



UNIVERSIDADE  
CATÓLICA  
PORTUGUESA

---

BRAGA

**Relação entre a *Cyberpornografia*, a Satisfação com os  
Relacionamentos Amorosos e a Satisfação Sexual numa  
Amostra de Adultos Portugueses**

Dissertação de Mestrado apresentada à  
Universidade Católica Portuguesa para  
obtenção do grau de mestre em **Psicologia  
Clínica e da Saúde**.

**Maria Gabriela Moreira da Silva Sampaio  
Cação**

**Faculdade de Filosofia e Ciências Sociais**

**JULHO 2023**



**CATÓLICA**

**FACULDADE DE FILOSOFIA E CIÊNCIAS SOCIAIS**

---

BRAGA

**Relação entre a *Cyberpornografia*, a Satisfação com os  
Relacionamentos Amorosos e a Satisfação Sexual numa  
Amostra de Adultos**

Dissertação de Mestrado apresentada à  
Universidade Católica Portuguesa para  
obtenção do grau de mestre em **Psicologia  
Clínica e da Saúde**.

**Maria Gabriela Moreira da Silva Sampaio  
Cação**

Sob a Orientação da Prof.<sup>a</sup> Doutora **Berta Maria  
Marinho Rodrigues Maia**

### **Resumo:**

O consumo de pornografia é uma realidade crescente no panorama global. A frequência de visualização de pornografia *online* acarreta uma diversidade de problemas no funcionamento psicossocial e sexual dos consumidores. O presente estudo tem como objetivo compreender a relação entre a frequência de consumo de *cyberpornografia* com a satisfação nos relacionamentos amorosos e a satisfação sexual em adultos. Neste estudo quantitativo, participaram 268 adultos portugueses com idades compreendidas entre os 18 e os 70 anos ( $M = 2.22$ ,  $DP = 0.505$ ) na sua maioria jovens adultos (60.1 %) de nacionalidade portuguesa (75.0%), solteiros (73.9%) e heterossexuais (88.1%) a viver com os pais (43.3%). Os participantes responderam a um questionário *online* de caracterização sociodemográfica, à *Cyber Pornography Use Inventory-9*, à *Global Measure of Reationship Satisfaction* e à *Global Measure of Sexual Satisfaction*. Os resultados sugerem diferenças positivas estatisticamente significativas na frequência de visualização de pornografia em função do sexo, com pontuações superiores entre participantes do sexo masculino e, em função de estar ou não numa relação formalizada, sendo que indivíduos solteiros apresentam níveis mais elevados de compulsividade percebida, ao passo que os casados têm níveis mais elevados de esforços de acesso e angústia emocional. Verifica-se ainda que participantes que vivem com pais, familiares ou companheiros apresentam maior compulsividade percebida quando comparados com sujeitos que vivem sozinhos, com crianças ou com amigos. Por fim, os participantes ateus detêm maiores níveis de angústia emocional. Face aos resultados obtidos importa desenvolver mais estudos que relacionem a *cyberpornografia* com outros construtos em diferentes camadas da população, bem como desenvolver campanhas de sensibilização que alertem para as consequências da visualização excessiva de pornografia *online* no funcionamento físico e psicossocial dos indivíduos.

*Palavras-chave:* *cyberpornografia*, satisfação com os relacionamentos, satisfação sexual, adultos

### **Abstract:**

The consumption of pornography is a growing reality in the global scenario. The frequency of viewing pornography *online* causes a variety of problems in psychosocial and sexual functioning of consumers. The present study aims to understand the relationship between the frequency of cyberpornography consumption with satisfaction in romantic relationships and sexual satisfaction in adults. In this quantitative study, 268 Portuguese adults aged between 18 and 70 years old ( $M = 2.22$ ,  $SD = 0.505$ ) participated, mostly young adults (60.1 %) of Portuguese nationality (75.0%), single (73.9%) and heterosexuals (88.1%) living with their parents (43.3%). Participants answered an *online* sociodemographic questionnaire, the Cyber Pornography Use Inventory-9, the Global Measure of Relationship Satisfaction, and the Global Measure of Sexual Satisfaction. The results suggest statistically significant positive differences in the frequency of viewing pornography according to gender, with higher scores among male participants and, depending on whether they are in a formal relationship, with single individuals presenting higher levels of perceived compulsiveness, whereas married people have higher levels of access efforts and emotional distress. It is also verified that participants who live with parents, relatives or partners present greater perceived compulsiveness when compared to subjects who live alone, with children or with friends. Finally, atheist participants have higher levels of emotional distress. In view of the results obtained, it is important to develop more studies that relate cyberpornography with other constructs in different layers of the population, as well as to develop awareness campaigns that warn of the consequences of excessive viewing of *online* pornography on the physical and psychosocial functioning of individuals.

*Keywords: cyberpornography, relationship satisfaction, sexual satisfaction, adults*

## Índice

Introdução .....	5
Enquadramento Teórico .....	7
<i>Cyberpornografia</i> : Construto e Investigação .....	7
Satisfação nos Relacionamentos Amorosos: Construto e Investigação .....	13
Satisfação Sexual: Construto e Investigação .....	16
Relação enter <i>Cyberpornografia</i> , Satisfação com os Relacionamentos Amorosos e Satisfação Sexual .....	18
Método .....	22
Objetivos e Desenho de Investigação .....	22
Desenho do Estudo .....	23
Amostra .....	23
Instrumentos .....	24
<i>Questionário Sociodemográfico</i> .....	25
<i>Cyber Pornography Use Inventory-9 (CPUI-9; Grubbs et al., 2012; adaptado por         Cardoso et al., 2019)</i> .....	25
<i>Global Measure of Sexual Satisfaction (GMSEX; Lawrence &amp; Byers, 1995, adaptado         por Pascoal et al., 2013)</i> .....	26
Procedimentos .....	27
Análise de Dados .....	27
Resultados .....	29
Discussão .....	34
Referências .....	40
ANEXOS. ....	47

## Introdução

A pornografia está presente na nossa sociedade de forma inegável há vários séculos, e define-se pelo acesso a qualquer material, que contenha imagens de cariz sexual e/ou comportamentos que promovam a excitação sexual (Castro & Lins, 2021). Atualmente, o desenvolvimento da tecnologia constitui-se como um contingente preponderante no que toca ao acesso e consumo de pornografia (Lewczuk et al., 2021). Assim, a indústria da pornografia *online* tem-se vindo a desenvolver rápida e globalmente, com o auxílio da internet e a evolução dos dispositivos móveis, como *smartphones* e *tablets*, e o acesso a conteúdos pornográficos está a distância de um clique (Dwulit & Ryzmski, 2019).

Há duas décadas, em 1998, o autor pioneiro Alvin Cooper previu o impacto que a internet teria na sexualidade, na transição para o século XXI. Deste modo, o autor salienta três fatores que tornam a internet uma variável tão poderosa nesta área, sendo estes o acesso, a acessibilidade financeira e o anonimato. A esta tríade de fatores, que a internet possui e torna o acesso à pornografia *online* particularmente conveniente, o autor denomina de “*Triple A*” (Cooper, 1998; Fernandez & Griffiths, 2020). Posto isto, o acesso diz respeito à facilidade com que as pessoas se podem conectar à internet, e aceder a conteúdos pornográficos disponíveis 24 horas por dia, em qualquer lugar (e.g., casa, escola, trabalho). A acessibilidade refere-se aos baixos ou nulos custos financeiros associados à visualização de pornografia *online*. Finalmente, o anonimato baseia-se na crença de que se é desconhecido, o que se reflete numa sensação de liberdade que promove a autorrevelação e a capacidade de falar abertamente sobre a vida sexual, nomeadamente preocupações e fantasias (Cooper, 1998; Gaspar e Carvalheira, 2012; Wéry & Billieux, 2015).

Diante do exposto, percebe-se que a relevância deste tema se prende pela grande disponibilidade de informação, nomeadamente de cariz sexual, à qual é possível aceder por meio das novas tecnologias. A exposição constante, velada ou explícita, a produtos sexuais permite que, para além dos adultos, crianças e adolescentes tenham maior facilidade e diversidade no acesso a este conteúdo. As consequências desta oferta podem repercutir-se na saúde física e psicológica dos consumidores, nomeadamente ao nível da satisfação nos relacionamentos amorosos e na satisfação sexual (Baumel et al., 2019; Harper & Hodgins, 2016). No que toca à satisfação com relacionamentos amorosos, os resultados podem ser positivos ou negativos, tendo em conta múltiplos contextos associados à visualização de pornografia, nomeadamente, as visões e atitudes pessoais dos parceiros individuais, o

conteúdo pornográfico, o contexto do relacionamento (e.g., status e duração do relacionamento), o histórico e diferenças individuais, e ainda a abertura no diálogo entre parceiros. O consumo de pornografia está associado à aquisição, ativação e aplicação de roteiros sexuais, assim é possível inferir que as crenças dos indivíduos acerca da sexualidade são influenciadas pelos “conteúdos” que consomem (Grubs & Kraus, 2021; Willoughby, 2021). Salienta-se ainda que os padrões de consumo de pornografia entre parceiros também influenciam os efeitos sentidos no relacionamento amoroso (visualização solitária ou partilhada), sendo que estes diferem em função do sexo (Borgogna et al., 2018; Guidry et al., 2020). Neste sentido, a satisfação sexual funciona como um barómetro da qualidade da vida sexual (Pascoal et al., 2013). A magnitude dos efeitos da pornografia na satisfação sexual pode diferir entre homens e mulheres, bem como em termos de frequência e tempo de consumo, e do tipo de pornografia consumida (Dwuit & Rymski, 2019). Efetivamente, estes construtos são praticamente análogos no que concerne aos efeitos associados à frequência de consumo de pornografia, e tais consequências serão melhor explicadas na seguinte secção.

O facto de um fenómeno tão contemporâneo ter um impacto tão preponderante na sociedade e no indivíduo, justifica a pertinência de estudos nesta área. Contudo, o uso problemático de pornografia não é atualmente reconhecido como uma perturbação, e como tal não há tratamento recomendado.

Ao reconhecer a importância dos construtos, *cyberpornografia*, satisfação nos relacionamentos amorosos e satisfação sexual, assim como tendo em conta o seu estado de arte, este estudo tem como objetivo compreender a relação entre *cyberpornografia*, a satisfação nos relacionamentos amorosos e a satisfação sexual. Para este efeito, apresenta-se primeiramente o Enquadramento Teórico, sendo que esta secção apresenta uma revisão literária sobre cada construto e a relação entre eles. De seguida, apresenta-se o Método, onde são definidos os objetivos e o desenho de investigação, bem como a amostra e o processo de amostragem. São ainda apresentados os instrumentos utilizados para recolha de dados. De seguida, são descritos os procedimentos para recolha e análise de dados. Por fim, na secção dos Resultados, são primeiramente apresentados resultados relativos à estatística descritiva para caracterizar as variáveis na amostra, seguindo-se análises de correlação entre as variáveis em estudo e variáveis sociodemográficas. Ao nível da discussão, discutem-se os resultados obtidos com base na literatura, bem como são consideradas limitações, principais contribuições e sugestões para pesquisas e intervenções psicológicas futuras.

## Enquadramento Teórico

### **Cyberpornografia: Construto e Investigação**

A *cyberpornografia* ou pornografia *online* é um denominador comum para o consumo de material sexualmente explícito na internet, que funciona como fonte de gratificação sexual, constantemente disponível e atualizada ( Lecourse et al., 2016; Morel 3t al., 2017). De acordo com as estatísticas partilhadas pelo *PornHub*, o maior *website* de conteúdos sexualmente explícitos, é possível inferir um aumento global da prevalência de consumidores de pornografia. Em 2019, reportam-se mais de 42 biliões de visitas, o que estima uma média de 115 milhões de visitas por dia, sendo que o número de visitas ao *PornHub* aumentou consideravelmente, quando comparado com o ano de 2017 que conta com 28.5 milhões de visitas (*PornHub*, 2019; Castro & Lins, 2021). O grupo de consumidores de pornografia *online* é maioritariamente representado por indivíduos do sexo masculino, todavia a proporção de visitantes do sexo feminino é de 32%, sendo as Filipinas e o Brasil os países mais representativos (39%). Por outro lado, a idade média do consumidor de pornografia aumentou para os 36 anos de idade, sendo que os indivíduos com idades compreendidas entre os 18 e 34 anos detêm 61% do tráfego (*PornHub*, 2019). A adolescência também se constitui como uma faixa etária com elevadas taxas de consumo de pornografia *online*, nomeadamente em Taiwan e na Suécia que estimam uma percentagem de 59% e 96%, respetivamente (Dwulit & Rzymiski, 2019). Os dispositivos maioritariamente utilizados para esse fim são o telemóvel (76.6%), seguido do computador (16.3%) e, por fim, o *tablet* (7.1%). Ademais, a situação pandémica provocada pelo vírus da Covid-19, que obrigou ao distanciamento social e quarentena obrigatória, promoveu um aumento internacional do consumo de pornografia de 11.6% até à data de 17 de março de 2020 (Masaelli & Frahadi, 2021). Este aumento de consumo de pornografia durante os períodos de confinamento e bloqueio sugere que os indivíduos encaram a visualização de pornografia como uma estratégia de enfrentamento. Assim, a motivação para o consumo de pornografia é uma variável crucial, especialmente durante a pandemia, sendo maioritariamente explicada pela procura de prazer e redução do tédio (Jiang et al., 2022). É pertinente referir uma reportagem levada a cabo pelo CMTV no dia sete de junho do presente ano que dá conta de uma plataforma digital sem censura denominada de *OnlyFans*, onde homens e mulheres vendem fotografias e vídeos onde expõem material sexualmente explícito (e.g., nudez, masturbação). A venda de conteúdos eróticos tornou-se um negócio digital em Portugal e tem vindo a ganhar mais destaque,

tendo-se destacado um aumento tanto do número de perfis nesta plataforma, como de subscritores das mesmas em contexto pandémico.

Em contexto nacional, o consumo de *cyberpornografia* é cada vez mais comum, contudo é notória a escassez de estudos nesta área (Castro & Lins, 2021). De acordo com um estudo levado a cabo pelo Correio da Manhã em articulação com o *PornHub* (2017) é possível inferir que, tal como no panorama mundial, indivíduos do sexo masculino consomem mais pornografia (78%) quando comparados com o sexo feminino (22%), sendo a faixa etária dos 18 aos 24 anos de idade a que detém uma maior percentagem de visitantes (35%) e o telemóvel é reconhecido como o dispositivo preferencial para aceder ao *website* (*PornHub*, 2017). Em termos de frequência de visualização percebe-se que 25% das mulheres relatam consumir *cyberpornografia* algumas vezes ou frequentemente (e.g., Gaspar e Carvalheira, 2012), e aproximadamente 40% dos homens consomem pornografia várias vezes por semanas ou todos os dias (e.g., Landripet & Štulhofer, 2015).

