

**EL USO PROBLEMÁTICO DE LA PORNOGRAFÍA (PPU): CONSIDERACIONES
TEÓRICAS-DIAGNÓSTICAS Y ASPECTOS A TENER EN CUENTA.**

Daniela Marulanda Jiménez

Profesor

Juan Felipe Valencia Acevedo

Universidad Católica Luis amigo

Facultad de Ciencias Sociales, Salud y Bienestar

Medellín

2024-2

TABLA DE CONTENIDO.

Introducción.....	3
Estudios, Variables y Situación Actual.	6
Consecuencias	10
Consideraciones Y Conclusiones.....	17
Bibliografía	22

Introducción.

Según R. A. Joyce (2008), el auge de la industria pornográfica no es sorprendente; el anonimato y la accesibilidad constante a sitios de contenido explícito han facilitado un consumo elevado y persistente. Para 2007, el número de páginas web dedicadas al sexo había alcanzado aproximadamente 425 millones. Diariamente, se producen en Estados Unidos alrededor de 37 videos pornográficos, mientras que se envían o reciben 2.5 mil millones de correos electrónicos con contenido pornográfico, y 68 millones de búsquedas en internet están relacionadas con este tipo de contenido, representando el 25 % del total de consultas. Además, cerca de 40 millones de personas en Estados Unidos visitan sitios pornográficos de manera regular, y el 35 % de todas las descargas en internet están relacionadas con la pornografía, un fenómeno que afecta a hombres y mujeres por igual, con una tercera parte de los usuarios de estos sitios siendo mujeres (Webroot, 2024). Este nivel de consumo evidencia una problemática creciente que afecta a diversos ámbitos de la vida de los usuarios.

Como tema de estudio el PPU surge a finales de los años 90 y principios de los 2000, cuando el acceso a internet comenzó a generalizarse y el contenido pornográfico en línea se volvió más accesible. Los investigadores Hald, G. M., & Malamuth, N. M. (2008) notaron que, a diferencia del consumo moderado y ocasional que había caracterizado a la pornografía en formatos tradicionales (revistas, películas físicas), la disponibilidad en línea estaba relacionada con patrones de consumo más intensivos, y en algunos casos, compulsivos. En esta época, se observó un cambio significativo en los patrones de consumo de pornografía, puesto que el internet comenzó a permitir una disponibilidad casi ilimitada de contenido sexual., esto dio paso a nuevas

investigaciones que comenzaron a analizar el auge del PPU como un fenómeno directamente relacionado con el crecimiento y la facilidad del acceso a internet y con esto el desarrollo de plataformas de contenido pornográfico, también la creación de sitios web que ofrecían acceso inmediato y gratuito a vastas bibliotecas de videos pornográficos, sumado a la falta de regulación efectiva en torno a este contenido; esto facilitó que muchas personas incrementaran su consumo de forma problemática. Kingston, D. A., Malamuth, N. M., Fedoroff, P., & Marshall, W. L. (2009) .

El sector de la tecnología, con sus avances en la velocidad de internet, dispositivos móviles y la privacidad en línea, también influyeron en la creación del contexto ideal para que el PPU se convirtiera en una problemática actual. Estos factores facilitaron que el contenido pornográfico fuera accesible desde cualquier dispositivo, en cualquier lugar y a cualquier hora, creando las condiciones para el desarrollo de hábitos de consumo compulsivo en algunos usuarios. Joyce, R. A. (2008). A principios de los 2000, plataformas como Pornhub y otros sitios similares experimentaron un aumento exponencial en el tráfico, lo que llevó a los investigadores a explorar las implicaciones de esta mayor exposición en la salud mental. Hald, G. M., & Malamuth, N. M. (2008)

