, conta que a pornografia *online* tem um significado importante para si pois ajuda-o a satisfazer as suas necessidades sexuais na ausência da parceira.

Neste momento tem um significado importante na minha vida; como disse ajuda-me a ter prazer, satisfazer as minhas necessidades e aguentar a distância em relação a minha parceira e isso já é muito. (Kevin, homem de 19 anos, numa relação de namoro de 1 ano)

Por último, Sehla, 25 anos, dá a pornografia *online* um significado mais complexo. Para ela além do auxílio no orgasmo, as novas aprendizagens e o estímulo da fantasia, a pornografia *online* permite-lhe a desconstrução de determinadas crenças e a normalização de determinadas coisas. A participante dá o exemplo de que, antes do consumo de pornografia *online* não entendia o quão devia ser responsável pelo seu próprio prazer no contacto com o outro.

É um orgasmo mais rápido, consigo ter mais num menor espaço de tempo, não é tanto a qualidade. É uma ajuda para pensar em posições novas. Alimenta e cria fantasias que espero concretizar. A nível pessoal, e enquanto mulher, trouxe-me alguma desconstrução sobre determinadas crenças. Apesar de até ter sido criada num ambiente bastante livre, onde se falava de sexo, não se falava de masturbação, a sociedade pôs-me determinadas crenças e eu não entendia o quão devia ser responsável pelo meu próprio prazer em contacto com o outro. Por exemplo, posso utilizar a masturbação durante o ato a dois e isso não tem problema e também foi a pornografia que me ajudou nisso. De uma forma indireta, antes punha a responsabilidade do meu prazer só no outro. A pornografia ajuda a normalizar certas coisas e no meu autoconhecimento. (Sehla, mulher de 25 anos, numa relação de namoro de 4 meses)

3.2.4.2. A necessidade de quebrar um tabu

Como é de conhecimento geral, o consumo de pornografia *online* é ainda um assunto evitado socialmente. Maria, 28 anos, Yuria, 23 anos e Kevin, 19 anos, referem nos seus discursos a necessidade de normalizar o consumo de pornografia *online* e de falar mais abertamente sobre o tema.

O consumo de pornografia para mim é algo natural e acho que devia ser mais visto como tal. (Maria, mulher de 28 anos, numa relação de namoro de 1 ano)

Yuria, 23 anos, acrescenta que a pornografia não devia ser vista como “uma coisa de homens”, pois na sua opinião toda a gente vê ou já viu, e o sexo deve ser normalizado.

Não vejo com maus olhos. Acho que até devia de ser normalizadas especialmente entre mulheres. Não é uma coisa de homens, mas de todos, e acho que é pouco falada. Foi como te disse, acho que devia de ser mais normalizada porque eu acredito que quase toda a gente vê ou já viu, mas cá fora opina ou vê com maus olhos. Ou até diz que nunca viu e que é nojento. Sexo de nojento não tem nada (quase tudo pelo menos). Acho que também devia de ser legalizada. (Yuria, mulher de 23 anos, numa relação de namoro de 3 anos)

Kevin, 19 anos, afirma ainda que sente que o assunto da pornografia *online* é mais discutido entre jovens rapazes do que por pessoas mais velhas e raparigas.

Eu sinto que a pornografia auxilia a minha vida sexual e enriquece-a. Acho que aumenta o meu com conhecimento e experiência. Apesar de ser um assunto ainda muito tabu e que afeta muitas pessoas, é tão ou mais natural do que muitos assuntos discutidos no dia a dia. Acho que a maioria das pessoas que conheço utiliza, mais que não seja como fonte de aprendizagem. Acho que entre nós rapazes jovens se fala mais sobre isso, mas os mais velhos e as raparigas nem tanto. (Kevin, homem de 19 anos, numa relação de namoro de 1 ano)

3.2.4.3. Pornografia *versus* Realidade

Algumas participantes relataram a importância da capacidade de distinguir a pornografia *online* da realidade. Maria, 28 anos, Carla, 23 anos e Missy, 23 anos além de relatar essa importância, destacam outros aspetos importantes. Carla refere que para as pessoas mais jovens a capacidade de abstração entre o que é real e fictício é mais difícil. Maria que quando iniciou a sua vida sexual ficou surpreendida ao perceber que a

realidade era diferente dos vídeos que assistia e que reconhece que as imagens são muitas vezes trabalhadas com vista à perfeição, que na realidade não é possível. Por sua vez, Missy acrescenta que na sua adolescência criou algumas inseguranças ao comparar o seu corpo com os corpos que via na pornografia *online* e concorda que deveriam ser abordados e explicados temas como a pornografia *online* aos mais jovens.

É positivo, não acho que existam pontos negativos, não acho que me prejudica em nada, não acho que me tenha traumatizado ou chocado em nada, mas também depende muito da capacidade da abstração do que é real e do que é pornografia *online*, nem toda a gente consegue ter esse discernimento, principalmente os mais novos acredito eu. (Carla, mulher de 23 anos, numa relação de namoro de 5 anos)

Ao início talvez tenha tido influência na minha visão sobre o sexo, mas depois com a maturidade percebi que aquilo nem sempre é real, aquilo é trabalhado para correr bem, para nada falhar. Ainda me lembro que quando comecei a fazer sexo e aconteciam algumas coisas que nem sempre estavam nos filmes fiquei surpreendida. Mas faz tudo parte do crescimento. (Maria, mulher de 28 anos, numa relação de namoro de 1 ano)

No início sim, porque achava que o sexo era algo completamente diferente do que realmente é, mas com a idade e maturidade fui percebendo que nem tudo que aparece nos filmes é realidade e acho que nos deviam explicar isso mais novos. Também numa altura da adolescência mexeu com as minhas inseguranças pois achava que aqueles corpos eram o melhor e o objetivo a alcançar, mas hoje em dia lido bem com isso. (Missy, mulher de 23 anos, numa relação de namoro de 3 anos)

Lara, 31 anos, reconhece também a importância de reconhecer as diferenças entre a pornografia *online* e a realidade. Além disso refere que, na sua adolescência o facto de assistir conteúdos de pornografia *online* de carácter machista levou a que incorporasse algumas crenças irreais como: a mulher deve agradar o homem e realizar todos os atos que lhe dão prazer e que a estimulação do clitóris não era importante. Acrescenta por fim que a maturidade a ajudou a desconstruir estas crenças.

Positiva em geral, sinto que traz benefícios a minha vida sexual quer pessoal quer de casal. Só acho que aos 17 anos pode ter influenciado um pouco a forma como via o sexo, a pornografia ainda tem algumas características machistas e irreais que não gosto, e na altura achei que era normal, que a mulher devia agradar o homem e fazer tudo o que ele gosta e que por exemplo a estimulação do clitóris não devia ser algo importante, já que mal aparecia no que eu via. Mas claro com o tempo e a maturidade fui-me apercebendo que a realidade é bastante diferente da pornografia. (Lara, mulher de 31 anos, numa relação de namoro de 4 anos)

3.2.4.4. O balanço da experiência de consumo de pornografia *online*

Quando foi pedido aos participantes que fizessem um balanço da própria experiência de consumo de pornografia *online*, o balanço foi, de forma geral positivo, como se pode observar nos discursos de Alex, 24 anos, Xavier, 44 anos, Carla, 23 anos, Sehla, 25 anos, e Maria, 28 anos.

Em geral é positivo, acho que a pornografia pode auxiliar nas relações, no sentido em que permite inovar e no meu caso permite “aguentar” a distância dela (namorada). Ajuda no nosso bem-estar individual porque permite obter prazer onde e quando nos apetece. Negativamente penso que só o aspeto que falei em relação a insatisfação. (Alex, homem de 24 anos, numa relação de namoro de 1 ano)

É um contexto que existe como muitos outros. A experiência é positiva no sentido que quando me apetece vejo o que quero ver quando quero ver, há alturas que preciso ver mais que outras e aquilo está sempre disponível. Não esperava aos 40 anos ser consumidor de pornografia, mas de facto faz parte da minha vida quando me apetece vejo e seleciono aquele tempo, fico saciado e ponto final. (Xavier, homem de 44 anos, num casamento de 12 anos)

Na minha vida só trouxe vantagens, aprendizagens, ajudou-me a aprender e perceber melhor algumas coisas, a melhorar-me como mulher e perceber os meus gostos. Serve para te inspirar, para te pôr no “*mood*”, para ajudar a atingir o orgasmo, ajuda a desligar o racional e estar mais no sexual, desligar dos meus problemas. Naqueles dias que não estou para aí virada e o meu namorado quer, uso para me ajudar a entrar no clima. E claro para inovar, trazer novidade e fugir à rotina. (Carla, mulher de 23 anos, numa relação de namoro de 5 anos)

Não encontro nenhum aspeto negativo no uso de pornografia. (Sehla, mulher de 25 anos, numa relação de namoro de 4 meses)

O consumo de pornografia é algo que considero natural, algo que me faz bem, esteja ou não numa relação. É algo que me permite ter conhecimento de novidades, que me incentiva a ser melhor sexualmente, algo que me satisfaz e me dá o poder de me sentir bem sozinha. (Maria, mulher de 28 anos, numa relação de namoro de 1 ano)

3.2.4.5. A emergência de um novo tipo de pornografia *online*

Dois participantes, Carla, 23 anos e Xavier, 44 anos, referem a ideia de que uma nova “espécie” de pornografia *online* está a surgir. No caso, referem o nome da plataforma *Onlyfans* que disponibiliza um serviço por assinatura em que os criadores de conteúdo podem ganhar dinheiro de outros utilizadores que assinem o seu conteúdo. Xavier refere que diversas mulheres se dirigem a si pelas redes sociais partilhando *links*

diretos para os seus perfis na plataforma *Onlyfans* de modo a venderem *online* o seu conteúdo pornográfico.