A crescente quantidade de estudos no âmbito da pornografia *online*, salienta a necessidades de compreender o seu impacto na saúde psicológica, nos relacionamentos interpessoais e no funcionamento sexual dos indivíduos. À luz da literatura, é perceptível uma maior prevalência de estudos acerca das consequências negativas associadas ao consumo de *cyberpornografia*, não obstante, a maioria dos indivíduos não a encara como uma questão problemática. Em contrapartida, referem a *cyberpornografia* como uma ferramenta útil de autoconhecimento acerca da sexualidade e expansão do reportório sexual. Efetivamente, destacam-se como aspetos positivos o aumento do desejo, da excitação, da satisfação sexual, e da saúde física, sexual e psicológica (e.g., Dwulit & Rzymiski, 2019; Grubbs & Gola, 2019; Kohut et al., 2017), bem como uma forma saudável de realização de fantasias sexuais. Ademais, a visualização de pornografia *online* proporciona o desenvolvimento de uma atitude mais positiva e permissiva sobre a sexualidade e a exploração sexual, nomeadamente na comunidade LGBTQIA+ e outras populações marginalizadas [e.g., indivíduos com capacidade física] (Baumel et al., 2020; Harper & Hodgins, 2016; Lecourse et al., 2016; Morel et al., 2017). No que concerne a relacionamentos íntimos, a visualização de *cyberpornografia* pode refletir-se em melhorias na comunicação entre parceiros, e um recurso para uma vida sexual mais prazerosa e bem informada (Baumel et al, 2020). Para além disso, a privacidade e anonimato que a internet oferece representa menos perigo a nível físico e social, quando comparado com a interação pessoal direta (Harper & Hodgins, 2016).

Por outro lado, há um número crescente de investigações que percebem o uso extensivo de pornografia *online* como negativo ao nível do funcionamento psicossocial e do bem-estar sexual, sendo importante compreender quais os fatores psicossociais que explicam a relação entre os dois construtos. Salienta-se o tempo gasto a consumir *cyberpornografia* como preditor da satisfação sexual, na medida em que a visualização excessiva destes conteúdos pode ter repercussões negativas ao nível do próprio funcionamento sexual. Esta relação é explicada pelo facto da pornografia online promover o desenvolvimento de expectativas irrealistas, ansiedade de desempenho, menos controlo sobre a sexualidade e maiores níveis de preocupação do foro sexual nos consumidores (Lecourse et al., 2016; Morel et al., 2017). Apesar de alguns estudos correlacionarem positivamente a visualização de pornografia *online* com disfunção erétil e diminuição da libido, a literatura não é consensual, já que alguns autores salientam a dificuldade em estabelecer uma relação de causa-efeito entre os construtos, e ainda outras investigações que não conseguiram determinar correlações [e.g., Grubbs et al., 2019] (Dwilt & Rymski, 2019). Por outro lado, pode também estar associado à autopercepção subjetiva dos sujeitos acerca de pressões internas, interferências na vida quotidiana e afetos ativados por meio deste comportamento (Lecourse et al., 2016). Neste sentido percebe-se uma redução na satisfação dos sujeitos com o seu relacionamento, o aumento dos comportamentos de risco, e a iminência de desenvolver uma dependência associada ao uso excessivo de *cyberpornografia* (Baumel et al., 2020; Lecourse et al., 2016). O uso problemático de pornografia *online* acarreta uma diversidade de problemas no funcionamento psicossocial como o desenvolvimento de quadros clínicos depressivos, perdas de oportunidades de carreira e relacionamento, e falta de motivação. Estas questões têm por base o facto dos indivíduos, que visualizam pornografia *online* de forma problemática, realizarem comportamentos de cariz sexual em momentos e locais altamente inapropriados, como por exemplo, o local de trabalho, na presença de crianças, ou através de um computador que não lhe pertença (Harper & Hodgins, 2016). Consumidores com padrões excessivos de consumo de pornografia relatam dificuldades emocionais (e.g., vergonha e culpa), problemas de relacionamentos interpessoais (e.g., disputas, mentiras, isolamento social) e sentimentos de preocupação e agressão. Para além de as perturbações depressivas, o consumo exagerado de material pornográfico é associado a perturbações de humor, perturbações da personalidade, ansiedade, consumo de substâncias, dificuldade no controlo de impulsos, stress, perda de concentração, baixa autoestima, insónias e dificuldades na regulação emocional, o que resulta num prejuízo da saúde física e psicológica dos indivíduos

(Menninget et al., 2022; Musetti et al., 2022). Denota-se, ainda, o desenvolvimento de crenças errôneas sobre a prática sexual, como associar o sexo anal a uma prática sexual normativa e comum. Ademais, concepções erradas acerca da sexualidade reforçam estereótipos de gênero, podendo potencializar o aumento da violência contra a mulher (Harper & Hodgins, 2016). Efetivamente, é possível verificar em vários estudos uma relação entre o consumo de pornografia e as atitudes de apoio à violência contra as mulheres, incluindo um aumento da objetificação da mulher, maior aceitação do abuso sexual e um aumento de atitudes agressivas e de agressão (Baumel et al., 2020). A forma como a indústria pornográfica retrata a prática sexual, em concomitância com a frequência de consumo, pode levar à normalização de alguns comportamentos (e.g., esbofetear, bater, asfixiar) e, conseqüentemente à violência sexual contra mulheres [e.g., coerção, penetração forçada] (Kumar et al., 2021).

A representação dos papéis de gênero na sociedade é distinta e, por isso, homens e mulheres estão sujeitos a diferentes tipos de estímulos, constrangimentos, limitações e oportunidades (Baumel et al., 2019). Um dos argumentos mais comuns contra o consumo de pornografia na nossa sociedade é a associação a uma imagem promíscua das mulheres e de alguns comportamentos de cariz sexual. No entanto, estudos recentes (e.g., Kohut et al., 2016) demonstram que indivíduos que visualizam pornografia apresentam uma atitude mais favorável e igualitária em relação às mulheres, nomeadamente em posição de poder, bem como ao trabalho fora de casa e à prática do aborto quando comparados com não consumidores (Kumar et al., 2021). São ainda retratadas diferenças de sexo relativamente à motivação para a visualização de *cyberpornografia*, enquanto os homens consomem pornografia com o propósito da excitação e masturbação, as mulheres, por outro lado, tendem a usá-la como parte integrante das suas vidas sexuais com os parceiros, o que pode impactar o funcionamento e satisfação sexual (Lecourse, 2016). Aliás, mulheres que mantêm relacionamentos de longo prazo e consomem pornografia com frequência, podem revelar um aumento do desejo sexual em relação aos parceiros, reforçando que a visualização compartilhada de pornografia em casais heterossexuais se correlaciona positivamente com o aumento da satisfação sexual (Dwuil & Rymski, 2019).

A idade de início de consumo de pornografia também se constitui como um fator relevante, tendo em conta a parca maturação psicossocial de crianças e adolescentes expostos a conteúdo de cariz sexual. Num estudo conduzido por Sun e colaboradores (2017), verificou-se que, numa amostra de mulheres alemãs, o consumo de material sexualmente

explícito correlaciona-se positivamente com um comportamento sexual submisso, sendo que estas associações são mais fortes quando as mulheres foram expostas pela primeira vez a pornografia numa idade precoce, quando comparada com uma idade mais avançada (Wright & Štulhofer, 2019). Também Harper e Hodgins (2016) obtiveram resultados que sugerem que a população com maior risco de consumo problemático de pornografia são homens solteiros que foram expostos a pornografia numa idade precoce. Assim, percebe-se que a exposição precoce a conteúdos pornográficos se relaciona com o funcionamento psicossocial, levando a preocupações acerca dos potenciais efeitos na saúde geral e bem-estar. Com efeito, estas preocupações incluem o aumento do comportamento delincente, consumo de substâncias anos mais tarde, comportamentos sexuais de risco, maior propensão à agressão e agressão sexual, início precoce de vida sexual, atitudes sexistas e problemas de saúde física e mental. Salienta-se que utilizar o consumo de pornografia como um substituto da educação sexual pode potenciar o desenvolvimento de equívocos sobre o sexo e a sexualidade nos jovens, tendo em conta que conteúdos pornográficos retratam certos comportamentos e estereótipos como aceitáveis e recompensadores (Davis et al., 2019; Harper & Hodgins, 2016). Importa compreender que o consumo de pornografia tem um impacto diferente nos indivíduos, em detrimento da fase da vida em que estes se encontram. Efetivamente, indivíduos de diferentes gerações experimentam diferentes tipos de exposição à pornografia (e.g., devido aos avanços da tecnologia, aumento da conveniência e privacidade), bem como as motivações e a percepção do propósito de consumo de pornografia diferem consoante a coorte. A par disso, o conhecimento sobre sexualidade e as experiências sexuais mudam ao longo da vida de acordo com a fase desenvolvimental do indivíduo (Kuan et al., 2022).

De uma perspetiva psicopatológica, é essencial entender em que medida o consumo de pornografia *online* pode ser diagnosticado e conceptualizado como perturbação (Griffiths, 2011). Assim, o consumo de *cyberpornografia* indica possível presença de padrão problemático de consumo quando “o ato de usar a Internet para ver ou interagir com pornografia material se torna excessivamente demorado, angustiante e difícil de resistir” (Dell’Osso, 2020). Em termos de gravidade, os critérios baseiam-se no impacto negativo do consumo de pornografia *online* nos indivíduos, nomeadamente no domínio dos pensamentos, sentimentos e comportamentos, que podem resultar em prejuízo na vida quotidiana, apesar das tentativas fracassadas de reduzir ou parar o comportamento compulsivo (Chen et al., 2021). A controvérsia em torno do uso problemático de pornografia é parte integrante do debate sobre se as adições sexuais devem ou não ser oficialmente reconhecidas como

perturbações clínicas. Assim, até hoje o uso problemático de pornografia não obteve reconhecimento formal e, apesar da literatura evidenciar que muitos indivíduos procuram tratamento para comportamentos excessivos e problemáticos de cariz sexual relacionados com a frequência de consumo de pornografia, não foram desenvolvidos critérios de diagnóstico nem diretrizes para o tratamento (Duffy et al., 2016; Fernandez & Griffiths, 2020).

Após a *American Psychiatric Association* (APA) reconhecer no Manual de Diagnóstico e Estatística das Perturbações Mentais, quinta edição (DSM-5) o fenómeno da adição comportamental. Foi ainda inserida na secção três a perturbação de videojogos, o que apresenta uma mudança de paradigma para as adições relacionadas com o comportamento, e abre caminho para novas investigações que preveem as mudanças culturais, como o avanço da tecnologia. Fenomenologicamente, indivíduos com adições comportamentais exibem padrões associados ao consumo, como o controlo prejudicado (e.g.: desejo, tentativas consecutivas de reduzir ou cessar o comportamento), prejuízo funcional (e.g.: diminuição de interesse, negligenciar outras áreas de vida) e o risco de uso, isto é, a persistência no comportamento mesmo com presença de insight acerca das suas consequências (Alarcon et al., 2019). Assim, há estudos neurobiológicos que indicam que o uso problemático de pornografia compartilha mecanismos semelhantes aos observados nas substâncias químicas (Dwulit & Rymski, 2019). É possível perceber, com recurso a técnicas de imagem cerebral (ressonância magnética), que a estrutura biológica do cérebro pode ser alterada em virtude do consumo frequente de pornografia *online*, nomeadamente o desgaste da estrutura cerebral subjacente e a diminuição do volume da massa cinzenta no cérebro. O indivíduo é então levado a procurar estímulos externos (e.g.: material pornográfico novo e mais extremo), estes comportamentos também atendem aos critérios fisiológicos relacionados com a adição (tolerância, habituação, abstinência) [Alarcon et al., 2019; Harper & Hodgins, 2016]. Alguns estudos sugerem o tratamento farmacológico usado no tratamento da dependência de álcool e opióides, pode ser aplicado em pacientes com uso compulsivo de pornografia (Dwulit & Rymski, 2019). Ademais, foi proposto pelos investigadores que o uso problemático da pornografia fosse incluído na perturbação da Hipersexualidade como um especificador de diagnóstico, contudo a APA rejeitou a proposta (Duffy et al., 2016; Griffiths, 2011). Esta associação baseou-se no facto da Hipersexualidade ser considerada um construto “guarda-chuva” que engloba vários comportamentos problemáticos de cariz sexual, como a masturbação excessiva, o cybersex, sexo por telefone, visitas a clubes de strip, entre outras

(Alarcon et al., 2019). Para além disso, a consumo problemático de pornografia foi o comportamento mais comum, relatado por indivíduos que procuram tratamento para a Hipersexualidade (Okabe et al., 2021). Mais recentemente, a Organização Mundial de Saúde (OMS) incluiu o diagnóstico de perturbação de comportamento sexual compulsivo, como uma perturbação de controle de impulsos na Classificação Internacional de Doenças 11<sup>a</sup> Revisão (CID-11; Fernandez & Griffiths, 2020).

### **Satisfação nos Relacionamentos Amorosos: Construto e Investigação**

A satisfação no relacionamento é definida como uma avaliação subjetiva do relacionamento de alguém, sendo que esta perceção depende de uma série de variáveis pessoais e relacionais, como a saúde física e o bem-estar (Borbogna et al., 2018). Uma área que tem vindo a suscitar um crescente interesse nos investigadores é o impacto do uso de pornografia e os seus efeitos nos relacionamentos amorosos. Assim, para inferir uma relação entre os construtos é necessário ter em conta múltiplos contextos, nomeadamente, as visões e atitudes pessoais dos parceiros individuais, o conteúdo pornográfico, o contexto do relacionamento (e.g.: status e duração do relacionamento), o histórico e diferenças individuais, e ainda a abertura no diálogo entre parceiros (Willoughby, 2021). O uso de pornografia está associado à aquisição, ativação e aplicação de roteiros sexuais, assim é possível inferir que as crenças dos indivíduos acerca da sexualidade são influenciadas pelos “conteúdos” que consomem, como podemos perceber pelo impacto dos media nas massas. Neste sentido, há um corpo de evidências que sugere que a pornografia influencia alguns aspetos do relacionamento (Grubs & Kraus, 2021).