El presente trabajo tiene como objetivo examinar los estudios más recientes sobre el Uso Problemático de la Pornografía (PPU), a través de una revisión de estudios nacionales e internacionales, se profundizará en el impacto del PPU en sus consumidores y se presentarán las consecuencias de este fenómeno en diversos contextos culturales y sociales como la salud mental, las relaciones interpersonales y el rendimiento académico y/o laboral. Las siglas PPU se refieren al uso descontrolado y repetitivo de la pornografía que genera angustia significativa y afecta la funcionalidad de la persona Bóthe, B & Van Hout, M. C. (2024). Este fenómeno,

también considerado como un tipo de desorden sexual compulsivo, comparte características con otros trastornos de adicción conductual y de uso de sustancias, como la pérdida de control y la persistencia en la conducta a pesar de sus consecuencias negativas Wéry & Billieux, (2017). En este contexto, según Hald, G. M., & Malamuth, N. M. (2008) el término PPU comenzó a utilizarse para describir la incapacidad de algunas personas para controlar su exposición a este contenido, a pesar de los efectos negativos en su vida diaria. El PPU también ha sido considerado como un subtipo del Trastorno Hipersexual Kafka (2010), como una forma de Adicción Sexual Rosenberg (2014), o como una manifestación del Trastorno de Comportamiento Sexual Compulsivo Kraus (2018). Los síntomas principales del PPU incluyen: (a) tiempo y esfuerzo excesivos dedicados a ver/buscar pornografía, (b) control disminuido sobre el uso de la pornografía, (c) fallos en el cumplimiento de responsabilidades familiares, sociales o laborales, y (d) persistencia en el comportamiento sexual a pesar de sus consecuencias. Wéry & Billieux, (2017) .

Estudios, Variables y Situación Actual.

Los estudios que investigan el uso problemático de pornografía han sido llevados a cabo en diversas partes del mundo, especialmente en países cuyo acceso a internet es más generalizado, la mayor parte de los estudios provienen de países occidentales, especialmente en lugares como Estados Unidos y Europa donde se han encontrado estudios más a fondo con respecto al impacto del consumo de pornografía en la salud mental. Según el portal web Internet Pornography Statistics (2024) Estados Unidos es el principal productor de videos pornográficos, las estadísticas revelan que cada segundo se invierte \$3,075.64 en contenido pornográfico, lo cual demuestra su alta demanda generando ingresos similares a Microsoft y Google, posicionándolo como un factor importante en la vida cotidiana de millones de usuarios de Internet

En la actualidad (2024) hay estudios internacionales como *“Problematic pornography use across countries, genders, and sexual orientations: Insights from the International Sex Survey and comparison of different assessment tools”* donde se han validado tres medidas para evaluar la gravedad del uso problemático de la pornografía en diferentes idiomas, países, géneros y orientaciones sexuales¹ El estudio demuestra que para el 2024 el PPU es una problemática que afecta a un porcentaje significativo de la población mundial abarcando entre el 3,2% y el 16,6% de la población en 42 países, sugiere que el PPU es tan frecuente como muchas otras cuestiones de salud mental, con estimaciones variables entre diferentes poblaciones, lo que enfatiza la necesidad de una investigación más inclusiva en este campo. Dentro de este estudio se observaron diferencias marcadas entre géneros y culturas, aunque no entre distintas orientaciones sexuales. los hombres reportaron los niveles más altos de PPU, seguidos de individuos con

¹ La Escala de Consumo Problemático de Pornografía (PPCS, y PPCS-6) y el Breve Cuestionario de Pornografía (BPS).

identidades de género diversas y mujeres. Esta diferencia podría atribuirse a diferencias individuales (por ejemplo, mayor impulsividad en los hombres) o sociales (como la aceptación del uso de pornografía según el género) Bóthe, B., Nagy, L., Koós, M., Demetrovics, Z., Potenza, M. N., & Kraus, S. W. (2024) Como no existen estudios transculturales a gran escala que comparen el PPU entre países, se especula que las diferencias entre países pueden estar relacionadas con las diferencias culturales sobre el uso de pornografía y la sexualidad (por ejemplo, en culturas más conservadoras, los individuos podrían reportar un mayor PPU autopercebido debido a valores sexuales más estrictos) Lewczuk K, Glica A, Nowakowska I, Gola M, Grubbs JB (2020)