Não sei se o *Onlyfans* se considera pornografia *online*, mas para mim é a nova pornografia. (Carla, mulher de 23 anos, numa relação de namoro de 5 anos)

Agora com a questão da pandemia acho que se criaram mais *sites*, até novos *sites* através das redes sociais. Sinto que agora usam muito as redes sociais para vender material pornográfico. Recebo muitas mensagens de meninas que mandam *links* diretos para o *Onlyfans* e assim onde cobram os serviços, e acaba por se escolher uma menina e ver os conteúdos delas é interessante. Nunca utilizei por ser um serviço pago, mas tenho curiosidade. (Xavier, homem de 44 anos, num casamento de 12 anos)

3.3. A pornografia *online* e a dinâmica conjugal

O tema *A pornografia online e a dinâmica conjugal* refere-se às descrições de cada participante sobre o impacto que a pornografia *online* têm na dinâmica conjugal. Os resultados obtidos neste tema foram divididos em três subtemas que surgiram das descrições dos participantes e que identificam a pornografia *online* como um estímulo para a comunicação, uma fonte de inovação e como causa de algumas dificuldades.

3.3.1. Um estímulo para a comunicação

Ao longo da narrativa dos participantes foi possível verificar que vários relatavam que conversarem com os seus parceiros sobre o próprio consumo de pornografia *online* traz benefícios para a relação. Sehla, 25 anos, Paulo, 22 anos e Lara, 31 anos, referem que conversar sobre estes consumos, além de melhorar a comunicação entre eles, permite a cada um partilhar os seus gostos particulares.

Falar sobre porno acho que cria uma ponte de comunicação para perceber o que eu gosto e o que o meu namorado gosta no sexo, e gosto de falar sobre isso com a pessoa com quem me relaciono, acho importante que a gente possa falar abertamente de sexo. (Sehla, mulher de 25 anos, numa relação de namoro de 4 meses)

Em todas as relações foi tema de conversa, falávamos se víamos ou não, às vezes até víamos em conjunto. Falávamos do que gostamos e não gostamos e isso é positivo para a relação. (Paulo, homem de 22 anos, numa relação de namoro de 9 meses)

Ele sabe que eu vejo e ele também vê, e já vimos juntos algumas vezes, foi interessante (risos). Sinto que falamos muito abertamente sobre estas coisas, e acho isso bom. (Lara, mulher de 31 anos, numa relação de namoro de 4 anos)

Maria, 28 anos, e Carla, 23 anos, acrescentam que, além dos benefícios referidos pelos outros participantes, conversar sobre os conteúdos de pornografia *online* consumidos melhora também a intimidade e confiança nos seus relacionamentos, respetivamente.

Se interfere é de forma positiva. Ambos somos consumidores. Ambos partilhamos experiências e comentamos o que vimos e o que gostamos. Às vezes até dá para brincar com estes assuntos. Acho que melhora a nossa comunicação como casal e, claro, melhora a nossa intimidade porque aprendemos a agradar um ao outro e a nós mesmos. O autoconhecimento ajuda a nossa relação. (Maria, mulher de 28 anos, numa relação de namoro de 1 ano)

E ajuda-nos a descobrir, estou-me a lembrar que no início, o pretexto, o motivo pelo qual eu comecei a ver e nós começámos a ver, foi precisamente para descobrirmos melhor o que cada um gostava; então isso pode significar que nos ajudou como casal a entender o que cada um mais gosta. E o facto de falarmos sobre isso e não termos em segredo acho que fortifica a relação e aumenta a confiança entre nós, não há constrangimentos entre nós. (Carla, mulher de 23 anos, numa relação de namoro de 5 anos)

3.3.2. Uma fonte de inovação

Quase todos os participantes referiram que a pornografia *online* se assumia como uma fonte inovação dentro da dinâmica conjugal. Paulo, 22 anos, Kevin, 19 anos e Missy, 23 anos, referem que o consumo de pornografia *online* lhes permite retirar novas ideias de posições, métodos, formas de estar e fazer para posteriormente poderem experimentar com os/as seus/suas parceiros/as.

Um aspeto positivo permite-me ter ideias novas, experimentar coisas novas. Foi assim que aprendi como é uma vagina e a fazer certas coisas. (Paulo, homem de 22 anos, numa relação de namoro de 9 meses)

Acho que ajuda na criação de fantasias como já disse, ajuda a ter ideias novas em termos de novas posições, novos métodos e assim apimentar a relação. (Kevin, homem de 19 anos, numa relação de namoro de 1 ano)

Por outro lado, sentia também que melhorava a nossa relação sexual porque tinha vontade de levar as novas ideias e fantasias para realizar com ele, e ele acabava sempre por gostar quando isso acontecia. Mas claro que ele não associava que fosse através da pornografia que eu tirava as ideias. (Missy, mulher de 23 anos, numa relação de namoro de 3 anos)

Xavier, 44 anos, refere que a pornografia *online* lhe permitiu adquirir novas aprendizagens e desenvolver a sua forma de estar no sexo que posteriormente transmitiu e ensinou à sua parceira.

Interferiu positivamente no sentido que tem a parte pedagógica não só para mim. Ajudou a desenvolver a forma de estar e de fazer na relação sexual e trouxe coisas novas que também tento transmitir para a minha esposa, ela parece que não liga muito a isto (sexo), faz e aprendeu algumas coisas, mas não se importa tanto quanto eu. (Xavier, homem de 44 anos, num casamento de 12 anos)

Os participantes Carla, 23 anos, Yuria, 23 anos, Sehla, 25 anos, Lara, 31 anos e Alex, 24 anos, referem que, a exploração e experimentação de novas ideias, posições, métodos e formas de estar ajuda o casal a quebrar a monotonia e a rotina e também a que cada um conheça melhor os próprios gostos e os do outro.

A interferir é só positivamente, negativamente nunca. Ajuda porque quebra a monotonia, num dia em que eu esteja menos inspirada ou que estejamos mais monótonos, mais desgastados um do outro mais cansados da relação em termos físicos é um escape, uma fonte de inspiração. (Carla, mulher de 23 anos, numa relação de namoro de 5 anos)

Hum se tiver alguma influência será positiva porque incentiva a experimentar coisas novas e sair da rotina. (Yuria, mulher de 23 anos, numa relação de namoro de 3 anos)

Na minha primeira relação chegámos a falar em sexo tântrico porque víamos nos vídeos, mas não estávamos bem em sintonia. Chegámos a experimentar e nisso a pornografia ajuda porque permite explorar e aprender novas coisas. Ajuda a trazer novidade à relação, novas posições, novas “técnicas”. (Sehla, mulher de 25 anos, numa relação de namoro de 4 meses)

Acho que é natural interferir visto que o que vejo é o ato de maior intimidade que tenho com o meu parceiro. Interfere porque nos ajuda a pensar em coisas novas e sair da rotina, permite-nos experimentar e perceber o que cada um gosta e se dá para tornar esses momentos ainda mais prazerosos. (Lara, mulher de 31 anos, numa relação de namoro de 4 anos)

Positivamente sim porque aprendo coisas novas e novas formas de agradar a minha parceira e a mim mesmo. Às vezes vejo coisas e repito com ela ou peço-lhe certas coisas que vi. Ajuda a sair da rotina e mesmice. (Alex, homem de 24 anos, numa relação de namoro de 1 ano)

3.3.3. As dificuldades

Além dos benefícios do consumo da pornografia *online* na dinâmica conjugal relatados nas descrições dos participantes, foram também admitidas algumas dificuldades. Paulo, 22 anos, e Missy, 23 anos, relatam dificuldades em atingir o orgasmo com o parceiro devido ao consumo de pornografia *online*. Paulo associa essa

dificuldade ao facto de que, quando consome pornografia *online* muito frequentemente, sente que só se consegue satisfazer com esse tipo de conteúdo. Missy por sua vez, conta que o facto de ver muito frequentemente esses conteúdos, a fazia pensar no que assistia durante o ato sexual, e que isto, de alguma forma, criava um sentimento de culpa e um crescendo de pensamentos, pois o seu parceiro não aceitava estes consumos, que não lhe permitiam atingir o orgasmo.

Sim, de duas formas. Por um lado, quando consumia regularmente sentia mais dificuldade em atingir o orgasmo com o meu parceiro, mas por outro sentia mais vontade de fazer sexo, não sei explicar. Acho que o que depois acontecia é que estava a fazer amor com ele e lembrava-me da pornografia que tinha visto, sentia-me culpada por estar a pensar naquilo num momento íntimo sabendo que ele não aceita e parece que aqueles pensamentos todos me bloqueavam e não me permitiam atingir o orgasmo. Vendo menos não sinto tanto que isso aconteça. (Missy, mulher de 23 anos, numa relação de namoro de 3 anos)

Sim, já interferiu positiva e negativamente. Uma pessoa quando está a ver imenso, vê muito, muito, depois só se consegue satisfazer com aquilo e fica mais difícil com a pessoa, mas depois vai ao sítio, paras de ver um bocado e vai ao sítio. (Paulo, homem de 22 anos, numa relação de namoro de 9 meses)

Kevin, 19 anos, e Missy, 23 anos, referem alguma dificuldade na comunicação acerca do consumo de pornografia *online* com os seus parceiros. Kevin demonstra uma vontade não correspondida de poder conversar sobre esses consumos com a namorada, perceber quais os seus gostos e provavelmente partilhar os dele. Missy, sente um grande desconforto por ter que mentir ao seu parceiro acerca da sua utilização de pornografia *online* e, sente que o facto de não terem abertura para abordar o tema impacta na intimidade conjugal.