De acordo com a Teoria do *Mindset*, as pessoas constroem crenças sobre a mutabilidade dos atributos pessoais (e.g.: inteligências, personalidade, força de vontade). Quando se trata de relacionamentos românticos, distinguem-se indivíduos com *mindset* fixo e indivíduos com *mindset* de crescimento. Os primeiros acreditam que os atributos pessoais são fixos e não podem ser alterados embora considerem ser possível adquirir novas aprendizagens. Em contrapartida, os segundos consideram que os atributos básicos podem ser alterados e aprimorados com esforços e estratégias adicionais. Indivíduos com *mindset* fixo apresentam maior dificuldade em lidar com eventos negativos, bem como apresentam níveis mais baixos de satisfação no relacionamento e com a vida sexual, em oposição aos indivíduos com *mindset* de crescimento que apresentam níveis elevados em ambos os domínios. Este facto pode ser explicado pelo facto de sujeitos com *mindset* fixo despenderem menos esforço para melhorar a vida sexual, e retraírem-se no momento de tentar novas experiências (Böthe

et al. 2017; Fülöp et al., 2021). O *mindset* fixo relaciona-se com o uso de pornografia, na medida em que o consumo de pornografia permite que o sujeito atinja um estado de excitação sexual com um esforço muito reduzido e, indivíduos com este *mindset* têm maior dificuldade em arriscar um potencial fracasso, inibindo-se de alargar o seu leque de experiências sexuais (Both et al., 2017). Ademais, o Modelo de Investimento de Compromisso (Rusbult, 1983) teoriza que indivíduos que estão satisfeitos com o relacionamento, também são mais comprometidos com seu parceiro e mais implicados na relação. Fatores ambientais, como a frequência de visualização de pornografia *online*, podem reduzir o investimento e o comprometimento relacional, resultando na redução da satisfação no relacionamento. A título exemplificativo, se a pornografia substituir o sexo com o parceiro (reduzindo investimento), aumenta a probabilidade de procura de encontros extraconjugais (reduzindo o comprometimento), levando à diminuição da satisfação no relacionamento (Wright et al., 2019).

No que concerne aos potenciais benefícios do uso de pornografia nos relacionamentos amorosos, destaca-se maior frequência, conhecimento e aumento da satisfação sexual e conjugal, diminuição do tédio sexual, desejo crescente de ser sexualmente aventureiro dentro do relacionamento, e ainda efeitos positivos na comunicação diádica e na qualidade do relacionamento (Floyde et al., 2020; Guidry et al., 2020; Willoughby et al., 2021). Salienta-se ainda que os padrões de uso de pornografia entre parceiros também influenciam os efeitos sentidos no relacionamento amoroso, ou seja, casais que visualizam pornografia juntos (uso compartilhado) apresentam maior satisfação no relacionamento quando comparados com aqueles que visualizam sozinhos [uso solitário] (Borgogna et al., 2018; Floyde et al., 2020).

Segundo a literatura, o uso problemático de pornografia pode ter repercussões negativas nos relacionamentos românticos. A pornografia cria expectativas no domínio sexual, moldando o que é considerado normativo e desejável, particularmente em torno da aparência sexual, desempenho, gostos e a disposição do parceiro para se envolver em determinados comportamentos sexuais. Ora, essas expectativas não são atendidas pelos parceiros sexuais da “vida real”, essa incongruência pode levar a insatisfação sexual e, por consequência, ter um impacto negativo no relacionamento (Miller et al., 2018). Consistente com a Teoria do conflito de papéis de gênero (O’Neil et al., 1986), que pressupõe a internalização rígida dos papéis de gênero, e a disputa interpessoal que daí advém. Efetivamente, a pornografia exhibe e divulga imagens de homens hipermasculinos e mulheres hiperfemininas, o que pode gerar o conflito e decepção relacional, já que é comum que

parceiros românticos não atendam às imagens idealizadas anteriormente (Wright et al., 2019). Ademais, o consumo excessivo de pornografia está associado a um aumento de concepções negativas sobre o parceiro, perda de confiança e segurança no relacionamento, maior objetificação sexual, e ainda maior instabilidade no relacionamento, distanciamento emocional e agressão sexual. O uso problemático da pornografia dentro do relacionamento está associado a taxas mais elevadas de infidelidade e níveis mais baixos de compromisso, bem como atitudes mais positivas relativamente a relações extraconjugais. Assim, percebem-se maiores taxas de infidelidade e um aumento da probabilidade de divórcio (Guidry et al., 2020; Grubs & Kraus, 2021; Willoughby et al., 2021).

Importa ainda referir a solidão como uma variável amplamente associada a satisfação no relacionamento. Do ponto de vista interpessoal, a solidão pode ser descrita como uma situação ou experiência desagradável em que as relações sociais do indivíduo são deficientes, seja em termos quantitativos ou qualitativos. Apesar de ser um sentimento subjetivo, há fatores objetivos que se podem constituir como preditores (e.g.: morar sozinho). Não obstante, a solidão não é sinónimo de estar sozinho e, as pessoas que se encontram num relacionamento romântico também podem experimentar sentimentos de solidão. Os altos níveis de solidão no relacionamento podem ser explicados por potenciais problemas de comunicação ou desconfiança, levando a uma diminuição da satisfação e qualidade do relacionamento (Fülöp et al., 2021). Ademais, é de ressaltar o papel moderador da vergonha sexual e da religiosidade na relação entre o consumo de pornografia e a satisfação com o relacionamento. No caso da vergonha sexual, é comum que a visualização de pornografia seja encarada pela díade como inaceitável e a manutenção deste comportamento, que moralmente desaprovam, vai potenciar um aumento da vergonha sexual e conseqüente diminuição dos níveis de satisfação no relacionamento. Por outro lado, o nível de religiosidade sugere que os efeitos negativos da visualização de pornografia no relacionamento são diretamente proporcionais ao nível de devoção religiosa do parceiro (Floyde et al., 2020).

Homens e mulheres percebem de forma distinta o consumo de pornografia, e assim é possível aferir conseqüências distintas deste comportamento em detrimento do sexo. No que diz respeito a indivíduos do sexo masculino salientam-se associações negativas entre a visualização de pornografia e a qualidade e satisfação no relacionamento. Todavia, o mesmo não se verifica no sexo feminino, que denota associações positivas entre o consumo de pornografia e o funcionamento e satisfação sexual com o parceiro. Estas diferenças podem ser explicadas pelos padrões de consumo distintos entre ambos os sexos, nomeadamente a

tendência dos homens para a masturbação solitária. Ademais, o sexo feminino demonstra fortes associações com a adoção de atitudes positivas em relação ao sexo, mostrando-se mais disponível para experiências sexuais, quando comparadas com os homens (Borgogna et al., 2018; Guidry et al., 2020). Entre indivíduos do sexo masculino retratam maior preferência pelos tipos de práticas sexuais frequentemente retratadas na indústria pornográfica, sendo estes o sexo quente (e.g.: múltiplas posições sexuais), sexo excêntrico (e.g.: recurso a brinquedos sexuais) e aparência sexual [e.g.: vestir uma lingerie para o parceiro] (Miller et al., 2018). No que toca a orientação sexual da díade, denota-se que o consumo de pornografia está associado a menor atividade sexual em relacionamentos heterossexuais, todavia percebem-se resultados antagônicos em relacionamentos homoafetivos, sugerindo assim que a orientação sexual é um fator moderados dos efeitos da pornografia no relacionamento (Grubs & Kraus, 2021). Estas diferenças são consistentes com a Teoria da Interação Simbólica (Blumer, 1969), segundo a qual é possível que homens e mulheres interpretem o consumo de pornografia de forma diferente, em comparação com os parceiros, relativamente ao significado deste comportamento para a qualidade do relacionamento. Por exemplo, porque é mais comum o consumo de pornografia entre homens, estes podem sentir-se menos culpados, quando comparados com mulheres, uma vez que percebem este comportamento como mais normativo, e menos prejudicial ao relacionamento (Maas, et al., 2018).

### **Satisfação Sexual: Construto e Investigação**

A satisfação sexual constitui-se como um aspeto central do ser humano e da saúde sexual, e define-se, segundo a OMS (2002), como um “estado de bem-estar físico, emocional e mental relacionado com a sexualidade” (Charing et al., 2020; OMS, 2002; Pascoal et al., 2013). Ademais, este construto associa-se ainda ao bem-estar individual e a qualidade das relações amorosas, funcionando também como um barómetro da qualidade da vida sexual (Pascoal et al., 2013). A relação entre o consumo de pornografia e a satisfação sexual tem vindo a ser amplamente estudada, tendo aumentado consideravelmente com o apogeu da pornografia na Internet (Perry & Whitehead, 2018). Neste sentido, percebe-se que esta relação sofre oscilações de acordo com o conteúdo pornográfico visualizada, isto é, os efeitos associados a pornografia parafilica (e.g.: violenta/coerciva), diferem dos efeitos decorrentes da pornografia convencional (e.g.: sexo vaginal ou oral). Assim, surge a necessidade de considerar outros fatores na avaliação da satisfação sexual como, a sexualidade lúdica (e.g.: variedade, criatividade), frequência sexual e intimidade sexual (e.g.: amor e carinho, expressão de sentimentos, romance), e ainda aspetos adicionais como a satisfação com o

tempo gasto nas preliminares e a quantidade de tempo gasto na própria relação sexual (vergonha).

Com base em evidências teóricas, percebe-se que a satisfação sexual incorpora insights da Teoria da Aprendizagem Social (Bandura, 1997) e da Teoria do Roteiro Sexual (Gagnon & Simon, 2005). Estas teorias propõem que a pornografia fomenta, consciente ou inconscientemente, expectativas nos espectadores acerca da imagem corporal e das relações sexuais, diminuindo a satisfação sexual. De uma perspectiva de comparação social, os espectadores visualizam pornografia numa perspectiva informativa para avaliar a qualidade dos parceiros e da relação sexual. Por outro lado, a Teoria do Roteiro sexual assenta na suposição de que os consumidores incorporarão informações de roteiros pornográficos nas suas vidas sexuais, afetando, em última análise, a forma como percebem os seus companheiros e experiências sexuais (Perry & Whitehead, 2018; Wright et al., 2019).

Com base em evidências científicas, percebe-se que a satisfação sexual se mostrou positivamente associada à satisfação com a vida, intimidade no relacionamento e comunicação com o parceiro sobre sexo. Efetivamente, o consumo de pornografia compartilhado entre casais pode ter um impacto positivo na satisfação sexual, como estimular os parceiros para mais exploração sexual durante a relação real, contribuindo para a criação de um “clima erótico” (Charing et al., 2020; Dwuilt & Rymski, 2019). Por outro lado, os efeitos negativos da pornografia na satisfação sexual continuam a ilustrar uma associação inversamente proporcional entre consumo e satisfação sexual. As associações negativas entre o consumo de material sexualmente explícito na internet e o bem-estar geral (autoestima geral, satisfação geral com a vida e afeto negativo) devem-se, em parte, ao impacto do uso de pornografia no domínio da satisfação sexual (Kuana et al., 2022). Ademais, verificam-se associações negativas na afeição pelos parceiros, aparência física, curiosidade sexual e desempenho sexual (Perry & Whitehead, 2018). Tal como supracitado, salientam-se as expectativas em relação ao parceiro e ao espectro de novidades sexuais representadas no material pornográfico, que devem ser geridas a fim de não danificar o domínio da satisfação sexual. A magnitude dos efeitos da pornografia pode diferir entre homens e mulheres, e também em termos de frequência e tempo de consumo, bem como o tipo de pornografia consumida (Dwuilt & Rymski, 2019). Em termos de diferenças de género, as associações encontradas vão de encontro as postuladas anteriormente referentes ao construto da satisfação com os relacionamentos amorosos (Kuana et al., 2022; Perry & Whitehead, 2018). Por fim, salienta-se ainda o papel do nível de religiosidade na relação entre o consumo de pornografia

e a satisfação sexual. Percebe-se que indivíduos religiosos tendem a experimentar sentimentos de culpa e rejeição da visualização de pornografia, que se refletem na diminuição dos níveis de satisfação sexual (Askari et al., 2021).

### **Relação entre *Cyberpornografia*, Satisfação com os Relacionamentos Amorosos e Satisfação Sexual**

A sexualidade é uma componente chave do relacionamento conjugal, assim há uma correlação significativa entre a satisfação sexual e a satisfação com o relacionamento geral. O aumento do corpo de pesquisa nesta área, potenciou a expansão de modelos teóricos que procuram explicar a satisfação sexual em contexto relacional. Salienta-se como mais proeminente e bem validado o *Interpersonal Exchange Model of Sexual Satisfaction* (IEMSS) proposto por Lawrence e Byer, em 1995. A interação sexual pode ser considerada uma troca interpessoal de recompensas e custos. Tem-se por recompensas as trocas satisfatórias (e.g.: divertir-se durante o sexo), enquanto custos são trocas que produzem angústia ou resultam em perda (e.g.: avanços sexuais ignorados). O IEMSS postula que os indivíduos atingem o nível total de satisfação sexual, pesando os aspetos positivos e negativos do relacionamento sexual. De facto, de acordo com este modelo de natureza relacional, a satisfação sexual não é definida pela avaliação das experiências e sentimentos sexuais individuais, mas sim uma avaliação das relações sexuais. Neste sentido, espera-se uma relação diretamente proporcional entre satisfação conjugal e a satisfação sexual. Quando o relacionamento conjugal é satisfatório e funciona como uma recompensa, pode levar a um aumento da satisfação e frequência da atividade sexual. Por outro lado, quando a qualidade conjugal é baixa e como um custo para o relacionamento, espera-se que a satisfação sexual seja menor. Assim, é possível inferir que a relação entre satisfação sexual e satisfação conjugal é provavelmente bidirecional. O IEMSS deu ainda origem a um questionário validado associado ao modelo, que inclui itens como “extensão de que você baixa a guarda com seu parceiro”, o “grau de intimidade emocional” e “como seu parceiro o trata quando você faz sexo”. Uma importante mudança na pesquisa da satisfação sexual diádica tem sido a introdução de modelos estatísticos que modelam a interdependência da díade. Salienta-se a *Actor-Partner Interdependence Modeling* (APIM), baseada no modelo estabelecido por Kenny e colaboradores. Esta estrutura para análise de dados tem por base que fatores individuais e da díade, contribuem para os níveis pessoais de satisfação sexual. Assim, a APIM permite aos investigadores estimar os efeitos do ator e do parceiro simultaneamente e de forma independente (Freihart et al., 2020; Yussel & Gassanov, 2010).

Dada a complexidade da relação entre a satisfação sexual e a satisfação no relacionamento, surge a necessidade de analisar os fatores que a influenciam. Assim, há evidências que sugerem que a comunicação se constitui como um fator moderador desta relação e promotor da satisfação sexual na díade. A comunicação entre o casal associa-se a satisfação sexual por meio de autorrevelações, ou seja, partilha de preferências sexuais, valores, experiências passadas e atitudes. As autorrevelações diferem na natureza, seguindo a ou a via instrumental ou a via expressiva. Na primeira os indivíduos compartilham abertamente suas preferências sexuais, permitindo seu parceiro para adaptar o comportamento sexual para melhor atender às suas necessidades e desejos. A via expressiva, por seu turno, pressupõe que a comunicação sexual em si leva a sentimentos aumentados de intimidade, que conferem benefícios sexuais (Freihart et al., 2020). Outro fator preditor da satisfação sexual no casal é a frequência sexual, sendo que se verifica uma relação positiva entre os construtos. A frequência sexual medeia o declínio constante na satisfação sexual, que normalmente aumenta à medida que os relacionamentos progridem em duração. Há ainda outros fatores que afetam esta relação, incluindo padrões de iniciação sexual, variedade sexual e orgasmos. Níveis mais elevados de satisfação sexual também estão associados a casais que variam a atividade sexual e mantêm uma alta frequência de sexo oral e penetrativo (Freihart et al., 2020; Yussel & Gassanov, 2010). Para além do mais, denota-se que a compatibilidade sexual pode desempenhar um papel facilitador na satisfação sexual diádica, sendo que casais com pontuações semelhantes de excitação e inibição sexual demonstram níveis mais elevados de satisfação sexual (Freihart et al., 2020).