Desde una perspectiva de salud pública, el PPU podría no ser más prevalente que otros problemas de salud mental y quizás no cumpla con los criterios de una crisis de salud pública, a pesar del pánico moral creciente en torno a la pornografía Grubbs JB, Floyd CG, Kraus SW (2023) Sin embargo, el PPU es prevalente, lo que requiere enfoques sistemáticos para comprender mejor este comportamiento y proporcionar tratamientos basados en evidencia que sean accesibles y asequibles Grubbs JB, Kraus SW (2021)

Un estudio clave que ha contribuido al entendimiento de las problemáticas del PPU es el de Mary Sharpe & Darryl Mead. (2021) donde vinculan el aumento del consumo en la pornografía con el incremento de la violencia sexual hacia mujeres y niños, debido al impacto negativo en la salud mental y el control de las emociones en sus usuarios.

Las organizaciones benéficas contra la violencia doméstica han informado de un aumento asombroso en las denuncias de violencia doméstica. El fácil acceso a los sitios de pornografía en Internet probablemente haya sido un factor contribuyente(...) Cada vez más hombres son declarados culpables de violencia contra las mujeres en casos en que el

consumo de pornografía estaba implicado (...) El espectro abarca desde bofetadas leves y tirones de pelo hasta actividades como el estrangulamiento. Por ejemplo, en los últimos años, la policía ha informado de un enorme aumento de casos de estrangulamiento no mortal, uno de los temas más populares en la pornografía actual (...) si una mujer ha sido estrangulada, la probabilidad de que posteriormente sea asesinada se multiplica por ocho (Sharpe & Mead, 2021, p. 558).

Además, en países como Alemania, Suecia y el Reino Unido se han desarrollado estudios más clínicos con pacientes que presentan conductas sexuales compulsivas o adicción a la pornografía, explorando las bases neurológicas y cognitivas de este problema, como el estudio de Kühn, S., & Gallinat, J. (2014). Donde asocian el consumo frecuente de la pornografía con alteraciones en la red frontoestriatal del cerebro, lo que puede reflejar cambios en la plasticidad neural debido a la estimulación intensa del sistema de recompensas, el estudio concluye que hay una asociación negativa entre el consumo de pornografía y ciertos parámetros neurales lo que puede desencadenar un comportamiento adictivo debido a la búsqueda constante de recompensas y novedades. Otro ejemplo es el estudio de *Cognitive processes related to problematic pornography use (PPU): A systematic review of experimental studies. Addictive Behaviors Reports*, realizado en 2021 el cual realizó una búsqueda sistemática para recopilar evidencia sobre los procesos cognitivos relacionados con el Uso Problemático de Pornografía (PPU).

Se incluyeron estudios que establecieran las siguientes relaciones entre un proceso cognitivo específico y el PPU: (a) estudios que comparaban ciertos procesos cognitivos en sujetos con y sin PPU; (b) estudios que comparaban ciertos procesos cognitivos en sujetos con y sin Trastorno por Adicción Sexual (SA), Trastorno Hipersexual (HD), o

Trastorno de Conducta Sexual Compulsiva (CSBD) (siempre que el estudio especificara el PPU como el principal comportamiento sexual problemático en una gran proporción de la muestra y/o cuando ciertos aspectos del consumo de pornografía –por ejemplo, la frecuencia de uso de pornografía– permitieran distinguir entre los grupos); (c) estudios realizados en muestras comunitarias que correlacionaban un proceso cognitivo específico con un indicador directo de PPU (por ejemplo, puntajes en escalas que evalúan el PPU); (d) estudios realizados en muestras comunitarias que correlacionaban un proceso cognitivo específico con un indicador indirecto de PPU (por ejemplo, tiempo en línea viendo pornografía, puntajes en escalas que evalúan conductas sexuales descontroladas, etc.); y (e) estudios realizados en muestras clínicas o comunitarias que correlacionaban ciertos procesos cognitivos con indicadores de PPU tras la exposición a pornografía (por ejemplo, excitabilidad al exponerse a pornografía, antojo después de hacerlo, etc.). (V., Ballester-Arnal, R., & Giménez-García, C. Castro-Calvo, J., Cervigón-Carrasco 2021)