Negativamente penso que não. Se calhar gostava de poder falar mais sobre isso com ela para também perceber o que ela gosta, mas como a deixa desconfortável não faço questão. (Kevin, homem de 19 anos, numa relação de namoro de 1 ano)

Acho que o facto de ele condenar o uso de pornografia na relação e de eu ter que lhe mentir também não ajudava. Sinto que o mentir não me deixa confortável, e também acho que não termos essa abertura para conversar faz-me sentir que não somos assim tão íntimos, não sei se entendes o que estou a querer dizer. (Missy, mulher de 23 anos, numa relação de namoro de 3 anos)

Por sua vez, Xavier, 44 anos e Alex, 24 anos, relatam que o facto de consumirem pornografia *online* gera muitas vezes expectativas que dificilmente correspondem à

realidade. Xavier conta que já tentou realizar certos atos que visualizou e não correram como o esperado, concluindo que é necessário saber equilibrar as expectativas. Já Alex conta que por vezes gostaria de experimentar certas coisas, no entanto a parceira não se mostra receptiva. Refere ainda que já tentou experimentar algo que tinha visualizado e isso desagradou a namorada.

A parte negativa tem a ver com as fantasias, às vezes eu quero fazer isto ou aquilo, experimentar o que vi, e se calhar gostava que em casa fosse igual e não é. Negativamente é isto, não é nada profundo, mas é um equilibrar das expectativas que são criadas, nunca corre como se vê na pornografia. A realidade é diferente. Queremos fazer igual em casa e as coisas não saem bem e é normal não é. (Xavier, homem de 44 anos, num casamento de 12 anos)

Negativamente só me passou pela cabeça se o facto de ver determinados conteúdos não podia trazer alguma insatisfação por não poder fazer certas coisas com a minha namorada porque ela não gosta. Já aconteceu de estar a ver e lembrar-me de certas coisas que vi, tentei experimentar e ela não gostou e perguntou-me se tinha visto aquilo no porno, eu disse que não mas foi (risos). Ela não gosta de saber que eu vejo pornografia, então é um assunto sensível. (Alex, homem de 24 anos, numa relação de namoro de 1 ano)

Por fim, Lara, 31 anos refere que o facto de assistir a pornografia *online* e saber que o seu parceiro também assiste, já a levou a sentir alguma insegurança, segundo ela não demasiado significativa, em relação ao seu corpo.

De negativo só me recordo que já senti alguma insegurança ao pensar nos temas que ele via e se procurava meninas novas ou com atributos que não tenho, mas é algo que não me atormenta só passa pela cabeça. Depois eu penso, então, mas eu também vejo e nem por isso o comparo, aquilo é ficção. (Lara, mulher de 31 anos, numa relação de namoro de 4 anos)

3.4. Discussão dos resultados

Uma vez apresentados os discursos proferidos pelos participantes, no que concerne ao despertar do interesse pelo universo da pornografia *online*, os resultados deram visibilidade a diversas compreensões que só a análise qualitativa poderia permitir. A grande dos participantes apontou o fator curiosidade como um dos principais agentes no despertar do interesse pela pornografia *online*. Curiosidade essa que surge por diversas razões, tais como o contacto com revistas e filmes com conteúdos pornográficos, a interação com colegas que já consumiam pornografia *online* e a simples vontade de explorar esse tipo de conteúdos. Tal vai de encontro ao que é

referido por Ševčíková & Daneback (2014) que avançam que a curiosidade é o motivo que primeiramente conduz à procura de conteúdos de pornografia *online* quer por homens quer por mulheres. Também Bóthe et al. (2021) concluíram que a curiosidade é uma das principais razões para esses consumos.

A procura por novas aprendizagens sexuais foi também apontada por algumas participantes como razão para o despertar do interesse pela pornografia *online*. É interessante o facto de que as participantes que referiram esta razão como principal, eram todas do sexo feminino. Também Ševčíková & Daneback (2014) referem esta como uma das principais razões que conduz as mulheres, em especial, ao consumo de pornografia *online*. Duas das participantes referem, inclusive, a pornografia *online* como a primeira forma de aprendizagem sexual que tiveram, chegando uma delas a referir que esta era a melhor forma de aprender sobre sexo. Baumel et al (2019) também identificaram a pornografia *online* como a primeira fonte de aprendizagem sobre as práticas sexuais e descobertas sobre si mesmo, o próprio corpo e o do outro.

A influência por parte dos pares foi a terceira razão mais referida para o despertar do interesse pela pornografia *online*. Os três participantes que o referiram são do sexo masculino, um deles refere que o despertar pelo interesse em pornografia *online* surgiu porque, em tempos, outros adultos lhe mostraram esse tipo de conteúdos e, mais tarde, por comentários com os amigos. Outros dois participantes referiram ainda que este interesse surgiu da influência dos seus amigos. Um deles referiu que apesar de sentir que não devia ver aquele tipo de conteúdo, o fez por não se sentir à vontade em manifestar a sua indisponibilidade, demonstrando indiretamente sentir uma pressão exercida pelos pares. Dawson et al. (2019) concluíram que o *bullying* e a pressão exercida pelos pares previu significativamente os níveis iniciais de utilização de pornografia, sustentando que a aceitabilidade da pornografia e da importância das experiências sexuais pode ser um fator motivador para o consumo de pornografia mais precoce e em maior quantidade. Esta influência dos pares é superior quando os sujeitos se encontram a meio da adolescência, pois nesta fase o desejo de ser popular e aceite é exacerbado e, muitas vezes, entre os jovens rapazes, o consumo de pornografia é visto como uma demonstração de masculinidade e de poder (Dawson et al., 2019). Conforme descrito na literatura, a pornografia *online* estava, inicialmente associada a um público-alvo quase exclusivamente masculino (Martinez, 2009). Apesar de, hoje, cada vez mais mulheres assistirem a este tipo de conteúdos (Dwulit & Rzymiski, 2019; Marshall &

Miller, 2019), tal pode também ajudar a justificar que o tema da pornografia *online* seja mais facilmente discutido, comentado e normalizado entre homens. A idade do primeiro contacto dos participantes com a pornografia *online* foi em média aos 15 anos. Foi possível perceber que a idade média do primeiro contacto dos participantes do sexo masculino foi aos 13/14 (13.75) anos e das mulheres foi aos 15/16 (15.33) anos. Na literatura é referido por diversos autores que o primeiro contacto com a pornografia é, por norma, mais precoce nos homens do que nas mulheres (Harper & Hodgins, 2016; Martins, 2017; Popovic, 2011), o que vai de encontro aos dados obtidos com os participantes do presente estudo.

As experiências de consumo de pornografia *online* foram exploradas em maior profundidade tendo em conta aspetos emergentes das construções discursivas dos participantes. Um desses aspetos refere-se às motivações que conduzem ao consumo deste tipo de conteúdo. Foram 6 as principais motivações referidas pelos participantes, nomeadamente, a busca intencional de prazer, uma forma de suprir carência emocional, a procura de uma substituição da ausência da parceira, um auxílio para dormir e relaxar, estimular a fantasia e a busca intencional de aprendizagem. A busca intencional de prazer mostrou ser uma das principais motivações de consumo referidas por todos os participantes de forma mais ou menos direta, fazendo alguns deles referencia à facilidade e rapidez na masturbação que a pornografia *online* permite. Ševčíková e Daneback (2014), avançam que as motivações que levam ao consumo de pornografia *online* ao longo da idade passam de uma procura por curiosidade para uma procura em busca de excitação sexual e masturbação, o que vai de encontro com os discursos dos participantes que apresentam um despertar do interesse pela pornografia *online* devido a curiosidade e uma busca atual por esses conteúdos para obter prazer sexual. Outros autores também relatam que a pornografia *online* é utilizada como forma de obtenção rápida de satisfação sexual e prazer (Baumel et al., 2019; Fernandes, 2019).

Outra razão elencada para o uso de pornografia *online* foi a necessidade de suprir algum tipo de carência emocional. Os participantes referem que, aquando do término de relacionamentos, em momentos de fragilidade emocional e durante fases frágeis dos seus relacionamentos, a pornografia *online* surgia como uma forma de se descentrarem do problema em questão, focando-se nos vídeos que estavam a ver, aliviarem a tensão e tristeza e obterem prazer. Isto vai de encontro ao relatado por Hesse e Floyd (2019) que concluíram nos seus estudos que a pornografia é utilizada por alguns

indivíduos como mecanismo de *coping* para a desconexão social. Isto porque verificaram que os participantes desse mesmo estudo, quando sentiam algum tipo de falta e/ou deficiência de afeto recorriam à pornografia de modo a diminuir o sentimento de solidão e criar relações parassociais com os personagens representados na pornografia, o que criava uma espécie de escape mental da sua real situação e trazia um alívio momentâneo. Outros autores também referem que pornografia é muitas vezes utilizada como forma de gratificação imediata e forma de evitar confronto de problemas e lidar com sentimentos dolorosos (Palazzolo & Bettman, 2020).