Ressalta-se ainda a disfunção sexual que, quando presente num membro do casal, funciona como um inibidor de experiências sexuais satisfatórias. Para as mulheres a disfunção sexual engloba preocupações nos domínios da excitação sexual, dor e desejo, enquanto para os homens envolve dificuldades com a função erétil, ejaculação e desejo sexual. O impacto da disfunção sexual na satisfação sexual da díade é explicado pelo facto da atividade sexual em si ser menos prazerosa como resultado as preocupações sexuais, podendo induzir ansiedade de desempenho e inibir mais ainda a qualidade da atividade sexual. Para indivíduos com disfunção sexual a gama geral de comportamentos e atividades sexuais disponíveis torna-se mais restrita podendo levar a uma diminuição geral da frequência da atividade sexual. Ademais, casais que experimentam esta condição podem apresentar problemas na comunicação sexual e na autorrevelação. Mesmo casais que não experienciam problemas na atividade sexual propriamente dita, deparam-se com diferenças nos padrões de

desejo e excitação sexual, que podem contribuir para a diminuição da satisfação sexual para ambos. As discrepâncias no desejo sexual podem afetar a satisfação sexual do casal, criando uma dinâmica na qual um dos parceiros se sente ressentido por não ver as suas necessidades sexuais atendidas, e o outro parceiro associa cada vez mais a atividade sexual como uma obrigação, ao invés de uma atividade prazerosa (Freihart et al., 2020).

Um foco crescente de investigação tem sido determinar a natureza da associação entre uso de pornografia e a satisfação sexual e no relacionamento. Tendo por base que a satisfação sexual é fortemente preditiva de satisfação relacional, qualquer efeito da pornografia no primeiro provavelmente afetará o segundo (Miller et al., 2018; Wright et al., 2019). Assim a frequência do consumo de pornografia *online* impacta negativamente a satisfação sexual e de relacionamento, ao distorcer as concepções dos consumidores acerca das práticas sexuais normativas e satisfatórias, bem como cria preferências pelos tipos de práticas sexuais retratadas na pornografia que, geralmente, não são atendidas pelos parceiros reais (Miller et al., 2018). Por outro lado, pesquisas apontam para uma possível associação entre a desaprovação moral do uso de pornografia, a vergonha sexual, a satisfação sexual e a satisfação no relacionamento (Floyde et al., 2020).

A frequência de consumo de pornografia *online* é influenciada pelo contexto sexual e relacional, o que pode explicar em parte os resultados mistos relatados na literatura sobre os impactos positivos e negativos do uso de pornografia. No contexto de um relacionamento e vida sexual satisfatórios, a pornografia pode traduzir-se em comportamentos recreativos que são menos propensos a tornarem-se problemáticos. Em contraste, com um contexto relacional marcado por angústia de relacionamento e insatisfação sexual, e o uso de pornografia pode se tornar uma estratégia de regulação emocional mal adaptativa [e.g.: escapar, ignorar ou desconectar-se da realidade de uma vida sexual e de casal insatisfatória] (Daspe et al., 2018). A frequência de visualização de pornografia *online* também se constitui como um fator preponderante na forma como os indivíduos percebem os relacionamentos amorosos, sendo que maiores frequências estão associadas a uma visão mais casual do sexo, maior aceitação do sexo sem compromisso, sexo pré-matrimonial e sexo extraconjugal.

A discrepância na frequência de visualização entre parceiros, precede uma diminuição da satisfação sexual, bem como menos abertura na comunicação sexual e menor proximidade no relacionamento. Ao invés disso, quando ambos os parceiros usavam pornografia em níveis semelhantes, a comunicação sexual mostra-se mais positiva satisfatória, promovendo uma postura mais permissiva entre o casal (Maas et al., 2018; Morel et al., 2019). Um dos

contextos mais estudados diz respeito à visualização solitária ou diádica, isto é o uso concorrente ou compartilhado, respetivamente. Os resultados geralmente sugerem que o uso solitário está negativamente associado à satisfação com os relacionamentos românticos. De facto, os indivíduos que visualizam pornografia com seu parceiro são mais propensos a explorar sua sexualidade e envolver-se em uma gama mais ampla de comportamentos sexuais para adicionar novidade e emoção ao relacionamento (Morel et al., 2019; Rodrigues et al., 2021). No que concerne ao relacionamento matrimonial, a satisfação sexual está ligada à estabilidade da união, sendo que o consumo de pornografia por parte de um parceiro é frequentemente visto, particularmente por mulheres casadas, como uma forma de infidelidade, gerando sentimentos de desconfiança, traição, perda, devastação e raiva (Yussel & Gassanov, 2010). Posto isto, a nível internacional, destaca-se um estudo levado a cabo por Daspe e colaboradores (2018), que pretende examinar em que medida a qualidade do relacionamento e a sexual de um casal pode fortalecer e enfraquecer a associação entre a frequência de consumo de pornografia e a perceção de controlo sobre este comportamento numa amostra de 1.036 participantes. Os resultados sugerem que a insatisfação do casal coloca o indivíduo em risco de relatar o uso de pornografia fora de controle. Ademais, Bóthe et al. (2017) examinaram a ligação entre o consumo problemático de pornografia, relacionamento satisfação e satisfação sexual considerando crenças de maleabilidade sobre a vida sexual. Mediante os resultados obtidos percebe-se que as crenças sobre a maleabilidade das relações sexuais desempenham um papel mais importante na satisfação do relacionamento e satisfação sexual do que o consumo problemático de pornografia propriamente dito. Num estudo recente, levado a cabo por Sánchez-Lamadrid e colaboradores (2022), que pretendia compreender a relação entre a frequência de consumo de pornografia com variáveis sociodemográficas, satisfação sexual e satisfação nos relacionamentos numa amostra final de 228 indivíduos, percebe-se que níveis elevados de frequência de visualização de pornografia estão relacionados com uma diminuição da satisfação sexual, em oposição a satisfação com o relacionamento que não apresenta uma relação estatisticamente significativa. A nível nacional percebe-se uma escassez de estudos que relacionem a *cyberpornografia*, a satisfação com os relacionamentos amorosos e a satisfação sexual. Assim, que seja do nosso conhecimento há apenas dois estudos em Portugal que abordam esta temática. Salienta-se um estudo de Castro e Lins (2021) que pretendeu compreender a relação entre o consumo de pornografia e os valores humanos e atitudes em relação ao consumo, numa amostra portuguesa. Os resultados evidenciaram que atitudes positivas foram

associadas a valores pessoais (prazer, sexualidade, emoção, poder e prestígio), enquanto as atitudes negativas foram associadas a valores sociais (religiosidade e suporte social). Ainda a nível nacional, Gaspar e Carvalheira (2012) conduziram um estudo que visou analisar e identificar alguns comportamentos sexuais relacionados com o consumo de pornografia e a diversidade de conteúdos pornográficos procurados. Neste sentido e dada a escassez de dados no contexto português, neste estudo pretendemos explorar estas relações.

## Método

### Objetivos e Desenho de Investigação

Este estudo tem como objetivo geral compreender a relação entre a *cyberpornografia*, a satisfação nos relacionamentos amorosos e a satisfação sexual. Constituem-se como objetivos específicos: (1) descrever as pontuações médias dos três constructos; (2) explorar a relação entre a frequência de consumo de *cyberpornografia* e a satisfação sexual; (3) explorar a relação entre a frequência de consumo de *cyberpornografia* e a satisfação nos relacionamentos amorosos; (4) analisar se existem diferenças em função do sexo (masculino/feminino) na frequência de consumo de *cyberpornografia*, na satisfação nos relacionamentos amorosos e na satisfação sexual; (5) analisar se existem diferenças na frequência de consumo de *cyberpornografia* e na satisfação sexual em indivíduos comprometidos e em solteiros.

Com base na revisão da literatura, foram formuladas as seguintes hipóteses:

**H1** Espera-se encontrar uma relação negativa, estatisticamente significativa entre a frequência de consumo de *cyberpornografia* e a satisfação nos relacionamentos amorosos (Miller et al., 2018; Wright et al., 2017).

**H2** Espera-se encontrar uma relação negativa, estatisticamente significativa entre a frequência de consumo de *cyberpornografia* e a satisfação sexual. (Dwulit & Rzymiski, 2019; Blais-Lecours et al., 2016)

**H3** Esperam-se pontuações significativamente mais elevadas de frequência consumo de *cyberpornografia* no sexo masculino (Willoughby et al, 2016)

**H4** Esperam-se pontuações significativamente mais elevadas de satisfação no relacionamento amoroso entre mulheres, quando comparada com o sexo masculino (Wright et al., 2017)

**H5** Esperam-se pontuações significativamente mais elevadas de satisfação sexual entre mulheres, quando comparadas com o sexo masculino (Brown et al., 2017; Leonhardt & Willoughby, 2019)

Ademais, este estudo procura responder a uma questão de investigação, sendo esta:

**Q1** Há diferenças significativas na satisfação sexual entre indivíduos comprometidos e solteiros?

**Q2** Há diferenças na frequência de visualização de pornografia (compulsividade percebida, esforços de acesso, angústia emocional) entre estar solteiro ou comprometido?

**Q3** Há Diferenças na frequência de visualização de pornografia (compulsividade percebida, esforços de acesso, angústia emocional) em função de com quem vivem?

**Q4** Há diferenças na frequência de visualização de pornografia (compulsividade percebida, esforços de acesso, angústia emocional) em função de ser religioso ou não?

### **Desenho do Estudo**

O presente estudo segue uma metodologia quantitativa, uma vez que se caracteriza pela medida de variáveis e pela obtenção de resultados numéricos suscetíveis de serem generalizados para outras populações ou contextos. Além disso, trata-se de um estudo descritivo- correlacional, já que o seu intuito passa por avaliar as relações entre os construtos e descrevê-las. Tendo por base o critério tempo, o estudo segue um desenho transversal, uma vez que se pretende examinar em simultâneo várias coortes da população, em relação a um fenómeno presente no momento da investigação, através da recolha de dados que ocorrerá num único momento (Fortin, 2009). Por fim, estamos perante um estudo que tem como finalidade a investigação aplicada, uma vez que envolve a aplicação prática da ciência na compreensão de fenómenos, pondo contribuir para resolver problemas e melhorar a própria estrutura social (Almeida & Freire, 2008). As variáveis do questionário sociodemográfico constituem-se, numa fase inicial do projeto, como variáveis meramente descritivas. Contudo, mediante as respostas dos participantes poderão ser utilizadas, numa perspetiva comparativa, para efeitos de investigação.

### **Amostra**

Este estudo serve-se de um método de amostragem não probabilístico por conveniência e bola de neve. O processo de amostragem não probabilístico pressupõe que na mesma na amostra se encontrem características conhecidas da população, embora nem todos os elementos tenham probabilidade de serem integrados na amostra. Estamos ainda perante uma amostragem por conveniência, já que seleciona uma parte da população de fácil acesso (Almeida & Freire, 2008), e bola de neve identificando um sujeito que consuma pornografia, de modo que este possa ajudar a divulgar o estudo junto dos próprios contactos. Ademais, constitui-se como critério de exclusão indivíduos com idades inferiores a 18 anos.

A amostra do presente estudo é composta por 268 participantes (N = 168) com idades compreendidas entre os 18 e os 70 anos (M = 2.22. DP = 0.505) na sua maioria jovens adultos, tendo por base a classificação de idades segundo a OMS, na sua maioria do sexo feminino (n = 161, 60.1%). A maior parte da amostra é de nacionalidade portuguesa, sendo que apenas uma pessoa é luso-brasileira, sendo a área de residência maioritariamente urbana (n = 201, 75.0%) (Mo = 1). No que concerne ao estado civil e agregado familiar, a maioria dos participantes é solteira (n = 198, 73.9%) (Mo = 2) e vive com os pais, (n = 116, 43.3%) (Mo = 1). Relativamente à orientação sexual, a grande maioria dos participantes é heterossexual (n = 236, 88.1%) (Mo = 1) [Tabela1].

**Tabela 1.**

*Descrição da amostra*

<b>Variável</b>	<b>Respostas</b>	<b>n</b>	<b>%</b>
Idade	15-19 anos	6	2.2
	20-39 anos	202	75.4
	40-59 anos	55	20.5
	>60 anos	5	1.9
Sexo	Masculino	107	39.9
	Feminino	161	60.1
Nacionalidade	Portuguesa	267	99.6
	Luso-brasileira	1	.4
Área de residência	Urbana	201	75.0
	Semiurbana	47	17.5
	Rural	20	7.5
Estado civil	Casada/o	38	14.2
	Solteiro/a	198	73.9
	União de facto	19	7.1
	Separado/a ou Divorciado/a	12	4.5
	Viúva/o	1	.4
Religião	Agnóstico	48	17.9
	Ateu	61	22.8
	Religioso/a	159	59.3
Com quem vive	Pais	116	43.3
	Familiares	21	7.8
	Amigos	16	6.0
	Companheiro/a	75	28.0
	Crianças/Filhos	19	7.1
	Sozinho/a	21	7.8

### **Instrumentos**

Neste estudo, foram aplicados quatro instrumentos de avaliação, nomeadamente, um questionário de caracterização sociodemográfica e mais três instrumentos para avaliar a

frequência de consumo de pornografia *online*, a satisfação com os relacionamentos amorosos e a satisfação sexual, respetivamente.

### ***Questionário Sociodemográfico***

O questionário sociodemográfico foi construído para efeitos do presente estudo, e foi composto por perguntas abertas e fechadas, que se prendem com variáveis como a idade, o sexo, a nacionalidade, orientação sexual (heterossexual, homossexual, bissexual, assexual pansexual), área de residência (urbana, semiurbana, rural), estado civil (casada/o, solteira/a, união de facto, separado/a ou divorciado/a, viúva), a religião (Católica, protestante/Evangélica, sem religião) e com quem vive (pais, familiares, amigos, companheiro/a, crianças/filhos).