A partir de dicho estudio se logró hallar la existencia ciertos sesgos cognitivos que se encuentran directamente relacionados al uso disfuncional de la pornografía, constituyendo una base para el desarrollo y el mantenimiento de síntomas que pueden degradar las capacidades mentales de los pacientes con PPU, también se ha encontrado que el **PPU** ha sido asociado con diversos síntomas comunes con otras adicciones conductuales como el desarrollo de tolerancia (necesidad de consumir más contenido para obtener el mismo nivel de satisfacción), síntomas de abstinencia (malestar o ansiedad al intentar reducir o detener el consumo) y la persistencia del comportamiento a pesar de los intentos de moderación o abstinencia. Lázaro, J. C. F., & Solís, F. O. (2008)

Consecuencias

Existe un debate considerable sobre los beneficios y los riesgos potenciales de la creciente expansión de la pornografía, especialmente en adolescentes y jóvenes. Döring, (2009). Por ejemplo, algunos estudios destacan que la pornografía puede ser un medio efectivo para satisfacer el deseo sexual. Daneback, Ševčíková, Månsson, & Ross (2013), compensar la falta de conocimiento sobre sexualidad y explorarla de manera segura, Smith (2013), o ayudar en el tratamiento de ciertas disfunciones sexuales Miranda (2019). Por otro lado, la pornografía también puede causar una amplia gama de problemas debido a los tipos de contenido pornográfico utilizados o a la forma en que se consume. Owens, Behun, Manning, & Reid (2012) muchos académicos argumentan que el material pornográfico es cada vez más degradante y violento hacia las mujeres Lykke & Cohen (2015). Como resultado, se ha sugerido que la pornografía puede impactar negativamente la sexualidad al:

- (a) fomentar actitudes sexistas y conductas abusivas
- (b) facilitar el desarrollo de comportamientos sexuales de riesgo (e.g., inicio sexual temprano, relaciones sexuales sin protección, promiscuidad, etc.),
- (c) crear imágenes corporales y estándares de rendimiento sexual poco realistas,
- (d) romper con los valores tradicionales de la monogamia y la fidelidad
- (e) promover intereses sexuales inusuales (Braithwaite et al., 2015; Döring, 2009; Stanley et al. 2018).

Así, uno de los principales riesgos del uso de pornografía es la posibilidad de desarrollar síntomas y resultados negativos derivados de un compromiso persistente, excesivo y problemático en esta actividad. Wéry & Billieux (2017). Frente al estrés y la regulación emocional el PPU se ha vinculado con una incapacidad para regular adecuadamente las emociones particularmente en momentos de malestar emocional. Muchos individuos con PPU

utilizan la pornografía como una forma de evadir o aliviar sentimientos negativos, por lo tanto, existe una relación significativa entre el PPU y los niveles de impulsividad, entendida como la tendencia a actuar de manera precipitada sin considerar las consecuencias a largo plazo.