Alguns participantes referiram que utilizavam pornografia *online* com o objetivo de substituir a ausência da parceira. Dois dos participantes que o referiram encontram-se distantes das parceiras pois estas estudam em cidades diferentes. Revelaram ainda que a utilização de pornografia *online* os ajuda a mitigar a distância e a falta das companheiras, assim como a satisfazer as suas necessidades sexuais. Outro participante referiu que a ausência da parceira o impede de ter relações sexuais, o que torna a pornografia a substituta ideal para obter prazer sexual através da masturbação. Isto relaciona-se de alguma forma com o relatado acima por Hesse e Floyd (2019), no sentido em que a pornografia ajuda os participantes a diminuir o sentimento de solidão, distancia e saudade, tornando-se uma espécie de mecanismo de *coping*. Popovic (2011) acrescenta que os homens, em particular, fazem uso da pornografia quando se sentem solitários e frustrados sexualmente.

O estimular da fantasia como motivação para o consumo de pornografia *online* foi relatada por diversos participantes, indo de encontro do relato de alguns autores (Baumel et al., 2019, Bóthe et al. 2021; Daskalopoulou & Zanette, 2020). A pornografia *online* demonstra ser, para os participantes, uma fonte de alimentação, criação e descoberta de fantasias, por vezes secretas, semelhante aos dados obtidos por Gaspar e Carvalheira (2012), Popovic (2011) e Ševčíková e Daneback (2014). Alguns participantes revelaram que a pornografia *online* lhes dá a oportunidade de realizar fantasias que não conseguem concretizar com os/as seus/suas parceiros/as ou mesmo que não pretendem realizar na vida real como referem dois participantes. Daskalopoulou e Zanette (2020), num estudo realizado apenas com mulheres, identificaram que muitas participantes assistiam a conteúdos pornográficos com os quais não se identificavam e não pretendiam reproduzir na vida real, utilizando estes conteúdos apenas como uma forma de exploração sexual e de satisfação de fantasias. Tal vai de encontro ao que foi

relatado por alguns participantes do sexo feminino e masculino deste estudo. Uma participante referiu, inclusive, que a pornografia *online* a ajuda a estimular a fantasia em si e no parceiro servindo como auxílio à interação sexual entre ambos, aspeto que é também referido na literatura (Kohut, Fisher & Campbell, 2016).

Outra razão elencada para a procura de pornografia *online* foi a busca por novas aprendizagens sexuais para utilizar nas interações sexuais com os/as seus/suas parceiros/as. Alguns participantes relataram que as aprendizagens feitas através da pornografia beneficiam a relação e aumentam o prazer entre ambos. Kohut, Fisher e Campbell reportam, numa investigação realizada em 2017, a relação entre a pornografia e a procura por aprendizagens sexuais por parte dos seus utilizadores com o objetivo de aperfeiçoamento das técnicas sexuais. Os participantes desse estudo relacionam o aperfeiçoamento a sexo de maior qualidade com os/as parceiros/as (Kohut, Fisher & Campbell) o que coincide com o relatado pelos participantes da presente investigação. Baumel et al (2019) referem que as mulheres têm maior tendência à procura por aprendizagem sexual associada à vontade de agradar o/a parceiro/a e incrementar a relação de alguma forma, e efetivamente a maioria dos participantes que refere esta procura é do sexo feminino, no entanto, um deles é do sexo masculino.

O consumo de pornografia *online* foi ainda identificado, no presente estudo, como um processo de autoconhecimento e autodescoberta pessoal. Os participantes referiram que a exploração dos conteúdos de pornografia *online* lhes permite identificar os seus interesses e preferências sexuais e também aquilo que não lhes interessa/agrada dentro do universo da sexualidade, aspeto referido também na literatura (Baumel et al., 2019). Este autoconhecimento conduz, conseqüentemente, a um afinamento das suas buscas por conteúdos pornográficos online.

Foi descrito por todos os participantes a existência de uma evolução no consumo de pornografia *online* em termos de frequência. Uma parte dos entrevistados referiu que, ao longo do tempo, a frequência de consumo foi aumentando progressivamente desde o seu início até ao momento o que vai de encontro ao descrito por Palazzolo e Bettman (2020) que, nos seus estudos, também constataram a necessidade do aumento de uso de pornografia ao longo do tempo e/ou a necessidade de ver formas mais extremas de conteúdos pornográficos para obter a mesma quantidade de prazer. Outra parte conta que o consumo de pornografia *online* foi aumentando progressivamente até atingir um ponto máximo e, posteriormente diminuiu até à frequência atual. Alguns participantes

que relataram este acontecimento, apontaram razões tais como a diminuição do tempo disponível para realizar esse tipo de consumo e a decisão própria devido a receios de consumir compulsivamente este tipo de conteúdos. Tal coincide com as conclusões de Palazzolo e Bettman (2020). Dos participantes que compartilharam a frequência atual de consumo de pornografia *online* é possível afirmar que os homens consomem com maior frequência que as mulheres, o que corrobora os dados relatados na literatura (Gomes et al., 2018); no entanto, é necessário ter em conta que nem todos os participantes compartilharam dados sobre a frequência exata de consumo e que 60% dos participantes do presente estudo são do sexo feminino e 40% do sexo masculino.

No presente estudo foi perceptível a existência de uma relação entre determinadas fases da vida e a frequência de consumo de pornografia *online*. Dois participantes relataram que o término de relacionamentos amorosos levou ao aumento da procura pela pornografia *online*, alegando que estes conteúdos lhes serviam como uma espécie de distração mental e também porque auxiliavam nos momentos de maior carência emocional, sendo que esta última razão já foi acima referida como uma das principais razões para a procura de pornografia *online*. Palazzolo e Bettman (2020) identificaram a utilização de pornografia como forma de gratificação imediata e de evitar o confronto com problemas e lidar com sentimentos dolorosos, explicação que pode, porventura, aplicar-se aos participantes do presente estudo e que intensificaram o consumo de pornografia *online* aquando do término das suas relações afetivas ou vivência de dificuldades relacionais. Outros aspetos associados ao aumento da frequência do consumo de pornografia *online* foram a necessidade de quebrar a monotonia com o parceiro, e para isso utilizaram mais pornografia *online* e em conjunto, a necessidade de suprir necessidades biológicas e emocionais associadas à ausência do/a parceira ou necessidades biológicas associadas ao período menstrual.

Os *sites* de pornografia *online* encontram-se organizados por categorias (Fesnak, 2016). Através dos discursos dos participantes foi possível perceber que o consumo que fazem de pornografia *online* está associado a uma procura específica por estas categorias. Todos os participantes, de uma forma direta ou indireta, referiram a importância das categorias como um guia que torna as suas pesquisas mais rápidas e objetivas. Os entrevistados deram visibilidade a uma pluralidade de categorias pelas quais têm preferência. Dois participantes evidenciaram a importância das sugestões dadas pelo *site* na escolha dos vídeos a visualizar. Um detalhe interessante e comum no

discurso de três participantes do sexo feminino foi a procura pela demonstração de prazer por parte dos atores participantes do vídeo, como pormenor de eleição. Esta constante novidade e procura, igualmente constante, por novos conteúdos é também referida na literatura (Romero, 2019). Não é de admirar, portanto a diversidade de categorias referidas pelos participantes como as suas favoritas (e.g., “MILF”, “rough sex”, “gangbang”, “Black’s”, “amadora”, “voyeur”, “threesome”, “stepdad”, “stepmom”, etc.).

Duas participantes destacaram ainda a importância da semelhança à realidade nos conteúdos pornográficos para obterem prazer com a visualização dos mesmos, salientando que atos demasiado teatrais e exagerados (e.g., gemidos exagerados, atos robóticos), corpos demasiado trabalhados ou sujeitos a demasiadas cirurgias plásticas tornam um vídeo menos atrativo, muito provavelmente porque trazem inseguranças devido à impossibilidade de tornar real o que é observado (Baumel et al., 2019). Esta necessidade de procurar conteúdos mais reais, em que os gemidos não sejam percebidos como exagerados, os atos menos robóticos e os corpos, pelo contrário, aparentem uma maior naturalidade, pode estar associada ao facto, já referido por Martinez (2009) e Sun et al. (2014), de que a pornografia *mainstream* está muito associada a atos que, muitas vezes, não traduzem o real prazer feminino e em que a maioria das imagens, atrizes e atos estão destinados a causar a maior excitação possível a um público-alvo masculino.

Em relação à evolução no tempo das preferências por categorias, dentro do universo da pornografia *online*, foi possível perceber a existência de dois grupos. Um grupo menor referiu que as suas preferências apenas evoluíram e/ou mudaram até ao momento em que encontraram aquilo que lhes agradava ver, e a partir daí se mantiveram dentro desses conteúdos. O segundo grupo, com maior expressão, referiu que, ao longo do tempo, as suas preferências se foram alterando e acrescentaram variáveis como o estado de espírito, idade e o aborrecimento como fatores desencadeantes desta alteração de preferências.