### ***Cyber Pornography Use Inventory-9 (CPUI-9; Grubbs et al., 2012; adaptado por Cardoso et al., 2019)***

O nível de adição à pornografia *online* foi medido pela *Cyber Pornography Use Inventory-9* (CPUI-9; Grubbs et al., 2012) - Versão Portuguesa (Cardoso et al., 2019). A CPUI-9 trata-se de uma medida de autorrelato, usada para avaliar o vício percebido em pornografia *online*. A CPUI-9 é composta por nove itens divididos em três dimensões: (1) a compulsividade percebida, que avalia a perceção do autocontrole na visualização de pornografia *online* (e.g.: “Acho que estou viciado/a em pornografia *online*”); (2) os esforços de acesso, que avalia a duração dos esforços individuais realizados para ver pornografia *online* (e.g.: “Por vezes tento organizar o meu horário de modo a conseguir estar sozinho/a para ver pornografia *online*”); (3) e a angústia emocional, que visa a culpa percebida inerente ao consumo de pornografia *online* (e.g.: “Sinto-me envergonhado depois de ver pornografia *online*”). Os nove itens são pontuados com base em sua frequência, através de uma escala tipo Likert com sete pontos (de 1 - “nada” a 7 - “muito frequentemente”). A pontuação total da escala varia de 9 a 63 pontos, sendo que pontuações mais altas indicam uma maior frequência de consumo de pornografia *online*. O CPUI-9 demonstra boa consistência interna para a escala total ( $\alpha = .79$ ), bem como para as subescalas de Compulsividade Percebida ( $\alpha = .83$ ), Acesso Esforços ( $\alpha = .69$ ) e Angústia Emocional [ $\alpha = .65$ ] (Cardoso et al., 2019). No âmbito do presente estudo obteve-se um alfa de *Cronbach* do instrumento total de .84 o que, segundo George e Mallery (2013), é bom. Quando consideradas as dimensões da CPUI-9, a Compulsividade Percebida apresenta um alfa de *Cronbach* de .88, considerado bom; a dimensão dos Esforços de Acesso, por sua vez, apresenta um alfa de *Cronbach* aceitável ( $\alpha =$

.74); e, por fim, a Angústia Emocional apresentou um alfa de *Cronbach* considerado bom ( $\alpha = .87$ ).

***Global Measure of Relationship Satisfaction (GMREL; Lawrence & Byers, 1995; adaptado por Pascoal et al., 2015)***

A satisfação nos relacionamentos amorosos foi avaliada com recurso à *Global Measure of Relationship Satisfaction* (GMREL), construída por Lawrence e Byers (1995), adaptada para a população portuguesa por Pascoal e colaboradores (2015). Avalia a satisfação relacional global, através da análise subjetiva que cada indivíduo efetua acerca da relação atual com o/a seu/sua companheiro/a. Os participantes classificam a sua relação em cinco itens e respondem através de uma escala tipo Likert de sete pontos (“Muito Boa” -7 a 1 - “Muito Má”; “Muito Agradável” -7 a 1 - “Muito Desagradável”; “Muito Positiva” -7 a 1 - “Muito Negativa”; “Muito Satisfatória” -7 a 1 - “Muito Insatisfatória”; “Muito Importante” -7 a 1 - “Muito Irrelevante”). As classificações são somadas permitindo valores entre cinco e 35, sendo que resultados mais elevados indicam maior satisfação relacional. Nos estudos originais (Lawrence & Byers, 1995), a GMREL apresentou boa consistência interna com um alfa de *Cronbach* de .90 (Pascoal et al., 2015). No presente estudo obteve-se um alfa de *Cronbach* considerado excelente de .96, segundo a classificação de George e Mallery (2013).

***Global Measure of Sexual Satisfaction (GMSEX; Lawrence & Byers, 1995, adaptado por Pascoal et al., 2013)***

A satisfação sexual foi avaliada com recurso à *Global Measure of Sexual Satisfaction* (GMSEX), construída por Lawrence e Byers (1995), adaptada para a população portuguesa por Pascoal e colaboradores (2013). Trata-se de um instrumento que avalia a satisfação sexual, através da apreciação subjetiva que cada indivíduo faz da sua relação atual com o/a seu/sua companheiro/a. A GMSEX é composta por cinco itens que adjetivam de forma bipolar a relação, através de uma escala tipo Likert com sete pontos (“Muito Boa” -7 a 1 - “Muito Má”; “Muito Agradável” -7 a 1 - “Muito Desagradável”; “Muito Positiva” -7 a 1 - “Muito Negativa”; “Muito Satisfatória” -7 a 1 - “Muito Insatisfatória”; “Muito Importante” -7 a 1 - “Muito Irrelevante”). As classificações são somadas permitindo valores entre cinco e 35, sendo que resultados mais elevados indicam maior satisfação sexual. No estudo da validação original levado a cabo por Lawrence e Byers (1995), este instrumento demonstrou ter boa consistência interna, com um alfa de *Cronbach* de .90 (Pascoal et al., 2013). No presente estudo obteve-se um alfa de *Cronbach* considerado excelente de .97, segundo a classificação de George e Mallery (2013).

## **Procedimentos**

Este estudo foi aprovado pelo Conselho Científico da FFCS UCP. Para recolha de dados, foi inicialmente efetuado um pedido de autorização aos autores para utilizar os instrumentos mencionados anteriormente. Com base nas autorizações institucionais necessárias, foi apresentado um pedido de consentimento informado. O convite para participar no estudo foi na modalidade *online*, de modo a minimizar os efeitos da desajustabilidade social, tendo em conta o estigma associado a esta temática. De modo a complementar, a divulgação do estudo estendeu-se às redes sociais (Instagram e Facebook) e junto de redes pessoais, familiares e académicas. A recolha de dados ocorreu ao longo do mês de janeiro e fevereiro de 2023. Os consentimentos informados e os dados foram recolhidos com recurso a um formulário *online*. Salienta-se a importância de tornar todos os campos de resposta obrigatórios, de modo a garantir que todos são preenchidos, bem como colocar à disposição um endereço de e-mail para esclarecer eventuais dúvidas. No que diz respeito aos cuidados éticos foram respeitados os princípios éticos para a investigação médica em seres humanos postulados na Declaração de Helsínquia da Associação Médica Mundial (2013). Foram ainda salvaguardados cuidados no sentido de assegurar que a investigação não causará danos físicos nem psicológicos aos participantes, foi fornecida toda a informação acerca dos riscos, benefícios e características gerais da sua participação, bem como foi solicitado o consentimento dos participantes. Os dados recolhidos são anónimos e foram tratados de modo confidencial.

Relativamente à recolha da amostra, é de salientar que o N inicial de participantes era de 273, contudo foram retirados cinco participantes por não atenderem aos critérios de inclusão, nomeadamente indivíduos de nacionalidade brasileira, e, portanto, a amostra final é composta por 268 participantes. No que toca à classificação de idades importa saber que foi feita de acordo com os critérios de Organização Mundial de Saúde (OMS), segundo os quais indivíduos com idade inferior a 19 anos são considerados adolescentes; com idades compreendidas entre 20 e 38 anos são descritos como jovens adultos; com idades compreendidas entre 40 e 59 anos são considerados adultos; e, indivíduos com idades iguais ou superiores a 60 anos são considerados adultos mais velhos.

## **Análise de Dados**

Os dados foram recolhidos através do formulário *online*, e imputados no programa informático de análise estatística, *Statistical Package for the Social Sciences* (IBM SPSS), versão 28.0 do *Windows 10*. Num primeiro momento, foram analisadas as propriedades

psicométricas dos instrumentos utilizados, através da determinação dos alfas de *Cronbach* totais e das dimensões que os constituem. Para efeitos da análise quantitativa dos dados, recorreu-se à estatística descritiva para caracterizar os participantes e as variáveis da amostra, calculando-se medidas de tendência central, de dispersão, de assimetria e de curtose. A média e o desvio – padrão são empregues para descrever variáveis contínuas. As variáveis categóricas são descritas como frequências absolutas e relativas. Para testar a normalidade da amostra, nomeadamente, da distribuições e homogeneidade das variâncias, recorreu-se ao teste *Kolmogorov – Smirnov*. Analisamos a normalidade das variáveis usando o teste de *Kolmogorov-Smirnov* e as estatísticas de Assimetria e Curtose. Pelo teste *Kolmogorov-Smirnov* constata-se que a amostra não segue uma distribuição normal, já que todos os valores apresentam um grau de significância inferior a .001 ( $p = <0,05$ ). Ademais, em termos de assimetria e curtose, Kleine (1998) apresenta como valores de referência que representam problemas de normalidade: (a) se o valor de assimetria for superior, em valores absolutos, a três então estes serão extremamente assimétricos; (b) se o valor de curtose superior, em valores absolutos, a 10, há indicação de problemas se, por sua vez, for superior a 20 há a indicação de problemas ainda maiores. Segundo estes critérios estamos perante uma

distribuição assimétrica da amostra. Contudo, segundo Pallant (2011) apesar desta assimetria, tendo por base o Teorema do Limite Central e o  $N (>200)$  da amostra, que é considerado grande para alguns autores (e.g., Kleine, 1998), devemos assumir uma amostra grande e utilizar testes paramétricos. Para analisar a relação entre a frequência do consumo de *cyberpornografia* e a satisfação com os relacionamentos amorosos e a satisfação sexual, serão calculados os coeficientes de correlação  $r$  de *Pearson*, tendo em conta a distribuição da amostra. A intensidade das correlações será avaliada segundo os critérios de Cohen (1988, citado por Pallant, 2011), segundo os quais um coeficiente com valores compreendidos entre .10 e .29 é considerado baixos, quando o coeficiente apresenta valores entre .30 e .49 é considerado moderado e, por fim, um coeficiente é considerado elevado quando apresenta valores entre .5 e .49. Por fim, serão utilizados os testes *t-student* para avaliar diferenças entre variáveis paramétricas e não paramétricas respetivamente, a fim de estabelecer diferenças na satisfação com os relacionamentos amorosos e na satisfação sexual, entre homens e mulheres que visualizam pornografia *online*. Por fim, será calculado o tamanho do efeito (d de Cohen) para as diferenças estatisticamente significativas, tendo por base os critérios de Cohen (1988 citado por Pallant, 2011), segundo os quais .1 é indicativo de um efeito médio e .5 é indicativo de um efeito elevado.

## Resultados

Tal como podemos observar na Tabela 2, nos três instrumentos, os participantes registaram valores mínimos compatíveis com as pontuações mínimas possíveis. Por outro lado, as pontuações máximas obtidas são inferiores às pontuações máximas possíveis, com a exceção da dimensão da Angústia Emocional do *Cyber Pornography Use Inventory-9 Global Measure of Relationship Satisfaction* e da *Global Measure of Sexual Satisfaction*. No que concerne às médias, estas são inferiores às médias possíveis em todos os instrumentos.

### Tabela 2.

*Pontuações Possíveis e Obtidas no Cyber Pornography Use Inventory-9 Global Measure of Relationship Satisfaction Global Measure of Sexual Satisfaction*

Variável	Pontuação min. – max. Possível	Pontuação min.-max.	<i>M</i>	<i>DP</i>
Compulsividade Percebida	3-21	3-20	4.59	3.21
Esforços de Acesso	3-21	3-18	3.42	1.43
Angústia Emocional	3-21	3-21	4.13	3.01
FVP Total	9-63	9-54	12.13	5.96
Satisfação Sexual	4-28	4-28	9.02	5.61
Satisfação com os Relacionamentos Amorosos	5-35	5-32	9.48	5.67

*Nota.* FPV = Frequência de Visualização de Pornografia

Como descrito na tabela 3, verificam-se relações positivas estatisticamente significativas entre o total de Frequência de Visualização de Pornografia com todas as dimensões do instrumento. Ademais, entre as dimensões do total de Frequência de Visualização de Pornografia, encontram-se relações positivas estatisticamente significativas entre a Compulsividade Percebida e os Esforços de Acesso ( $r_s = .594, p < .001$ ), a Compulsividade Percebida e a Angústia Emocional ( $r_s = .279, p < .001$ ) e os Esforços de Acesso e a Angústia Emocional ( $r_s = .379, p < .001$ ). Verificam-se também relações positivas estatisticamente significativas entre a dimensão Esforços de Acesso e a Satisfação com os Relacionamentos Amorosos ( $r_s = .235, p < .001$ ). Por fim, existem relações positivas estatisticamente significativas entre a Satisfação Sexual e a Satisfação com os Relacionamentos Amorosos ( $r_s = .801, p < .001$ ).

### Tabela 3.

*Relações entre a Frequência de Visualização de Pornografia, a Satisfação Sexual e a Satisfação nos Relacionamentos Amorosos*

	1.	2.	3.	4.	5.	6.
1. Compulsividade Percebida	1.00	.59**	.28**	.82**	.07	.09
2. Esforços de Acesso		1.00	.38**	.75**	.07	.24**
3. Angústia Emocional			1.00	.75**	-.01	-.01
4. FVP Total				1.00	.05	.01
5. Satisfação Sexual					1.00	.80**
6. Satisfação com os Relacionamentos Amorosos						1.00

Nota. FPV = Frequência de Visualização de Pornografia \*  $p < .05$ . \*\*  $p$

Com recurso ao teste *t-student* para avaliar as diferenças na frequência de visualização de pornografia (compulsividade percebida, esforços de acesso, angústia emocional) em função do sexo, encontramos diferenças significativas na dimensão compulsividade percebida [ $t(135.493) = 5.671, p < .001$ ], com pontuações superiores entre os rapazes, como se percebe na leitura da tabela 4. Encontramos também diferenças na dimensão esforços de acesso [ $t(125.562) = 3.052, p < .001$ ] com pontuação média superior entre o sexo masculino. Por fim, encontramos diferenças significativas no total de frequência de visualização de pornografia [ $t(142.501) = 4.644, p < .001$ ] cuja pontuação média é, mais uma vez, superior entre indivíduos do sexo masculino.

#### Tabela 4.

*Diferenças na Frequência de Visualização de Pornografia em Função do Sexo.*

	Masculino		Feminino		Teste de t-student		
	<i>M</i>	<i>DP</i>	<i>M</i>	<i>DP</i>	<i>t</i>	<i>gl</i>	<i>p</i>
Compulsividade Percebida	6.04	4.13	3.62	1.88	5.671	135.493	< .001
Esforços de Acesso	3.79	2.01	3.17	.75	3.052	125.562	< .001
Angústia Emocional	4.53	3.19	3.86	2.89	1.806	266	.07
FVP Total	14.36	7.64	10.65	3.87	4.644	142.501	< .001

Nota. FPV = Frequência de Visualização de Pornografia

Com recurso ao teste *t-student* para avaliar as diferenças na satisfação sexual e satisfação nos relacionamentos amorosos em função do género, não encontramos diferenças significativas. Não obstante, percebe-se, na tabela 5, que a pontuação média é superior entre indivíduos do sexo masculino em ambas as variáveis.

#### Tabela 5.

*Diferenças na Satisfação Sexual e Satisfação nos Relacionamentos Amorosos em Função do Sexo.*

	Masculino		Feminino		Teste de t-student		
	M	DP	M	DP	<i>t</i>	<i>gl</i>	<i>p</i>
Satisfação Sexual	9.42	5.59	8.76	5.63	.947	266	.24
Satisfação com os relacionamentos amorosos	10.36	6.00	8.98	5.44	1.596	185	.78

Recorremos ao teste *t-student* para avaliar as diferenças na satisfação sexual em função de estar numa relação formalizada ou não. Tal como podemos verificar na tabela 6 não encontramos diferenças estatisticamente significativas, contudo é possível observar que as pontuações médias são superiores entre indivíduos que estão numa relação formalizada.