Martínez, P. B., Alpuente, A. Z., Juliá, B. G., & Calvo, J. C. (2024) Por lo que los usuarios con comportamientos problemáticos a menudo experimentan sentimientos de culpa y vergüenza después de su consumo, lo que perpetúa dicho ciclo de consumo para aliviar esos mismos sentimientos de vergüenza y culpa relacionados con la incapacidad de controlar el consumo que también contribuyen a este deterioro en la salud mental Velasco, A. y Gil, V. (2017)

El PPU también puede llevar a que las personas se retraigan de la interacción social y se centren más en el consumo de pornografía, lo que afecta sus redes de apoyo y genera soledad. Las personas emocionalmente vulnerables pueden usar la pornografía como una forma de autorregulación emocional, lo que las hace más susceptibles a un nuevo ciclo de retroalimentación negativa: en este ciclo, las emociones negativas y la baja autoestima generan un consumo compulsivo, este ciclo de retroalimentación refuerza el PPU, ya que el consumo se convierte en un mecanismo para aliviar el malestar emocional, perpetuando el comportamiento problemático. Martínez, P. B., Alpuente, A. Z., Juliá, B. G. (2024).

Otra de sus consecuencias más preocupantes es la desensibilización sexual y todo lo que esto implica: la necesidad de buscar contenidos más extremo y poco común para experimentar excitación, lo que también puede incrementar los riesgos asociados a conductas sexuales riesgosas tales como el sexo sin protección, promiscuidad o, en algunos casos, comportamientos delictivos relacionados con la sexualidad. Sharpe, M., & Mead, D. (2021) Por tal motivo es necesario tener en cuenta que existe un consenso en que la pornografía actual (tanto profesional como amateur) tiende a representar la dominación sexual masculina Klaassen & Peter (2015) Al

mismo tiempo, la pornografía dominante también se centra en el placer masculino, dejando en segundo plano las fantasías y deseos femeninos y rara vez mostrando conductas sexuales responsables. Gorman, Monk-Turner, & Fish (2010).

Estudios como *Predicting sexual aggression: The role of pornography in the context of general and specific risk factors. Aggressive Behavior: Official Journal of the International Society for Research on Aggression* sugieren que existe una correlación entre el consumo de pornografía y la agresión sexual lo cual podría ser el resultado de un fenómeno más complejo, donde la pornografía no actúa de forma aislada, sino que interactúa con características individuales de personalidad y contexto social. Vega, V., & Malamuth, N. M. (2007) El estudio realizado por estos investigadores tomó a 102 estudiantes hombres de la Universidad de California los cuales realizaron un cuestionario titulado “Encuesta de Socio sexualidad” con escalas de cinco a siete puntos, en grupos pequeños de aproximadamente 3 a 10 personas, los resultados arrojados indican que la mayoría de las variables predictoras se correlacionaron significativamente con la variable de resultado de agresión sexual. La variable de enfoque particular en esta investigación: el consumo de pornografía, mostró una fuerte correlación con la agresión sexual. La magnitud de esta correlación es relativamente alta, pero similar a la obtenida en algunos otros estudios y dentro del rango que podría esperarse Vega, V., & Malamuth, N. M. (2007)

Por otro lado, el estudio mencionado anteriormente, realizado por Mary Sharpe & Darryl Mead. (2021) realiza otros hallazgos perturbadores

En Inglaterra y Gales, entre 2012 y 2016, se registró un aumento del 78% en los casos de abuso sexual entre menores reportados a la policía. En Escocia, durante el mismo período, hubo un aumento del 34% en este tipo de delitos, lo que llevó al Procurador General a establecer un

grupo de expertos para investigar las causas. En su informe publicado en enero de 2020, se afirmó que “la exposición a la pornografía se está identificando cada vez más como un factor que contribuye a la aparición de conductas sexuales dañinas”. En Irlanda, en 2020, dos jóvenes adolescentes fueron condenados por el asesinato de Ana Kriegel, de 14 años. En sus teléfonos se encontró una gran cantidad de pornografía violenta. La gran mayoría de los casos de abuso sexual entre menores son perpetrados por niños hacia niñas dentro del ámbito familiar. Sharpe, M., & Mead, D. (2021).