Foi também possível perceber que os participantes, durante as suas experiências de consumo de pornografia *online*, foram impondo limites e barreiras ao consumo de determinados conteúdos. Duas participantes referiram valorizar a percepção do consentimento e prazer por parte da mulher envolvida na prática sexual para avançarem com a visualização de um vídeo de pornográfico. Outros participantes referiram categorias específicas (e.g., percepção da ausência de consentimento por parte das

atrizes, encenação de pornografia infantil, *BDSM* etc.) e características dos atores que levam à troca de vídeo (e.g., pelos públicos, atores de idade demasiado avançada ou demasiado jovens, atores/atrizes trans, etc.). Vasic (2013) refere que, dentro do universo da pornografia *online*, existem diferentes intensidades que oscilam entre o *softcore* (em que a interação sexual pouco ou nada explícita) e o *hardcore* (em que a interação sexual é totalmente explícita e pode ir desde, por exemplo, o sexo amador a categorias ainda mais intensas como sexo violento, *gangbangs*). A maioria dos participantes afirmou que, ao longo do tempo, sentiu necessidade de procurar por categorias com conteúdos mais intensos. Diversos participantes chegaram a referir que é a pornografia *online* em si que cria esta necessidade por procurar “mais e melhor” para obterem a mesma “quantidade” de excitação sexual e prazer, podendo desenvolver-se como um vício. Também foi referida a curiosidade como um fator impulsionador da exploração destas categorias mais intensas. Um aspeto referido por diversos participantes foi que, com o passar do tempo, certas categorias de maior intensidade que antes lhes desagradavam ou causavam repugnância passaram a ser envaradas com normalidade. Apenas dois participantes referiram que não sentiram, nem sentem necessidade de ver categorias de maior intensidade. Esta necessidade de escalada para novos e mais intensos conteúdos pornográficos foi referida na literatura (Romero, Palazzolo & Bettman, 2019, 2020). Romero (2019) refere que a pornografia *online*, principalmente em vídeo, tem a capacidade de provocar maior excitação sexual, uma ereção mais sustentada e uma ejaculação mais rápida. Segundo o autor, tal acontece uma vez que a pornografia *online* traz novidades constantes de conteúdos sexuais que estimulam o sistema de recompensa cerebral que, por sua vez, incentiva os comportamentos compulsivos e tem o potencial de criar uma dependência. Romero (2019) refere que a exposição repetida a pornografia *online* aumenta o desejo da constante novidade, referida pelos participantes, e cria também um aumento da tolerância que conduz à necessidade de escalada para novos e mais intensos estímulos sexuais para provocar a mesma excitação e prazer sexual. Estes sintomas são na verdade, sintomas semelhantes a dependências químicas, a um vício (Romero, 2019). Também Palazzolo e Bettman (2020) e Alárcon et al. (2019) relatam nas suas investigações uma sensação de dependência, vício e incapacidade para parar o consumo semelhantes às descritas por indivíduos consumidores de substâncias aditivas. Um número importante de participantes do presente estudo assumiu o receio de se viciar no consumo de pornografia *online*. Curiosamente, os participantes que partilharam este receio tiveram os seus primeiros contactos com a pornografia *online* em tenra idade e já

tiveram ou têm consumos de pornografia *online* de frequência elevada. Tal vai de encontro ao referido por Romero (2019) que afirma que o risco de dependência é tanto maior quanto maior for a frequência de consumo e quanto menor for a idade de início de consumo de pornografia *online*. Foram também relatados pelos participantes sintomas como insónia resultante da não visualização de pornografia *online* e receio de não conseguir controlar o próprio consumo. Três participantes relataram que, apercebendo-se das propriedades aditivas da pornografia *online* e dos seus próprios comportamentos, decidiram parar o consumo por algum tempo ou obrigaram-se a si próprios a consumir menos, como forma de diminuir a sensação de dependência e os efeitos que dela advém. O método de cessação completa do consumo de pornografia *online* é referido por Park et al. (2016) e por Romero (2019), como um método eficaz, comparativamente à abordagem psicofarmacológica, na intervenção do consumo problemático de pornografia *online*. Não é consensual no mundo científico a comparação do consumo de pornografia *online* a uma dependência equiparada às drogas, pois alguns autores consideram que existe ainda fundamentos insuficientes para tal (AASECT, 2018; Alarcón et al., 2019; Dwulit & Rzymiski, 2019; McNabney, Hevesi & Rowland, 2020).

Outro receio referido pelos participantes foi o de serem descobertos. A maioria dos participantes partilhou o receio de que as suas fantasias mais secretas e as suas pesquisas sejam descobertas, o que significaria o rompimento do anonimato e privacidade que a pornografia *online* promete (Cooper, McLoughlin & Campbell, 2000). Para que tal não aconteça, referiram ter cuidados especiais e que consistem no fechar de todas as janelas de navegação quando terminam o consumo e na utilização do modo de navegação anónimo, na eliminação do histórico de navegação e de cookies, do *login* efetuado em páginas ou redes sociais, informações inseridas em formulários e permissões concedidas a *sites* visitados, tornando assim a navegação em *sites* de pornografia *online* anónima e percebida como mais segura. A maioria dos entrevistados referiu utilizar o telemóvel para o consumo de pornografia *online*.

Foi referida pelos participantes a emergência de um novo tipo de pornografia *online*, no caso, referem a plataforma *Onlyfans*, que tem conquistado terreno dentro do universo da pornografia *online*. É também mencionada a utilização das redes sociais para a divulgação da venda de conteúdos pornográficos nessa plataforma. Também na literatura foram encontradas evidências desta nova forma de comercialização de pornografia *online* e do seu sucesso (Nixon & Lourdes, 2021).

Ao investigar as implicações do consumo de pornografia *online* na dinâmica conjugal, foi possível perceber a existência de benefícios, mas também de algumas dificuldades. A pornografia *online* foi apontada pelos participantes que conversam abertamente sobre o tema com os/as seus/suas parceiros/as, como um estímulo importante e positivo para a comunicação entre casal. De acordo com as suas experiências, a discussão sobre este tema permite uma melhor percepção acerca do que cada uma das partes gosta e pretende que aconteça no ato sexual, ou seja aumenta o próprio autoconhecimento e o do casal. Três dos participantes que relataram este estímulo positivo na comunicação de casal visualizam, por vezes, pornografia *online* em conjunto com os/as seus/suas parceiros/as. A literatura sustenta o que foi relatado pelos entrevistados. Kohut, Fisher e Campbell (2017), por exemplo, referem que o consumo de pornografia *online* possibilita o aumento da comunicação sexual com o/a parceiro/a, principalmente quando o consumo é feito em conjunto. Os autores também referem que esta é uma forma positiva de autoconhecimento assim como do casal (Baumel et al., 2019; Kohut, Fisher & Campbell, 2016). Em linha com tais possibilidades, os participantes do presente estudo referiram que, ao exporem ao/à parceiro/a as suas preferências e as suas objeções, conhecem-se melhor entre si e isso promove a abertura à experimentação, tornando o ato sexual mais prazeroso para ambos conforme referem Kohut, Fisher e Campbell (2016) e Minarcik, Wetterneck e Short (2016).

Algumas participantes sublinharam que o facto de falarem abertamente sobre pornografia *online* origina uma percepção de maior intimidade e confiança entre o casal. Kohut, Fisher e Campbell (2016) e Minarcik, Wetterneck e Short (2016) sustentam que o consumo de pornografia *online*, quando utilizado pelo casal e/ou com conhecimento de ambos pode contribuir para a maior intimidade entre as partes. Os autores acrescentam que a diminuição na intimidade e comprometimento tende a ocorrer quando o consumo deste tipo de material é feito individualmente, e que quando o consumo é feito pelo casal o efeito é o contrário. Os mesmos autores relatam ainda que indivíduos numa relação afetiva que utilizam pornografia individualmente descrevem além da menor intimidade e comprometimento, também uma menor satisfação sexual comparativamente a indivíduos que não consomem pornografia. Os casais que consomem com pouca frequência relatam uma maior satisfação sexual e menos efeitos negativos do que os que consomem com maior frequência. Os autores colocaram duas hipóteses para a existência destes resultados, uma hipótese é que casais com menor

intimidade e comprometimento podem optar por ver pornografia *online* sozinhos enquanto os que tem mais intimidade escolhem ver acompanhados ou se abster destes consumos. Outra hipótese é que o consumo repetido de pornografia pode levar a mudança nos interesses sexuais do indivíduo e a um aumento do desejo de novos estímulos (Minarcik, Wetterneck & Short, 2016).

O consumo de pornografia *online* mostrou ser, para a maioria dos entrevistados, uma importante fonte de inovação dentro do relacionamento. Muitos referiram-se a estes conteúdos como uma fonte de novas ideias sobre posições, métodos e fantasias sexuais que os inspiram para as relações sexuais com os/as seus/suas parceiros/as. E associam a utilização destas novas ideias à quebra da rotina e monotonia da relação, que, por sua vez, gera um aumento na satisfação sexual. Baumel et al. (2019) e Kohut, Fisher e Campbell (2016) identificaram nos seus estudos que a pornografia pode beneficiar a relação conjugal pois proporciona um aumento da criatividade e desinibição, uma maior abertura à experimentação e uma forma de sair da rotina, o que está de acordo com o que foi referido pelos participantes do presente estudo. Sun et al. (2014) referem que os homens que assistem pornografia *online* têm alta probabilidade de, durante as relações sexuais, solicitarem às suas parceiras determinados atos sexuais que assistiram, o que foi referido também pelos nossos participantes.