**Tabela 6.**

*Diferenças na Satisfação Sexual em Função de estar numa Relação Formalizada.*

	C/ relação formalizada		S/ relação formalizada		Teste de t-student		
	M	DP	M	DP	<i>t</i>	<i>gl</i>	<i>p</i>
Satisfação Sexual	9.63	5.69	8.86	5.59	.924	266	.937

*Nota:* C/ relação formalizada = casados, união de facto; S/ relação formalizada = solteiro, separado/divorciado, viúvo

Recorremos ao teste *t-student* para avaliar as diferenças na satisfação sexual em detrimento das pessoas com quem vive. Tal como podemos verificar na tabela 7. não encontramos diferenças estatisticamente significativas, contudo é possível observar que as pontuações médias são superiores entre indivíduos que vivem com os amigos, crianças ou sozinhos.

**Tabela 7.**

*Diferenças na Satisfação Sexual em Função de Com quem Vive.*

	Vive com pais, familiares ou companheiro		Vive com amigos, crianças ou sozinho		Teste de t-student		
	M	DP	M	DP	<i>t</i>	<i>gl</i>	<i>p</i>
Satisfação Sexual	8.93	5.51	9.25	5.87	-.413	266	.725

Recorremos ao teste *t-student* para avaliar as diferenças na satisfação sexual em função da zona onde vive. Tal como podemos verificar na tabela 8 não encontramos

diferenças estatisticamente significativas, contudo é possível observar que as pontuações médias de satisfação sexual são superiores entre indivíduos que vivem em zonas urbana.

**Tabela 8.**

*Diferenças na Satisfação Sexual em Função da Zona Onde Vive.*

	Urbana		Semiurbana		Teste de t-student		
	M	DP	M	DP	<i>t</i>	<i>gl</i>	<i>p</i>
Satisfação Sexual	9.34	5.73	8.30	5.08	1.149	246	.300

Recorremos ao teste *t-student* para avaliar as diferenças na satisfação sexual em função do nível de religiosidade. Tal como podemos verificar na tabela 9 não encontramos diferenças estatisticamente significativas, contudo é possível observar que as pontuações médias de satisfação sexual são superiores entre indivíduos ateus.

**Tabela 9.**

*Diferenças na Satisfação Sexual em Função de ser ou não Religioso.*

	Religioso		Ateu		Teste de t-student		
	M	DP	M	DP	<i>t</i>	<i>gl</i>	<i>p</i>
Satisfação Sexual	8.82	5.44	8.97	5.65	-.181	218	.529

Recorremos ao teste *t-student* para avaliar as diferenças na frequência de visualização de pornografia (compulsividade percebida, esforços de acesso, angústia emocional) em função de estar numa relação formalizada ou não. Tal como podemos verificar na tabela 10. encontramos diferenças estatisticamente significativas na dimensão da compulsividade percebida [ $t(266) = -1.793, p = .006$ ], com pontuações médias superiores entre indivíduos sem uma relação formalizada. Percebem-se diferenças estatisticamente significativas nos esforços de acesso [ $t(264.220) = -2.494, p = .005$ ], com pontuações médias superiores entre indivíduos que estão numa relação formalizada. E, por fim há diferenças estatisticamente significativas na dimensão da angústia emocional [ $t(266) = -1.352, p = .027$ ], com pontuações médias superiores entre indivíduos que não se encontram numa relação formalizada.

**Tabela 10.**

*Diferenças Na Frequência De Visualização De Pornografia Em Função De Estar Numa Relação Formalizada .*

	C/ relação formalizada	S/ relação formalizada	Teste de t-student
--	------------------------	------------------------	--------------------

	M	DP	M	DP	<i>t</i>	<i>gl</i>	<i>p</i>
Compulsividade Percebida	10.74	3.50	12.51	6.42	-1.793	266	.006
Esforços de Acesso	3.76	.468	3.49	1.58	-2.494	264.220	.005
Angústia Emocional	3.65	2.47	4.26	3.14	-1.352	266	.027

*Nota:* C/ relação formalizada = casados, união de facto; S/ relação formalizada = solteiro, separado/divorciado, viúvo

Recorremos ao teste *t-student* para avaliar as diferenças na frequência de visualização de pornografia (compulsividade percebida, esforços de acesso, angústia emocional) em função de com quem vive. Tal como podemos verificar na tabela 11., encontramos diferenças estatisticamente significativas na dimensão compulsividade percebida [ $t(266) = 1.443, p = .007$ ], com pontuações médias superiores entre indivíduos que vivem com pais, familiares ou companheiros.

**Tabela 11.**

*Diferenças Na Frequência De Visualização De Pornografia Em Função De Com Quem Vive.*

	Vive com pais familiares ou companheiro		Vive com amigos crianças ou sozinho		Teste de t-student		
	M	DP	M	DP	<i>t</i>	<i>gl</i>	<i>p</i>
Compulsividade Percebida	4.74	3.43	4.06	2.25	1.443	266	.007
Esforços de Acesso	3.47	1.54	3.26	.91	.993	266	.094
Angústia Emocional	4.04	2.94	4.43	3.25	-.8834	366	.183

Recorremos ao teste *t-student* para avaliar as diferenças na frequência de visualização de pornografia (compulsividade percebida, esforços de acesso, angústia emocional) em função da zona onde vive (urbana e semiurbana). Tal como podemos verificar na tabela não encontramos diferenças estatisticamente significativas em nenhuma das dimensões.

**Tabela 12.**

*Diferenças Na Frequência De Visualização De Pornografia Em Função Da Zona Onde Vive.*

	Urbana		Semi-urbana		Teste de t-student		
	M	DP	M	DP	<i>t</i>	<i>gl</i>	<i>p</i>
Compulsividade Percebida	4.65	3.26	4.40	2.68	.454	246	.511
Esforços de Acesso	3.41	1.40	3.34	1.13	.330	246	.484

Angústia Emocional	4.09	2.80	4.13	3.35	-.081	246	.765
--------------------	------	------	------	------	-------	-----	------

Recorremos ao teste *t-student* para avaliar as diferenças na frequência de visualização de pornografia (compulsividade percebida, esforços de acesso, angústia emocional) em função da religião. Tal como podemos verificar na tabela 13., encontramos diferenças estatisticamente significativas na dimensão da angústia emocional [ $t(83.497) = 1.1394, p = .024$ ], com pontuações médias superiores entre indivíduos ateus.

**Tabela 13.**

*Diferenças Na Frequência De Visualização De Pornografia Em Função Da Religião.*

	Religioso		Ateu		Teste de t-student		
	M	DP	M	DP	<i>t</i>	<i>gl</i>	<i>p</i>
Compulsividade Percebida	4.41	3.21	4.44	2.72	.073	218	.481
Esforços de Acesso	3.41	1.61	3.41	1.01	.005	218	.846
Angústia Emocional	3.81	2.68	4.56	3.84	1.1394	83.492	.024

## Discussão

Este estudo teve como objetivo analisar a relação entre a frequência de consumo de pornografia com a satisfação sexual e satisfação nos relacionamentos amorosos numa amostra de adultos portugueses. Partindo da análise da H1, segundo a qual se espera encontrar uma relação negativa, estatisticamente significativa entre a frequência de consumo de *cyberpornografia* e a satisfação nos relacionamentos amorosos, percebe-se que os resultados obtidos na amostra do presente estudo não vão de ao encontro da literatura (e.g., Miller et al., 2018; Wright et al., 2017). Estes resultados podem ser explicados primeiramente pelo facto da satisfação no relacionamento se constituir como um construto subjetivo, ou seja, que depende da perceção individual do sujeito quer acerca do relacionamento em si, quer acerca do que considera ser satisfatório ou não numa relação. Ademais, é necessário ter em conta tanto variáveis pessoais e relacionais como os múltiplos contextos que circunscrevem a relação, nomeadamente a saúde física de ambos os elementos da díade, as visões e atitudes pessoais dos parceiros, o status e duração do relacionamento, o histórico de diferenças individuais, crenças e experiências sexuais e, por fim, o nível de abertura e diálogo do casal. Para além disso, a frequência de visualização de pornografia (percebida como normativa ou compulsiva), o conteúdo pornográfico visualizado (parafilico/violento ou convencional) e a modalidade de visualização (sozinho ou com o parceiro) constituem-se também como

variáveis moderadoras do impacto da visualização de pornografia na satisfação dos relacionamentos amorosos (Borbogna et al., 2018; Grubs & Kraus, 2021; Willoughby, 2021).

Seguidamente, percebe-se que a amostra do presente estudo é composta essencialmente por indivíduos com idades compreendidas entre os 20 e os 39 anos ( $n = 202$ ), pelo que se pressupõe que já tenham tido experiências sexuais anteriores, e, por isso que desmistifiquem crenças associadas ao conceito de pornografia “irrealista” vendido pelos sites pornográficos. Não obstante, verifica-se nesta amostra uma relação positiva estatisticamente significativa entre os esforços de acesso e a satisfação nos relacionamentos amorosos. Tendo por base a premissa de que o esforço de acesso pressupõe que o indivíduo faz ajustes no horário para estar sozinho e ver pornografia ou não aceita convites e falta a compromissos para consumir conteúdo pornográfico, este resultado propõe-nos um cenário em que se a visualização de pornografia não for bem aceite por um elemento do casal, quanto maiores os esforços de acesso para “esconder” este hábito, maior será a satisfação no relacionamento amoroso.

No que concerne à H2, esta previa que se encontrasse uma relação negativa, estatisticamente significativa entre a frequência de consumo de *cyberpornografia* e a satisfação sexual (e.g., Dwulit & Rzymiski, 2019; Blais-Lecours et al., 2016), todavia não foi corroborada no presente estudo. Este resultado deve-se, seguindo o raciocínio até agora formulado, primeiramente ao facto da satisfação sexual se constituir como um construto de índole subjetiva que incorpora tanto a sexualidade partilhada (atividade sexual com parceiro) como a sexualidade individual (e.g., masturbação). Posto isto, também as crenças e experiências individuais, a frequência de visualização e o conteúdo em si afetam de forma diferente os consumidores. Salienta-se ainda a necessidade de considerar outros fatores na avaliação da satisfação sexual como, a sexualidade lúdica, a frequência sexual e a intimidade sexual (e.g.: amor e carinho, expressão de sentimentos, romance), e ainda aspetos adicionais como a satisfação com o tempo gasto nas preliminares e a quantidade de tempo gasto na própria relação sexual (Leonhardt & Willoughby, 2017). Por fim, importa compreender que a amostra é constituída por 198 participantes cujo estado civil é “solteiro”, ora, espera-se que para indivíduos que não se encontrem numa relação amorosa o consumo de pornografia acarrete menos sentimentos de vergonha e culpa e, por isso, não apresentem pontuações negativas de satisfação sexual (Floyde et al., 2020)

Globalmente, os resultados sustentam a H3, tendo-se verificado pontuações mais elevadas de frequência consumo de *cyberpornografia* no sexo masculino, sendo os resultados

coerentes com o que tem sido evidenciado em estudos prévios (e.g., Willoughby et al, 2016). No que concerne às H4 e H5, segundo as quais se esperam pontuações mais elevadas de satisfação sexual e satisfação no relacionamento amoroso entre mulheres, quando comparada com o sexo masculino, os resultados não corroboram as evidências (Brown, Carroll, et al., 2017; Leonhardt & Willoughby, 2019; Wright et al., 2017). Este resultado pode ser explicado pelo facto dos papéis de género serem representados de forma distinta na sociedade e, por isso, homens e mulheres estão sujeitos a diferentes tipos de estímulos, constrangimentos, limitações e oportunidades (Baumel et al., 2019). Assim, é visível uma construção social que associa alguns comportamentos de cariz sexual a uma imagem promíscua das mulheres, enquanto a visualização de pornografia entre indivíduos do sexo masculino é vista socialmente como mais normalizada e aceite, o que pode influenciar o nível de satisfação sexual e nos relacionamentos amorosos de indivíduos do sexo feminino (Kumar et al., 2021).

No que diz respeito à Q1, questão exploratória acerca das diferenças na satisfação sexual entre indivíduos solteiros e casados, não se encontraram diferenças estatisticamente significativas e perceberam-se pontuações superiores entre indivíduos numa relação. O facto de não se terem encontrado diferenças estatisticamente significativas entre a satisfação sexual em função de estar numa relação formalizada ou não, pode ser explicado pelo facto de não haver uma relação direta de causa-efeito entre ambos. Isto é, o estado civil não é um barómetro satisfação sexual, um indivíduo solteiro pode ter uma vida sexual tão ativa e percebida como sexualmente satisfatória independentemente do seu estado civil. Ademais, a satisfação sexual engloba práticas sexuais individuais, ou seja, em que não carecem de um segundo elemento, como por exemplo a masturbação. Por fim, a pontuação média mais elevada em indivíduos com uma relação formalizada pode ser explicada pelo facto de a satisfação sexual ser um construto guarda-chuva que varia conforme os níveis de intimidade do casal, ou seja, engloba fatores como o amor, o carinho, a expressão de sentimentos e o romance (Leonhardt & Willoughby, 2017). Estes fatores estarão, à partida mais relacionados com sujeitos que mantêm um compromisso amoroso assumido (casados e em união de facto).

No que concerne à Q2, percebe-se que a indivíduos sem um relacionamento formalizado apresentam maiores níveis de compulsividade percebida de visualização de pornografia, enquanto indivíduos com uma relação formalizada apresentam níveis mais elevados de esforços de acesso e angústia emocional perante a visualização de pornografia *online*. O primeiro resultado pode ser explicado pelo facto de indivíduos que não têm um parceiro poderão encarar a pornografia como única fonte de prazer e excitação, bem como a

amostra apresenta alguma discrepância no que toca à variável sociodemográfica “estado civil”, dado que a maioria da amostra é composta por indivíduos solteiros ( $n = 191$ ). Por outro lado, os participantes que não têm uma relação formalizada revelam níveis mais elevados de esforços de acesso a material pornográfico; este resultado pode dever-se ao facto do consumo da visualização de pornografia dentro do relacionamento estar associada a taxas mais elevadas de infidelidade e níveis mais baixos de compromisso, bem como atitudes mais positivas relativamente a relações extraconjugais e um aumento da probabilidade de divórcio (Guidry et al., 2020; Grubs & Kraus, 2021; Willoughby et al., 2021). Assim sendo, o consumo de pornografia por parte de um parceiro é frequentemente visto, particularmente por mulheres casadas, como uma forma de infidelidade, gerando sentimentos de desconfiança, traição, perda, devastação e raiva (Yussel & Gassanov, 2010). Segundo a literatura, esta desaprovação moral do uso de pornografia por parte de um membro da díade relaciona-se positivamente com a vergonha sexual, a satisfação sexual e a satisfação no relacionamento (Floyde et al., 2020). Esta inferência é congruente com o resultado subsequente, segundo o qual, indivíduos com uma relação formalizada apresentam maiores níveis de angústia emocional quando visualizam pornografia *online*. No caso da vergonha sexual, é comum que a visualização de pornografia seja encarada pela díade como inaceitável e a manutenção deste comportamento, que moralmente desaprovam, vai potenciar um aumento da vergonha sexual e conseqüente diminuição dos níveis de angústia emocional (Floyde et al., 2020).