La investigación deja claro que existe un vínculo entre el abuso doméstico, la violencia general contra las mujeres y el consumo de pornografía. Sin duda, hay muchos factores que contribuyen a este vínculo, pero la evidencia sugiere que el uso compulsivo de pornografía en internet puede afectar el cerebro y deteriorar las facultades de toma de decisiones de un usuario compulsivo con el tiempo.

Debido a este tipo de consecuencias el PPU también se ha definido como una forma de conducta sexual compulsiva o un trastorno de comportamiento adictivo, que comparte características con otros tipos de adicciones conductuales, como el juego patológico o el uso problemático de redes sociales Sharpe, M., & Mead, D. (2021) recibiendo una creciente atención en los últimos años debido a su constante expansión y fácil accesibilidad a través de Internet. Desde su aparición como concepto clínico y psicológico, el PPU ha sido objeto de un creciente interés académico y médico abarcando también estudios en el campo de la psiquiatría y la psicología, como es el caso de Brand, Young, Laier, Wölfling y Potenza (2016) quienes han propuesto que la afectación de diversos procesos cognitivos como el control inhibitorio, la toma de decisiones, etc. son fundamentales a la hora de hablar acerca de las consecuencias del PPU, sugiriendo que también se podría explicar el desarrollo y mantenimiento del Uso Problemático

de Pornografía (PPU) a través del tiempo considerándolo como un especificador conductual del Trastorno Hipersexual (HD, por sus siglas en inglés) (Kafka, 2010).

La consecuencia de los deterioros cognitivos en el PPU perjudica capacidades como la memoria de trabajo, la cual es necesaria para mantener información en mente mientras se realizan tareas complejas, como razonamiento, comprensión o aprendizaje (Baddeley, 2010). La memoria de trabajo se define como un sistema para el almacenamiento temporal y un mecanismo para la manipulación de la información almacenada que ocurre durante una amplia variedad de actividades cognitivas Owen et al., (1998) e involucra dos componentes centrales: un componente de memoria (limitado a los eventos que ocurren en un corto período de tiempo) y un componente de trabajo necesario para la comprensión, resolución de problemas y toma de decisiones. Cowan (2014). Como resultado, los déficits en la memoria de trabajo aumentan el riesgo de involucrarse en múltiples comportamientos problemáticos, incluidos los trastornos por consumo de sustancias y las adicciones conductuales. Khurana, Romer, Betancourt, & Hurt (2017)

Un estudio realizado por Laier (2013) demostró que los participantes con un mayor uso de pornografía y/o pacientes con PPU tienden a obtener peores resultados en tareas que evalúan la memoria de trabajo, especialmente cuando este dominio cognitivo se evalúa durante la presentación de estímulos sexuales simultáneos. También encontraron que la excitación sexual subjetiva después de ver pornografía y el deseo de consumir pornografía se correlacionaron con diferentes indicadores de un rendimiento deficiente en la memoria de trabajo. El control inhibitorio por su parte también desempeña un papel fundamental en las afectaciones cognitivas del PPU puesto que a la hora de regular el comportamiento humano el control inhibitorio se considera responsable de suprimir pensamientos, acciones y emociones en respuesta a las

demandas ambientales: cuando un comportamiento deja de ser relevante o es dañino (especialmente en este último caso), el control inhibitorio permite detenerlo y reemplazarlo por un comportamiento alternativo más adaptado. Verbruggen & Logan (2008) La relación entre el PPU y el control inhibitorio motor fue investigada por Seok & Sohn en el año 2020.

En este estudio se analizaron 30 hombres que cumplían con los criterios para el diagnóstico de PPU frente a 30 hombres sanos con un consumo moderado de pornografía, estos fueron puestos en una situación en la que se presentaban estímulos neutrales (letras) en un fondo neutral o sexual. Los investigadores encontraron que los pacientes con PPU realizaron peor la tarea de go/no-go que los pacientes sanos, especialmente en aquellos estímulos que requerían inhibición cuando la tarea se presentaba junto con imágenes sexuales en el fondo. Por lo tanto, concluyeron que los pacientes con PPU parecen ser más propensos a experimentar problemas con la inhibición de la respuesta motora, especialmente cuando la inhibición debe ocurrir durante la exposición a señales sexuales Seok & Sohn (2020).