Além dos benefícios do consumo da pornografia *online* na dinâmica conjugal relatados nas descrições dos participantes, foram também admitidas algumas dificuldades. A título de exemplo, foi referida, por dois participantes, a dificuldade em atingir o orgasmo e/ou obter prazer sexual sendo que as razões que levam a esta dificuldade são distintas. Um participante referiu o facto de que, quando consome pornografia *online* muito frequentemente, sente que só se consegue satisfazer com esse tipo de conteúdos, o que vai de encontro ao que já foi acima referido por Romero (2019), que defende que o consumo de pornografia *online* pode conduzir a expectativas irreais que, ao não serem concretizadas na relação a dois provocam uma diminuição na libertação de dopamina que pode contribuir para a dificuldade de atingir o orgasmo ou até mesmo provocar disfunção erétil. A razão apontada pela segunda participante foi o facto de que ver muito frequentemente conteúdos de pornografia *online* a fazia pensar durante o ato sexual nas coisas que assistiu, e que isto, de alguma forma, criava um sentimento de culpa e um crescendo de pensamentos (pois o seu parceiro não aceitava estes consumos) que não lhe permitiam atingir o orgasmo. Segundo Gaspar e

Carvalheira (2012), são as mulheres que mais reportam sentir culpa e vergonha associadas ao consumo de pornografia. A mesma participante que mencionou o facto de não poder contar ao seu parceiro que consome pornografia *online* impacta na intimidade do casal. Também um outro participante relatou esta dificuldade em partilhar os seus consumos com a sua parceira. Como já foi referido, o consumo de pornografia *online*, quando utilizado pelo casal e/ou com conhecimento de ambos pode contribuir para a maior intimidade entre o casal e quando a utilização é feita sem o conhecimento de um dos membros o contrário pode acontecer com maior probabilidade (Kohut, Fisher & Campbell, 2016; Minarcik, Wetterneck & Short, 2016). Baumel et al. referem que quando um dos indivíduos ou ambos consideram traição ou quebra do contrato da relação a utilização de pornografia, se verificam danos que ameaçam a manutenção da relação. Pode ser que a participante sinta que está a quebrar o contrato de relação e, nesse sentido, a trair o seu parceiro, o que dificulta a sua capacidade de atingir o orgasmo.

Também foi referida por duas participantes como dificuldade causada pela pornografia *online* o sentimento de insegurança em relação ao próprio corpo, devido ao receio da comparação, feita pelo parceiro, do seu corpo com o corpo das atrizes pornográficas e à própria realização dessa comparação. O sentimento de insegurança e abalo na autoestima (Shuler, Brosi & Hubler, 2021) foi identificado na literatura como estando relacionado a uma idealização feita com base na comparação do próprio corpo com o corpo dos atores pornográficos e suas performances (Baumel et al., 2019). Kohut, Fisher e Campbell (2017) apontam um aumento na sensação de insegurança de certos sujeitos simplesmente pelo facto de saberem que o/a parceiro/a utiliza este tipo de conteúdos podendo até acabar por interferir negativamente na satisfação conjugal, indo de encontro ao referido por uma das participantes. Este aspeto da insegurança remete para uma outra dificuldade relatada, que foi a dificuldade de lidar com as expectativas e idealizações formadas devido ao consumo de pornografia *online*, que dificilmente vão de encontro à realidade. Os participantes relataram que, por vezes, tentaram algo que viram na pornografia *online* e que o resultado foi bastante diferente do esperado ou não foi bem recebido pelo outro membro do casal, lembrando-lhes a necessidade de equilibrar as expectativas. Além da dificuldade para o casal, também foi relatada por outros participantes uma dificuldade individual em relação à capacidade de distinguir a pornografia da realidade, principalmente durante o período da adolescência. Na

literatura é referido que o uso de pornografia pode resultar na criação de expectativas irrealistas quanto ao indivíduo e à relação conjugal (Baumel et al., 2019; Shuler, Brosi & Hubler, 2021) e que isso pode, por vezes, dificultar a estimulação sexual e o bom funcionamento a nível conjugal (Kohut, Fisher & Campbell, 2016; Romero, 2019; Sun et al., 2016). Uma das dificuldades que pode ocorrer, devido a esse fator, são as cobranças dentro da relação e o incentivo a um desempenho artificial tendo por base uma performance percebida como ideal (Baumel et al., 2019).

Foi também mencionado por vários participantes que a dificuldade de distinguir a pornografia *online* da realidade é superior nas idades mais jovens em que a maturidade é menor. Alguns chegaram a referir que deveriam ser dadas informações aos mais jovens sobre o tema da pornografia *online*, de modo a promover essa distinção. Na literatura consultada, é referido por alguns autores esta necessidade de proporcionar educação sexual que inclua o tema da pornografia *online* aos mais jovens (Harvey, 2020; Ševčíková & Daneback, 2014), pois esta apresenta-se muitas vezes como a primeira fonte de aprendizagem sexual (Baumel et al., 2019; Sun et al., 2016).

O consumo de pornografia *online* é ainda um assunto evitado socialmente segundo os participantes desta investigação, que partilham da opinião de que é necessário normalizar estes consumos e falar mais abertamente sobre o tema. Foi também mencionado que este tema é mais facilmente discutido entre homens de tenra idade do que entre mulheres e/ou indivíduos mais velhos. Pode ser visto com alguma naturalidade o facto de o tema da pornografia *online* ser mais facilmente conversado e normalizado entre homens, visto que estes conteúdos foram criados inicialmente com vista ao público masculino. Além disso, até aos dias de hoje, continua a ser o público masculino aquele que mais consome pornografia *online* (Dawson, Tafro & Štulhofer, 2019; Farré et al., 2020; Gomes et al., 2018; Harper & Hodgins, 2016; Marshall & Miller, 2019), apesar de as mulheres cada vez mais procurarem este tipo de conteúdos (Dwulit & Rzymiski, 2019; Marshall & Miller, 2019). Outro fator que pode influenciar o facto de os homens consumirem mais conteúdos pornográficos e falarem mais abertamente sobre isso mesmo, pode advir da cultura e da sociedade mais convencional, visto que, ao longo da história, a sexualidade e a liberdade de expressão das mulheres, foi muito mais reprimida em relação aos homens (Baumeister & Twenge, 2002; Dwulit & Rzymiski, 2019; Gaspar & Carvalheira, 2012). Num estudo feito apenas com mulheres portuguesas, 46, 1% admitiram já ter sentido vergonha de ver pornografia o

que pode conduzir ao facto, já referido, de este tema ser menos discutido entre elas (Gaspar & Carvalheira, 2012). Por fim, é de salientar que o balanço geral que os participantes deste estudo fizeram do consumo de pornografia *online* é positivo. Ainda que tenham sido reconhecidos alguns aspetos negativos, os aspetos positivos sobrepõem-se.

Conclusão

O recurso à metodologia qualitativa permitiu a descrição de uma gama variada de experiências individuais e subjetivas relacionadas com o uso de pornografia e que não se resumem a uma classificação binária, alicerçada em critérios como bom ou mau. Permitiu privilegiar os discursos dos participantes, reconhecendo-lhes o papel de atores sociais, bem como a sua importância para explorar conhecimentos numa área ainda com muitas sombras e zonas cinzentas. Permanecendo uma área ainda pouco explorada relativamente tendo em conta a sua vastidão e diversidade, o desafio é procurar, questionar e querer saber para compreender e melhor conceber, organizar e dinamizar programas educativos destinados a públicos diversos. Nesse sentido, a presente investigação evidenciou uma diversidade de experiências. Deu visibilidade a uma parte da vivência da sexualidade e uma das arestas mais íntimas da existência de adultos com vidas organizadas, quer do ponto de vista pessoal, quer profissional e relacional.

Como qualquer estudo, este também tem as suas limitações. As vozes escutadas e os resultados apresentados e discutidos não permitem fazer generalizações. É necessário ter em conta que qualquer estudo que tenha por base o autorrelato está sujeito aos vieses associados. Foi possível perceber que, apesar da tentativa de deixar os participantes o mais confortável e seguros possível, certas perguntas pareciam trazer algum desconforto e inibição. Naturalmente pode ter acontecido a omissão de certas informações por parte dos participantes ou até a sobrevalorização e exagero de outras. Para além disso, houve apenas um participante que se encontrava fora da faixa etária dos 20 anos. Teria sido interessante algum equilíbrio nesse sentido. Também teria sido importante auscultar as experiências e sensibilidades de participantes da comunidade LGBTQI+, de modo a beneficiar este estudo com uma maior representatividade social.

Como pistas de investigação futura, seria interessante replicar este estudo com grupos socio demograficamente mais diversos, com a possibilidade de um *follow-up*, de forma a perceber melhor a evolução do consumo de pornografia *online* e a influência na dinâmica conjugal. Os dados obtidos na presente investigação sugerem a importância da educação sexual nas escolas, que inclua o tema da pornografia *online*, como já foi referido por outros autores como Harvey (2020) e Ševčíková & Daneback (2014).

Referências Bibliográficas

Alarcón, R., Iglesia, J. I., Casado, N. M., & Montejo, A. L. (2019). Online porn addiction: What we know and what we don't - A systematic review. *Journal of clinical medicine*, 8(1), 91. <https://doi.org/10.3390/jcm8010091>

American Psychiatric Association (2013). *Manual de Diagnóstico e Estatística das Perturbações Mentais*. Lisboa: Climepsi.

Barker, C., Pistrang, N., & Elliott, R. (2016). *Research Methods in Clinical Psychology. An introduction for students and practitioners*. 3rd Ed. Oxford: Wiley.

Baumeister, R. F., & Twenge, J. M. (2002). Cultural suppression of female sexuality. *Review of General Psychology*, 6(2), 166-203. <https://doi.org/10.1037/1089-2680.6.2.166>

Baumel, C. P. C., Silva, P. D. O. M. D., Guerra, V. M., Garcia, A., & Trindade, Z. A. (2019). Atitudes de Jovens frente à Pornografia e suas Consequências. *Psico-USF*, 24(1), 131-144. <https://doi.org/10.1590/1413-82712019240111>

Bóthe, B., Tóth-Király, I., Bella, N., Potenza, M. N., Demetrovics, Z., & Orosz, G. (2021). Why do people watch pornography? The motivational basis of pornography use. *Psychology of Addictive Behaviors*, 35(2), 172. <https://doi.org/10.1037/adb0000603>

Braun, V. & Clarke, V. (2006) Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3(2), 77-101. <http://doi.org/10.1191/1478088706qp063oa>

Braun, V. & Clarke, V. (2012) Thematic analysis. In Cooper, H. (Ed.), *The Handbook of Research Methods in Psychology*. Washington, DC: American Psychological Association.