A Q3 pretende compreender se há diferenças na frequência de visualização de pornografia (compulsividade percebida, esforços de acesso, angústia emocional) em detrimento de coabitarem com os pais, familiares e companheiros, ou viverem com amigos, crianças ou sozinhos. Esta distinção foi feita tendo como critério base a facilidade em controlar o ambiente externo a fim de criar condições para ver pornografia, ou seja, espera-se que os participantes que vivem sozinhos e com amigos tenham mais momentos de privacidade e que haja uma maior facilidade de controlar os horários das crianças, quando comparados com sujeitos que vivem com companheiros, pais e familiares. Todavia, em oposição ao que seria expectável percebem-se maiores níveis de compulsividade percebida entre indivíduos que vivem com companheiros pais e familiares. Este resultado pode ser explicado pelo facto da amostra do presente estudo ser constituída na sua maioria por jovens adultos ( $n = 202$ ) que vivem com os pais ( $n = 116$ ), esta faixa etária está, geralmente, numa fase de vida que promove a descoberta sexual. Por outro lado, o uso de pornografia pode se tornar uma estratégia de regulação emocional mal adaptativa que tem como objetivo escapar,

ignorar ou desconectar-se da realidade de uma vida sexual e de casal insatisfatória (Daspe et al., 2018) levando a níveis superiores de compulsividade percebida entre indivíduos que vivem com os companheiros.

Finalmente, a Q4 pretende compreender se há diferenças na frequência de visualização de pornografia em função de ser religioso ou ateu, os resultados indicam que há pontuações mais elevadas de angústia emocional em participantes ateus. Este resultado não vai ao encontro da literatura, segundo a qual indivíduos religiosos tendem a experimentar sentimentos de culpa e rejeição da visualização de pornografia (Askari et al., 2021) e, por este motivo, estariam mais suscetíveis a ter níveis mais elevados de angústia emocional. Todavia a amostra é maioritariamente composta por jovens adultos e, apesar de serem maioritariamente religiosos (n = 159), esta geração pode não perceber a visualização de pornografia como assunto tabu ou “pecado”, ao invés disso, compreende a sexualidade como parte integrante da vida humana e que pode ser vivenciada em concomitância com crenças religiosas.

Apesar das potencialidades deste estudo, há algumas limitações a destacar. Primeiramente salienta-se uma escassez de estudos relacionados com esta temática a nível nacional. Para além disso ressalva-se a homogeneidade da amostra em algumas variáveis sociodemográficas, sendo que uma grande maioria tem idades compreendidas entre os 20 e os 39 anos (75.4%), vive numa zona urbana (75%) e é solteiro (73.9%), o que pode influenciar os resultados obtidos. Ademais, os instrumentos selecionados tratam-se de questionários de autorrelato e cariz subjetivo, uma vez que retratam a perceção dos participantes acerca da temática podendo enviesar os resultados. Apesar destas limitações, o presente estudo ofereceu contributos para enriquecer o campo de investigação dedicado quer à frequência de visualização de pornografia *online*, quer à satisfação sexual e satisfação com os relacionamentos amorosos. Como implicações para estudos futuros sugere-se replicar o estudo, com recolha de dados na *modalidade* presencial, de modo a perceber se os resultados são corroborados e não sofreram enviesamento da recolha de dados *online*. Para além disso, ressalva-se a importância de relacionar os as variáveis de investigação com outros construtos como por exemplo, compreender a influencia da visualização de pornografia *online* na solidão e autoestima. Importa ainda, o recurso a instrumentos de avaliação que tenham em conta as especificidades inerentes à satisfação sexual (e.g., tempo e facilidade em chegar a um orgasmo) e à satisfação com os relacionamentos amorosos (e.g., intimidade), ao invés de uma avaliação global como utilizada no presente estudo. Também será útil ampliar estes

estudos no sentido de testar os modelos teóricos que procuram explicar a satisfação sexual em contexto relacional, nomeadamente o IEMSS e o APIM. Ademais seria útil desenvolver estudos neste âmbito em camadas mais jovens da população, uma vez que a idade de início de consumo de pornografia se constitui como um fator relevante, tendo em conta a parca maturação psicossocial de crianças e adolescentes expostos a conteúdo de cariz sexual e, esta faixa etária tem vindo a consumir material pornográfico disponível *online* cada vez mais precocemente (Wright & Štulhofer, 2019). Importa ainda compreender que, com o desenvolvimento da tecnologia, a pornografia *online* estende-se a múltiplos contextos que promovem, para além da visualização de pornografia, a interação sexual (*cybersex*) como plataformas digitais não censuradas de partilha de material sexualmente explícito (e.g., *only fans*) e chats construídos para este propósito (e.g., *chatroulette*). Por fim, poderá ser interessante elaborar estudos que relacionem estes construtos com outras variáveis sociodemográficas como a orientação sexual e estudos transculturais. Como implicações práticas, importa promover colaborações entre profissionais de psicologia com vários contextos como centros, de saúde, hospitais, empresas e escolas com o objetivo de elaborar campanhas informativas e sessões de psicoeducação que visam sensibilizar para as consequências da frequência visualização de pornografia no funcionamento psicossocial que se podem vir a repercutir em dificuldades ao nível fisiológico, pessoal, profissional e dos relacionamentos.

## Referências

- Almeida, L. S. & Freire, T. (2008). *Metodologia de Investigação em Psicologia e Educação*. Psiquilíbrios (5ª edição)
- Askari, M., Ghorashi, Z., Chesli, R. R., & Vazirinejad, R. (2021). Sexual satisfaction and marital intimacy in Iranian male pornography users. *Sexual and Relationship Therapy*, 1–11. <https://doi.org/10.1080/14681994.2021.1981853>
- Baumel, C. P. C., Guerra, V. M., Garcia, A., & Rosário, A. G. (2020). Consumo de pornografia e relacionamento amoroso: Uma revisão sistemática do período 2006–2015. *GeraiS: Revista Interinstitucional de Psicologia*, 13(1), 1–19. <https://doi.org/10.36298/gerais2020130103>
- 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>
- Blais-Lecours, S., Vaillancourt-Morel, M. P., Sabourin, S., & Godbout, N. (2016). Cyberpornography: Time use, perceived addiction, sexual functioning, and sexual satisfaction. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 19(11), 649–655. <https://doi.org/10.1089/cyber.2016.0364>
- Borgogna, N. C., Lathan, E. C., & Mitchell, A. (2018). Is women's problematic Pornography viewing related to body image or relationship satisfaction? *Sexual Addiction Compulsivity*, 25(4), 345–366. <https://doi.org/10.1080/10720162.2018.1532360>
- Bóthe, B., Tóth-Király, I., Demetrovics, Z., & Orosz, G. (2017). The pervasive role of sex mindset: Beliefs about the malleability of sexual life is linked to higher levels of relationship satisfaction and sexual satisfaction and lower levels of problematic pornography use. *Personality and Individual Differences*, 117, 15–22. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2017.05.030>
- Brown, C. C., Carroll, J. S., Yorgason, J. B., Busby, D. M., Willoughby, B. J., & Larson, J. H. (2016). A common-fate analysis of pornography acceptance, use, and sexual satisfaction among heterosexual married couples. *Archives of Sexual Behavior*, 46(2), 575–584. <https://doi.org/10.1007/s10508-016-0732-4>
- Byers, E. S., Demmons, S., & Lawrance, K. A. (1998). Sexual satisfaction within dating relationships: A test of the interpersonal exchange model of sexual satisfaction. *Journal of Social and Personal Relationships*, 15(2), 257–267. <https://doi.org/10.1177/0265407598152008>

- Campbell, L., & Kohut, T. (2017). The use and effects of pornography in romantic relationships. *Current Opinion in Psychology*, 13, 6–10.  
<https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2016.03.004>
- Cardoso, J., Ramos, C., & Almeida, T. (2019). Portuguese version of the cyber Pornography use inventory-9: Psychometric properties and gender invariance. *Journal of Sex Marital Therapy*, 45(7), 594–603. <https://doi.org/10.1080/0092623x.2019.1594477>
- Castro, R., & Lins, S. (2021). How human values relate to attitudes toward pornography: A portuguese survey. *International Journal of Sexual Health*, 33(2), 229–235.  
<https://doi.org/10.1080/19317611.2021.1888839>
- Charig, R., Moghaddam, N. G., Dawson, D. L., Merdian, H. L., & das Nair, R. (2020). A lack of association between online pornography exposure, sexual functioning, and mental well-being. *Sexual and Relationship Therapy*, 35(2), 258–281.  
<https://doi.org/10.1080/14681994.2020.1727874>
- Chen, L., Jiang, X., Wang, Q., Bóthe, B., Potenza, M. N., & Wu, H. (2021). The association between the quantity and severity of pornography use: A meta-analysis. *The Journal of Sex Research*, 1–16. <https://doi.org/10.1080/00224499.2021.1988500>
- Cooper, A. (1998). Sexuality and the internet: surfing into the new millennium. *CyberPsychology Behavior*, 1(2), 187–193. <https://doi.org/10.1089/cpb.1998.1.187>
- Daspe, M. V., Vaillancourt-Morel, M. P., Lussier, Y., Sabourin, S., & Ferron, A. (2018). When pornography use feels out of control: The moderation effect of relationship and sexual satisfaction. *Journal of Sex Marital Therapy*, 44(4), 343–353.  
<https://doi.org/10.1080/0092623x.2017.1405301>
- Davis, A. C., Wright, C., Curtis, M., Hellard, M. E., Lim, M. S. C., & Temple-Smith, M. J. (2019). ‘Not my child’: parenting, pornography, and views on education. *Journal of Family Studies*, 27(4), 573–588. <https://doi.org/10.1080/13229400.2019.1657929>
- de Alarcón, R., de la Iglesia, J., Casado, N., & Montejo, A. (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>
- Duffy, A., Dawson, D. L., & das Nair, R. (2016). Pornography addiction in adults: A systematic review of definitions and reported impact. *The Journal of Sexual Medicine*, 13(5), 760–777. <https://doi.org/10.1016/j.jsxm.2016.03.002>

- Fernandez, D. P., & Griffiths, M. D. (2019). Psychometric instruments for problematic pornography use: A systematic review. *Evaluation the Health Professions*, 44(2), 111–141. <https://doi.org/10.1177/0163278719861688>
- Fineberg, N., Dell’Osso, B., Demetrovics, Z., Chamberlain, S., Corazza, O., Zohar, J., Király, O. (2020). Learning to deal with problematic usage of the Internet. COST action CA16907 and ICOCS (the International College of Obsessive Compulsive Spectrum Disorders). Retrieved from <https://icocs.org/pui-ebook/>
- Floyd, C. G., Landa, S., Saunders, M. A., & Volk, F. (2020). The moderating influence of moral disapproval of pornography on couples’ sexual and relationship satisfaction. *Journal of Sex Marital Therapy*, 46(7), 660–682. <https://doi.org/10.1080/0092623x.2020.1783409>
- Fortin, M. (2009). *Fundamentos e Etapas no Processo de Investigação*. Lusididacta
- Freihart, B. K., Sears, M. A., & Meston, C. M. (2020). Relational and interpersonal predictors of sexual satisfaction. *Current Sexual Health Reports*, 12(3), 136–142. <https://doi.org/10.1007/s11930-020-00260-w>
- Fülöp, F., Bóthe, B., Gál, V., Cachia, J. Y. A., Demetrovics, Z., & Orosz, G. (2020). A two-study validation of a single-item measure of relationship satisfaction: RAS-1. *Current Psychology*, 41(4), 2109–2121. <https://doi.org/10.1007/s12144-020-00727-y>
- Gaspar, M. J., & Carvalheira, A. (2012). The consumption of pornography on the internet in a sample of portuguese women. *Psychology, Community & Health*, 1(2), 163–171. <https://doi.org/10.5964/pch.v1i2.27>
- George, D., & Mallery, P. (2003). *SPSS for Windows Step by Step: A Simple Guide and Reference*. Boston, MA: Allyn y Bacon <http://doi.org/10.1177/1073191112446654>
- Griffiths, M. D. (2011). Internet sex addiction: A review of empirical research. *Addiction Research Theory*, 20(2), 111–124. <https://doi.org/10.3109/16066359.2011.588351>
- Grubbs, J. B., & Gola, M. (2019). Is pornography use related to erectile functioning? Results from cross-sectional and latent growth curve analyses. *The Journal of Sexual Medicine*, 16(1), 111–125. <https://doi.org/10.1016/j.jsxm.2018.11.004>
- Grubbs, J. B., & Kraus, S. W. (2021). *Pornography use and psychological science: A call for Psychological Science*, 30(1), 75. <https://doi.org/10.1177/0963721420979594>.
- Grubbs, J. B., Volk, F., Exline, J. J., & Pargament, K. I. (2013). Internet pornography use: perceived addiction, psychological distress, and the validation of a brief measure

- Journal of Sex Marital Therapy*, 41(1), 83–106.  
<https://doi.org/10.1080/0092623x.2013.842192>
- Grubbs, J. B., Wright, P. J., Braden, A. L., Wilt, J. A., & Kraus, S. W. (2019). Internet pornography use and sexual motivation: A systematic review and integration. *Annals of the International Communication Association*, 43(2), 117–155.  
<https://doi.org/10.1080/23808985.2019.1584045>
- Guidry, R., Floyd, C. G., Volk, F., & Moen, C. E. (2019). The exacerbating impact of moral disapproval on the relationship between pornography use and depression, anxiety, and relationship satisfaction. *Journal of Sex Marital Therapy*, 46(2), 103–121.  
<https://doi.org/10.1080/0092623x.2019.1654579>
- Harper, C., & Hodgins, D. C. (2016a). 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>
- Harper, C., & Hodgins, D. C. (2016b). 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>
- Jiang, X. (n.d.). A Network Comparison of Motives behind Online Sexual Activities and Problematic Pornography Use during the COVID-19 Outbreak and the Post-Pandemic Period. *MDPI*. <https://www.mdpi.com/1660-4601/19/10/5870>
- Kline, R. B. (1998), *Principles and Practice of Structural Equation Modeling*, 2<sup>a</sup> Edição, Guilford Press, New York.
- Kohut, T., Baer, J. L., & Watts, B. (2015). Is pornography really about “making hate to women”? pornography users hold more gender egalitarian attitudes than nonusers in a representative american Sample. *The Journal of Sex Research*, 53(1), 1–11.  
<https://doi.org/10.1080/00224499.2015.1023427>
- Kuan, H. T., Senn, C. Y., & Garcia, D. M. (2022). The role of discrepancies between online pornography created ideals and actual sexual relationships in heterosexual men’s sexual satisfaction and well-being. *SAGE Open*, 12(1), 215824402210799.  
<https://doi.org/10.1177/21582440221079923>
- Kumar, P., Patel, V. K., Bhatt, R. B., Vasavada, D. A., Sangma, R. D., & Tiwari, D. S. (2021). Prevalence of problematic pornography use and attitude toward pornography among the undergraduate medical students. *Journal of Psychosexual Health*, 3(1), 29–36. <https://doi.org/10.1177/2631831821989677>