Clarke, V. & Braun, V. (2013) Thematic analysis. In A. C. Michalos (Ed.), *Encyclopedia of quality-of-life research*. New York: Springer.

Cooper, A., McLoughlin, I. P., & Campbell, K. M. (2000). Sexuality in cyberspace: Update for the 21st century. *CyberPsychology & Behavior*, 3(4), 521-536. <http://doi.org/10.1089/109493100420142>

Cui, Z., Mo, M., Chen, Q., Wang, X., Yang, H., Zhou, N., Sun, L., Liu, J., Ao, L., & Cao, J. (2021). Pornography Use Could Lead to Addiction and Was Associated with Reproductive Hormone Levels and Semen Quality: A Report from the MARHCS Study in China. *Frontiers in Endocrinology*, 12, 1–9. <http://doi.org/10.3389/fendo.2021.736384>

Daskalopoulou, A., & Zanello, M. C. (2020). Women's Consumption of Pornography: Pleasure, Contestation, and Empowerment. *Sociology*, 54(5), 969–986. <https://doi.org/10.1177/0038038520918847>

Dawson, K., Tafro, A., & Štulhofer, A. (2019). Adolescent sexual aggressiveness and pornography use: A longitudinal assessment. *Aggressive behavior*, 45(6), 587-597. <https://doi.org/10.1002/ab.21854>

Dwulit, A. D., & Rzymiski, P. (2019). Prevalence, patterns and self-perceived effects of pornography consumption in Polish university students: a cross-sectional study. *International journal of environmental research and public health*, 16(10), 1861. <https://doi.org/10.3390/ijerph16101861>

Farré, J. M., Montejo, A. L., Agulló, M., Granero, R., Chiclana Actis, C., Villena, A., ... & Mestre-Bach, G. (2020). Pornography Use in Adolescents and Its Clinical Implications. *Journal of Clinical Medicine*, 9(11), 3625. <https://doi.org/10.3390/jcm9113625>

Fesnak, M. (2016). Organizing pornography, Organizing desire. *The iJournal: Graduate Student Journal of the Faculty of Information*, 1(2). Retrieved from <https://thejournal.ca/index.php/ijournal/article/view/27079>

Gaspar, M. J. D. M., & Carvalheira, A. A. (2012). O consumo de pornografia na internet numa amostra de mulheres Portuguesas. *Psychology, Community & Health, 1*, 163-171. <http://hdl.handle.net/10400.12/1777>

González, F. E. (2020). Reflexões sobre alguns conceitos da pesquisa qualitativa. *Revista Pesquisa Qualitativa, 8*(17), 155-183. <https://doi.org/10.33361/RPQ.2020.v.8.n.17.322>

Gomes, A., Fernandes, A., Ribeiro, R., & Cardoso, J. (2018, January). Ciberpornografia e atitudes sexuais em estudantes universitários: estudo exploratório. In *Actas do 12.º Congresso Nacional de Psicologia da Saúde: Promover e inovar em Psicologia da Saúde*. Instituto Superior de Psicologia Aplicada.

Gorman, S., Monk-Turner, E., & Fish, J. N. (2010). Free adult Internet web sites: how prevalent are degrading acts?. *Gender Issues, 27*(3-4), 131-145. <https://doi.org/10.1007/s12147-010-9095-7>

Harper, C., & Hodgins, D. C. (2016). Examining correlates of problematic internet pornography use among university students. *Journal of Behavioral Addictions, 5*(2), 179-191. <https://doi.org/10.1556/2006.5.2016.022>

Harvey, P. (2020). Let's talk about porn: The perceived effect of online mainstream pornography on LGBTQ youth. *Gender, sexuality and race in the digital age, 31-52*. https://doi.org/10.1007/978-3-030-29855-5_3

Hawk, S. T., Vanwesenbeeck, I., De Graaf, H., & Bakker, F. (2006). Adolescents' contact with sexuality in mainstream media: A selection-based perspective. *Journal of Sex Research, 43*(4), 352-363. <https://doi.org/10.1080/00224490609552334>

Hesse, C., & Floyd, K. (2019). Affection substitution: The effect of pornography consumption on close relationships. *Journal of Social and Personal Relationships, 36*(11-12), 3887-3907. <https://doi.org/10.1177/0265407519841719>

Kohut, T., Fisher, W. A., & Campbell, L. (2017). Perceived effects of pornography on the couple relationship: Initial findings of open-ended, participant-informed, “bottom-up” research. *Archives of Sexual Behavior*, 46(2), 585-602. <https://doi.org/10.1007/s10508-016-0783-6>

Landripet, I., & Štulhofer, A. (2015). Is pornography use associated with sexual difficulties and dysfunctions among younger heterosexual men?. *The journal of sexual medicine*, 12(5), 1136-1139. <https://doi.org/10.1111/jsm.12853>

Marshall, E. A., & Miller, H. A. (2019). Consistently inconsistent: A systematic review of the measurement of pornography use. *Aggression and Violent Behavior*, 48, 169-179. <https://doi.org/10.1016/j.avb.2019.08.019>

Martinez, M. L. (2009). A transformação da pornografia. *Revista Habitus*, 7(2), 56-68.

Martins, M. Z. (2017). *A Influência do Uso de Pornografia Virtual no Desempenho Sexual e na Vinculação Afetiva*. [Master’s thesis, Faculdade de Educação e Meio Ambiente (FAEMA)]. Repositório FAEMA: <http://repositorio.faema.edu.br:8000/jspui/handle/123456789/1190>

McKee, A., Byron, P., Litsou, K., & Ingham, R. (2020). An interdisciplinary definition of pornography: Results from a global Delphi panel. *Archives of sexual behavior*, 49(3), 1085-1091. <https://doi.org/10.1007/s10508-019-01554-4>

McNabney, S. M., Hevesi, K., & Rowland, D. L. (2020). Effects of Pornography Use and Demographic Parameters on Sexual Response during Masturbation and Partnered Sex in Women. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(9), 3130. <https://doi.org/10.3390/ijerph17093130>

Minarcik, J., Wetterneck, C. T., & Short, M. B. (2016). The effects of sexually explicit material use on romantic relationship dynamics. *Journal of Behavioral Addictions*, 5(4), 700-707. <https://doi.org/10.1556/2006.5.2016.078>

Minarcik, J., Wetterneck, C. T., & Short, M. B. (2016). The effects of sexually explicit material use on romantic relationship dynamics. *Journal of Behavioral Addictions*, 5(4), 700-707. <https://doi.org/10.1556/2006.5.2016.078>

Morgan, E.M. (2011). Associations between young adults' use of sexually explicit material and their preferences, behaviors, and satisfaction. *Journal of Sex Research*, 48(6), 520-530. <https://doi.org/10.1556/2006.5.2016.078>

Nelson, K. M., Gordon, A. R., John, S. A., Stout, C. D., & Macapagal, K. (2020). "Physical Sex Is Over for Now": Impact of COVID-19 on the Well-Being and Sexual Health of Adolescent Sexual Minority Males in the US. *Journal of Adolescent Health*, 67(6), 756-762. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2020.08.027>

Nixon S. & Lourdes S. (2021). Un análisis del fenómeno OnlyFans desde el enfoque de género. Su influencia en la socialización diferencial. (Masters dissertation). Repositorio Institucional Universidad de La Laguna. <http://riull.ull.es/xmlui/handle/915/24957>

Palazzolo, F., & Bettman, C. (2020). Exploring the Lived Experience of Problematic Users of Internet Pornography: A Qualitative Study. *Sexual Addiction & Compulsivity*, 27(1-2),45-64. <https://doi.org/10.1080/10720162.2020.1766610>

Park, B. Y., Wilson, G., Berger, J., Christman, M., Reina, B., Bishop, F., ... & Doan, A. P. (2016). Is Internet pornography causing sexual dysfunctions? A review with clinical reports. *Behavioral Sciences*, 6(3), 17. <https://doi.org/10.3390/bs6030017>

Pereira, N. P. (2014). Prefácio. In N. P. Monteiro (Coord.), *Sexologia Médica* (pp. XV-XVI). Lisboa: Lidel.