- 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>
- Lawrance, K.-A., & Byers, E. S. (1995). Sexual satisfaction in long-term heterosexual relationships: The interpersonal exchange model of sexual satisfaction. *Personal Relationships*, 2(4), 267-285.
- Leonhardt, N. D., & Willoughby, B. J. (2017). Pornography, provocative sexual media, and their differing associations with multiple aspects of sexual satisfaction. *Journal of Social and Personal Relationships*, 36(2), 618–641. <https://doi.org/10.1177/0265407517739162>
- Lewczuk, K., Wójcik, A., & Gola, M. (2021). Increase in the prevalence of online pornography use: Objective data analysis from the period between 2004 and 2016 in poland. *Archives of Sexual Behavior*, 51(2), 1157–1171. <https://doi.org/10.1007/s10508-021-02090-w>
- Maas, M. K., Vasilenko, S. A., & Willoughby, B. J. (2018). A dyadic approach to pornography use and relationship satisfaction among heterosexual couples: The role of pornography acceptance and anxious attachment. *The Journal of Sex Research*, 55(6), 772–782. <https://doi.org/10.1080/00224499.2018.1440281>
- Masaeli, N., & Farhadi, H. (2021). Prevalence of Internet-based addictive behaviors during COVID-19 pandemic: a systematic review. *Journal of Addictive Diseases*, 39(4), 468–488. <https://doi.org/10.1080/10550887.2021.1895962>
- Mennig, M. (2021, November 17). Self-Perceived Problematic Use of Online Pornography Is Linked to Clinically Relevant Levels of Psychological Distress and Psychopathological Symptoms. *SpringerLink*. <https://link.springer.com/article/10.1007/s10508-021-02101->
- Miller, D. J., McBain, K. A., Li, W. W., & Raggatt, P. T. F. (2019). Pornography, preference for porn-like sex, masturbation, and men’s sexual and relationship satisfaction. *Personal Relationships*, 26(1), 93–113. <https://doi.org/10.1111/pere.12267>
- Musetti, A., Gori, A., Alessandra, A., Topino, E., Terrone, G., Plazzi, G., Cacioppo, M., & Franceschini, C. (2022). The Interplay Between Problematic Online Pornography Use, Psychological Stress, Emotion Dysregulation and Insomnia Symptoms During the COVID-19 Pandemic: A Mediation Analysis. *Nature and Science of Sleep*, Volume 14, 83–92. <https://doi.org/10.2147/nss.s348242>

- Okabe, Y., Takahashi, F., & Ito, D. (2021). Problematic pornography use in japan: A preliminary study among university students. *Frontiers in Psychology*, 12. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.638354>
- Pallant, J. (2011). *SPSS survival manual: A step by step guide to data analysis using IBM SPSS*. Routledge.
- Pascoal, P. M., Narciso, I. D. S. B., Pereira, N. M., & Ferreira, A. S. (2013). Processo de validação da Global Measure of Sexual Satisfaction em três amostras da população portuguesa. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 26(4), 691–700. <https://doi.org/10.1590/s0102-79722013000400009>
- Pascoal, P. M., Oliveira, L. B., & Raposo, C. F. (2015). Evidências de validade da Global Measure of Relationship Satisfaction (GMREL) em três amostras da população portuguesa. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 28(1), 41–48. <https://doi.org/10.1590/1678-7153.201528105>
- Perry, S. L., & Whitehead, A. L. (2018). Only bad for believers? Religion, pornography use, and sexual satisfaction among american men. *The Journal of Sex Research*, 56(1), 50–61. <https://doi.org/10.1080/00224499.2017.1423017>
- Rodrigues, D. L., Lopes, D., Dawson, K., de Visser, R., & Štulhofer, A. (2020). With or without you: Associations between frequency of Internet pornography use and sexual relationship outcomes for (non)consensual (non)monogamous individuals. *Archives of Sexual Behavior*, 50(4), 1491–1504. <https://doi.org/10.1007/s10508-020-01782-z>
- Sánchez-Lamadrid, N., Sánchez-Fuentes, M. D. M., Moyano, N., & Granados, R. (2022). Sexually Explicit Material and Its Relationship with Sociodemographic Variables, Sexual Satisfaction, and Relationship Satisfaction in a Spanish Sample. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(21), 14131. <https://doi.org/10.3390/ijerph192114131>
- Vaillancourt-Morel, M. P., Blais-Lecours, S., Labadie, C., Bergeron, S., Sabourin, S., & Godbout, N. (2017). Profiles of cyberpornography use and sexual well-being in adults. *The Journal of Sexual Medicine*, 14(1), 78–85. <https://doi.org/10.1016/j.jsxm.2016.10.016>
- Vaillancourt-Morel, M. P., Daspe, M. V., Charbonneau-Lefebvre, V., Bosisio, M., & Bergeron, S. (2019). Pornography use in adult mixed-sex romantic relationships: context and correlates. *Current Sexual Health Reports*, 11(1), 35–43. <https://doi.org/10.1007/s11930-019-00190-2>

- Wéry, A., & Billieux, J. (2017). Problematic cybersex: Conceptualization, assessment, and treatment. *Addictive Behaviors*, 64, 238–246.  
<https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2015.11.007>
- 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, 106966. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2021.106966>
- World Health Organisation. (2002). Defining sexual health report of a technical consultation on sexual health. Retrieved May 15, 2022, from [http://www.who.int/reproductivehealth/publications/sexual\\_health/defining\\_sexual\\_health.pdf](http://www.who.int/reproductivehealth/publications/sexual_health/defining_sexual_health.pdf)
- World Health Organization. (2019). ICD-11: International classification of diseases (11th ed.). Retrieved May 20, 2022, from <https://icd.who.int/en/>
- Wright, P. J., & Štulhofer, A. (2019). Adolescent pornography use and the dynamics of perceived pornography realism: Does seeing more make it more realistic? *Computers in Human Behavior*, 95, 347. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2019.01.024>
- Wright, P. J., Sun, C., Steffen, N. J., & Tokunaga, R. S. (2017). Associative pathways between pornography consumption and reduced sexual satisfaction. *Sexual and Relationship Therapy*, 34(4), 422–439.  
<https://doi.org/10.1080/14681994.2017.1323076>
- Wright, P. J., Tokunaga, R. S., Kraus, A., & Klann, E. (2017). Pornography consumption and satisfaction: A meta-analysis. *Human Communication Research*, 43(3), 315–343.  
<https://doi.org/10.1111/hcre.12108>
- Yucel, D., & Gassanov, M. A. (2010). Exploring actor and partner correlates of sexual satisfaction among married couples. *Social Science Research*, 39(5), 725–738.  
<https://doi.org/10.1016/j.ssresearch.2009.09.002>

# **ANEXOS.**

## Anexo I.

### Pedido de autorização da Cyber Pornography Use Inventory-9

Caixa de entrada x



**Gabriela Cação** <gabrielacacao2305@gmail.com>

terça, 17/05, 20:00



para jorgecardoso.psi@gmail.com, Berta ▾

Cara Prof. Doutor Jorge **Cardoso**,

Sou aluna do 1º ano do 2º Ciclo em Psicologia Clínica e da Saúde da Universidade Católica Portuguesa Centro Regional de Braga e, no âmbito da Unidade Curricular de Metodologias Avançadas de investigação II pretendo estudar a relação entre Cyberpornografia com a Satisfação Sexual e a Satisfação nos Relacionamentos Amorosos, sob a orientação da Prof. Doutora Berta Rodrigues Maia. Neste sentido, venho por este meio pedir-lhe autorização para utilizar a *Cyber Pornography Use Inventory-9*. Posto isto e, caso me autorize a utilização do instrumento supramencionado, agradeço que me possa facultar a grelha cotação e interpretação.

Desde já agradeço a atenção,

Maria Gabriela Cação

## Anexo II.

### Pedido de autorização da Global Measure of Relationship Satisfaction (GMREL) e da Global Measure of Sexual Satisfaction (GMSEX).

Caixa de entrada x



**Gabriela Cação** <gabrielacacao2305@gmail.com>

terça, 17/05, 19:57



para patricia.pascoal@ulusofona.pt, Berta ▾

Cara Prof. Doutora Patrícia Monteiro **Pascoal**,

Sou aluna do 1º ano do 2º Ciclo em Psicologia Clínica e da Saúde da Universidade Católica Portuguesa Centro Regional de Braga e, no âmbito da Unidade Curricular de Metodologias Avançadas de investigação II pretendo estudar a relação entre Cyberpornografia, Satisfação Sexual e Satisfação nos Relacionamentos Amorosos, sob a orientação da Prof. Doutora Berta Rodrigues Maia. Neste sentido, venho por este meio pedir-lhe autorização para utilizar a *Global Measure of Relationship Satisfaction* e *Global Measure of Sexual Satisfaction*. Posto isto e, caso me autorize a utilizar os instrumentos supramencionados, agradeço que me possa facultar a grelha cotação e interpretação.

Desde já agradeço a atenção,

Maria Gabriela Cação

Enviado do [Correio](#) para Windows

## Anexo III.

# Relação entre a *Cyberpornografia*, a Satisfação com os Relacionamentos Amorosos e a Satisfação Sexual numa Amostra de Adultos Portugueses

No âmbito do Mestrado em Psicologia Clínica e da Saúde da Universidade Católica Portuguesa-Centro Regional de Braga, está a ser desenvolvida uma investigação pela estudante Gabriela Cação, sob orientação da Prof. Doutora Berta Rodrigues Maia (bmaia@ucp.pt). Esta investigação pretende compreender a relação entre a *cyberpornografia*, a satisfação nos relacionamentos amorosos e a satisfação sexual numa amostra de adultos.

Para isso, será necessário que os participantes respondam a um Questionário Sociodemográfico, à Cyber Pornography Use Inventory-9 (CPUI-9; Grubbs et al., 2012; adaptado por Cardoso et al., 2019), à *Global Measure of Relationship Satisfaction (GMREL; Lawrance & Byers, 1995; adaptado por Pascoal et al., 2015)* e à *Global Measure of Sexual Satisfaction (GMSEX; Lawrence & Byers, 1995, adaptado por Pascoal et al., 2013)*.

Garante-se o anonimato e a confidencialidade, sendo que as respostas serão tratadas de modo global, apenas para fins de investigação científica. Não existem respostas certas ou erradas, apenas interessa a sua visão acerca do fenómeno em estudo. A participação nesta investigação é voluntária e, assim sendo, poderá desistir a qualquer momento se assim o desejar. Qualquer dúvida poderá ser esclarecida através do endereço de e-mail apresentado de seguida.

As questões/variáveis recolhidas neste questionário são da estrita responsabilidade da Aluna, não vinculando a UCP  
Agradecemos a sua disponibilidade e atenção.

Com os melhores cumprimentos,  
Gabriela Cação ([gabrielacacao2305@gmail.com](mailto:gabrielacacao2305@gmail.com))

---

[gabrielacacao2305@gmail.com](mailto:gabrielacacao2305@gmail.com) [Mudar de conta](#)



Não partilhado

## Questionário Sociodemográfico

Idade \*

A sua resposta \_\_\_\_\_

Sexo \*

- Feminino
- Masculino

Nacionalidade \*

A sua resposta \_\_\_\_\_

Orientação Sexual \*

- Heterossexual
- Homossexual
- Bissexual
- Assexual
- Pansexual

Área de Residência \*

- Urbana
- Semiurbana
- Rural

Estado Civil \*

- Casada/o
  - Solteiro/a
  - União de facto
  - Separado/a ou Divorciado/a
  - Viúva/o
- 

Religião \*

- Agnóstico
  - Ateu
  - Religioso/a
- 

Com quem vive? \*

- Pais
- Familiares
- Amigos
- Companheiro/a
- Crianças/Filhos
- Sozinho/a

**Cyber Pornography Use Inventory-9 (CPUI-9; Grubbs et al., 2012; adaptado por Cardoso et al., 2019)**

\*

	1 (nada frequente)	2	3	4	5	6	7 (extremamente frequente)
Acho que estou viciado/a em pornografia online.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Mesmo quando não quero recorrer a pornografia online, sinto-me atraído/a pela mesma.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sinto-me incapaz de parar de utilizar pornografia online.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Por vezes tento organizar o meu horário de modo a conseguir estar sozinho/a para ver pornografia.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Já recusei sair com amigos ou ir a certos eventos sociais de forma a ter oportunidade de ver pornografia.

       

Já adiei prioridades importantes para ver pornografia.

       

Sinto-me envergonhado/a depois de ver pornografia online.

       

Sinto-me deprimido/a depois de ver pornografia online.

       

Sinto-me doente depois de ver pornografia online.

**Global Measure of Relationship Satisfaction (GMREL; Lawrance & Byers, 1995; adaptado por Pascoal et al., 2015) Secção sem título**

Em geral, como descreveria a sua satisfação *global* com o/a seu/sua companheiro/a? Para cada par de palavras abaixo, assinale o número que melhor descreve a vossa relação como um todo.

\*

	1	2	3	4	5	6	7	
Muito boa	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Muito má

\*

	1	2	3	4	5	6	7	
Muito agradável	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Muito desagradável

\*

	1	2	3	4	5	6	7	
Muito positiva	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Muito negativa

\*

	1	2	3	4	5	6	7	
Muito satisfatória	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Muito insatisfatória

\*

	1	2	3	4	5	6	7	
Muito importante	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Muito irrelevante

**Global Measure of Sexual Satisfaction (GMSEX; Lawrence & Byers, 1995, adaptado por Pascoal et al., 2013)**

Na globalidade, como descreveria a sua relação *sexual* com o/ seu/sua companheiro/a?  
Para cada par de palavras abaixo, assinale o número que melhor descreve a vossa relação sexual como um todo.

\*

	1	2	3	4	5	6	7	
Muito boa	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Muito má

\*

	1	2	3	4	5	6	7	
Muito agradável	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	Muito desagradável

\*

	1	2	3	4	5	6	7	
Muito positiva	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Muito negativa

\*

	1	2	3	4	5	6	7	
Muito satisfatória	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Muito insatisfatória

\*

	1	2	3	4	5	6	7	
Muito importante	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Muito irrelevante