Popovic, M. (2011). Pornography use and closeness with others in men. *Archives of Sexual Behavior*, 40(2), 449-456. <https://doi.org/10.3390/bs6030017>

Pornhub. (2019, December 11) The 2019 Year in Review. Pornhub. <https://www.pornhub.com/insights/2019-year-in-review>

Pornhub. (2020, June 18) Coronavirus Update. Pornhub.
<https://www.pornhub.com/insights/coronavirus-update-june-18>

Poulsen, F. O., Busby, D. M., & Galovan, A. M. (2013). Pornography use: Who uses it and how it is associated with couple outcomes. *Journal of sex research*, 50(1), 72-83. <https://doi.org/10.1080/00224499.2011.648027>

Romero, F. J. D. S. (2019). *Disfunção erétil induzida por pornografia: revisão de literatura* (Doctoral dissertation, Universidade de Lisboa). Repositório da Universidade de Lisboa. <http://hdl.handle.net/10451/42975>

Rothman, E. F., Kaczmarzsky, C., Burke, N., Jansen, E., & Baughman, A. (2015). “Without porn... i wouldn't know half the things i know now”: a qualitative study of pornography use among a sample of urban, low-income, black and Hispanic youth. *The Journal of Sex Research*, 52(7), 736-746. <https://doi.org/10.1080/00224499.2014.960908>

Ševčíková, A., & Daneback, K. (2014). Online pornography use in adolescence: Age and gender differences. *European Journal of Developmental Psychology*, 11(6), 674-686. <https://doi.org/10.1080/17405629.2014.926808>

Shuler, J., Brosi, M., Spencer, T., & Hubler, D. (2021). Pornography and Romantic Relationships: A Qualitative Examination of Individual Experiences. *Journal of Sex & Marital Therapy*, 1-16. <https://doi.org/10.1080/0092623X.2021.1930308>

Souza, L. K. D. (2019). Pesquisa com análise qualitativa de dados: conhecendo a Análise Temática. *Arquivos Brasileiros de Psicologia*, 71(2), 51-67. <http://dx.doi.org/10.36482/1809-5267.ARBP2019v71i2p.51-67>

Stewart, R.S. (2019). Is Feminist Porn Possible?. *Sexuality & Culture* 23, 254–270. <https://doi.org/10.1007/s12119-018-9553-z>

Štulhofer, A. (2021). Is Male Adolescents' Sexual Aggressiveness Better Explained by Prior Pornography Use or Callousness? A Brief Report. *Sexual Abuse. Journal of Research and Treatment*, 33(3), 361–373. <https://doi.org/10.1177/1079063220952777>

Sun, C.; Bridges, A.; Johnason, J.; Ezzell, M. (2014). Pornography and the Male Sexual Script: An Analysis of Consumption and Sexual Relations. *Archives of Sexual Behavior*. 2014, 45, 1–12. <https://doi.org/10.1007/s10508-014-0391-2>

The Guardian. (2018, December 30) The growth of internet porn tells us more about ourselves than technology. The Guardian. <https://www.theguardian.com/commentisfree/2018/dec/30/internet-porn-says-more-about-ourselves-than-technology>

Vasic, M. V. (2013). *Categorization of Pornographic Video Clips on the Internet: A Cognitive Anthropological Approach* (Doctoral dissertation, University of Belgrade). <https://doi.org/10.13140/RG.2.1.1816.6087/1>

Willig, C. (2012). *Qualitative interpretation and analysis in psychology*. London: McGraw-Hill Education.

Willoughby, B. J., Leonhardt, N. D., & Augustus, R. A. (2021). Curvilinear associations between pornography use and relationship satisfaction, sexual satisfaction, and relationship stability in the United States. *Computers in Human Behavior*, 125, 106-116. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2021.106966>

Willoughby, B. J., Carroll, J. S., Busby, D. M., & Brown, C. C. (2016). Differences in pornography use among couples: Associations with satisfaction, stability, and relationship processes. *Archives of sexual behavior*, 45(1), 145-158. <https://doi.org/10.1002/ab.21978>

Wright, P. J., Paul, B., & Herbenick, D. (2021). Pornography, impersonal sex, and sexual aggression: A test of the confluence model in a national probability sample

of men in the U.S. *Aggressive Behavior*, 47(5), 593–602.
<https://doi.org/10.1002/ab.21978>

Anexos

Anexo A

Questionário Sociodemográfico

Consumo de Pornografia *Online*:

Uma discussão a partir das experiências de jovens e adultos/as portugueses/as

Toda a informação obtida através deste questionário é anónima e confidencial e tem apenas o propósito de ser analisada para fins de investigação. Agradeço desde já a sua colaboração.

1. Idade: ____anos

2. Sexo / Género: _____

3. Estado Civil:

Solteiro/a _____

Namoro / Relação _____ Há quanto tempo? _____

Casado/a _____ Há quanto tempo? _____

União de facto _____ Há quanto tempo? _____

Divorciado/a / Separado/a _____

Viúvo/a _____

4. Habilitações Literárias:

1.º ciclo _____

2.º ciclo _____

3.º ciclo _____

Ensino Superior _____

Sem estudos _____

5. Profissão _____

6. Situação Profissional _____

Anexo B

Guião de Entrevista Semiestruturada

Consumo de Pornografia *Online*:

Uma discussão a partir das experiências de jovens e adultos/as portugueses/as

Perguntas Exploratórias

Pede-se que responda a todas as perguntas de forma sincera. Não há respostas certas ou erradas. Toda a informação obtida através desta entrevista é anónima e confidencial e tem apenas o propósito de ser analisada para fins de investigação. Agradeço desde já a sua colaboração.

1. Como descreveria o despertar do seu interesse pela pornografia *online*?
2. Como descreveria a evolução das suas práticas de consumo de conteúdos pornográficos *online*?
3. O que significa, para si, a pornografia *online*?
4. Que sentido fazem para si as categorias organizadoras dos conteúdos pornográficos *online*? Tem alguma preferência? Pode contextualizar?
5. Existem cuidados especiais associados às suas experiências de navegação por *sites* de pornografia *online*? Quais os dispositivos que costuma utilizar?
6. Existem receios especiais associados às suas experiências de navegação?
7. Considera que o facto de consumir pornografia *online* interfere, de alguma forma, na sua relação conjugal? Pode exemplificar?
8. Em termos globais, qual o balanço que faz da sua experiência de consumo de pornografia *online*?

Anexo C



Universidade Fernando Pessoa

Da incumbência à alma e quietude

[Handwritten signature]
08.07.2021

Exmo. Senhor
Prof. Doutor Pedro Reis
Diretor da FCHS

Nº	Data
FCHS/PSC- 130/21-2	9 de Junho de 2021

Exmo. Senhor Prof. Doutor,

A Comissão de Ética, no dia 10 de Fevereiro de 2021, emitiu o seu parecer relativo ao projeto de dissertação de Mestrado em Psicologia Clínica e da Saúde, de Karoline Pinto Fernandes, intitulado "Consumo de Pornografia Online: Uma discussão a partir das experiências de jovens e adultos/as portugueses/as", no qual se informava que, "em ordem à emissão de um parecer definitivo deveriam ser tidos em conta os seguintes aspetos: a entrevista não deveria ser gravada e deveria ser esclarecido o tipo de medida a adoptar para eliminar a possibilidade do participante ser identificado ao realizar o contacto com a investigadora; deveria ser utilizada a plataforma Zoom para a realizar a entrevista (indicando que o participante deve aceder à mesma com o nome fictício a adoptar durante a entrevista), uma vez que o Whatsapp implica ter o contacto telefónico do participante e que caso o Skype fosse utilizado, o participante deveria utilizar um mail que não o identificasse". No final deste mesmo parecer, a CE informou que "emitiria um parecer definitivo quando recebesse evidências das alterações indicadas".

No dia 6 de Abril, a CE recebeu uma carta assinada pela orientanda e pelo orientador com uma contra-argumentação. Dado que, nesta mesma argumentação, havia muitos aspetos relacionados com a forma de garantir a confidencialidade com recurso a meios tecnológicos, a CE, ao abrigo do Artº 3º, parágrafo 2, do seu Regulamento, homologado pela Reitoria no dia 9 de Abril de 2015, no qual se lê: "A Comissão de Ética da UFP, sempre que considere necessário, poderá solicitar o apoio de outros técnicos ou peritos", decidiu, no contexto da sua reunião com a periodicidade mensal prevista no mesmo Regulamento (Artº 9º), enviar toda a documentação do projeto, incluindo a referida carta, ao Encarregado da Proteção de Dados da FFP, solicitando a emissão de um parecer. O Encarregado da Proteção de Dados enviou o seu parecer (ver parecer anexo) no dia 21 de Maio de 2021.

A CE, em reunião regulamentar e depois de ponderados todos os documentos em causa, decidiu remeter a responsabilidade pela proteção da confidencialidade para o orientador do estudo em causa. Informa-se ainda que este parecer é definitivo.

Com os melhores cumprimentos.

A Presidente da
Comissão de Ética da UFP

[Handwritten signature]
Teresa Toldy



Fundação Ensino e Cultura "Fernando Pessoa"

NIPC: 502 057 622 • Reg. Comercial nº 26 Conservatória do Registo Comercial do Porto

UNIVERSIDADE FERNANDO PESSOA (Pórculos) - FACULDADE DE CIÊNCIAS E TECNOLOGIA, FACULDADE DE CIÊNCIAS HUMANAS E SOCIAIS,
Praça 9 de Maio 1, 349 - 4249-034 Porto - Portugal - T +351 22 537 1300 - www.ufp.pt - email: fundacao@fernandopesoa.pt
FACULDADE DE CIÊNCIAS EXATAS (B) | Rua Luis rod. 1800, 266 - 4200-150 Porto - Portugal - T +351 22 537 4630

ESCOLA SUPERIOR DE SAÚDE FERNANDO PESSOA
Rua D. João Maria, 334 - 4200-250 Porto - Portugal
T +351 22 548 6101 - gpe@es.fernandopesoa.pt

Anexo D

DECLARAÇÃO DE ASSENTIMENTO

Declaro que aceito participar no estudo *Consumo de Pornografia Online: Uma discussão a partir das experiências de jovens e adultos/as portugueses/as*. Fui informado/a quanto aos objetivos da investigação e respetivas condições de participação e foi-me ainda dada oportunidade de colocar as perguntas que julguei necessárias, sendo que de todas obtive resposta satisfatória. Além disso, foi-me garantido que tenho o direito de recusar a todo o tempo a minha participação no estudo sem que isso possa resultar em qualquer prejuízo pessoal. Foi-me assegurado que todos os registos (sonoros, de imagem e escritos) serão confidenciais e utilizados única e exclusivamente para o estudo em causa, sendo guardados em local seguro durante a pesquisa e destruídos após a sua conclusão.

A responsável pelo participante na investigação:

Karoline Pinto Fernandes

pesquisa.pornografiaonline@gmail.com