Por otro lado, el PPU también es estudiado como un componente de la patología dual, según Mèlich, M. T. (2008) la "patología dual" se refiere a la coexistencia de trastornos por consumo de sustancias y otros trastornos psiquiátricos en un mismo individuo, lo que conlleva una mayor gravedad clínica y social, y presenta retos significativos para el diagnóstico y tratamiento. Estudios como *Structure and Functional Connectivity Associated With Pornography Consumption: The Brain on Porn*. Se centraron en identificar si el PPU podía considerarse un tipo de adicción conductual similar a otras, como la adicción al juego o al internet. Kühn, S., & Gallinat, J. (2014) Dentro de sus conclusiones hallaron

En conjunto, se podría asumir que la activación frecuente del cerebro causada por la

exposición a la pornografía podría llevar al desgaste y la desregulación de la estructura y función subyacentes del cerebro, así como a una mayor necesidad de estimulación externa del sistema de recompensa y una tendencia a buscar material sexual novedoso y más extremo. Este proceso autopropagado podría interpretarse a la luz de los mecanismos propuestos en la adicción a las drogas, donde se asume que los individuos con menor disponibilidad de receptores de dopamina en el estriado se automedicaban con drogas (...) Los individuos pueden necesitar más estimulación externa para experimentar placer y, por lo tanto, pueden percibir el consumo de pornografía como más gratificante, lo que a su vez podría llevar a mayores niveles de PPU. Los estudios futuros deberían investigar los efectos de la pornografía de forma longitudinal o exponer a participantes sin experiencia en el consumo de pornografía e investigar los efectos causales a lo largo del tiempo para proporcionar más evidencia sobre el mecanismo propuesto de exposición intensa a estímulos pornográficos, resultando en una desregulación del sistema de recompensa. Kühn, S., & Gallinat, J. (2014)

La investigación de Kühn, S., & Gallinat, J ha mostrado que el PPU comparte características comunes con los trastornos adictivos mencionados anteriormente pero al mismo tiempo comparte una conclusión que también fue hallada en la mayoría de los estudios y es la necesidad de más estudios para comprender mejor los efectos causales de la exposición prolongada a la pornografía, lo cual abre paso a las conclusiones.

Consideraciones Y Conclusiones

Las conclusiones derivadas de estos estudios son amplias, para comenzar se sugiere que el PPU tiene implicaciones profundas en la salud mental, afectando aspectos clave como el control inhibitorio, la memoria de trabajo y la toma de decisiones, las personas que experimentan PPU suelen mostrar dificultades para regular sus emociones, lo que perpetúa un ciclo negativo en el que el consumo de pornografía utilizándola como un mecanismo para mitigar el malestar emocional, como la culpa y la vergüenza. Este patrón también puede derivar en problemas como ansiedad social, depresión y soledad, ya que el consumo compulsivo de pornografía reemplaza interacciones sociales saludables y deteriora las habilidades para establecer relaciones interpersonales. Wéry & Billieux (2017)

Por otro lado, el consumo constante de pornografía, especialmente aquella con contenidos violentos o extremos, lleva a una desensibilización sexual, donde se busca material cada vez más explícito para experimentar excitación. Este fenómeno no solo incrementa el riesgo de conductas sexuales problemáticas, como el sexo sin protección o la promiscuidad, sino que también contribuye a la normalización de actitudes sexistas y conductas abusivas. Tal desensibilización afecta la percepción de la sexualidad y puede alterar las dinámicas de pareja, favoreciendo relaciones desequilibradas y de poder, particularmente en las que se busca dominar a la otra persona, Sharpe & Mead (2021). Este tipo de consumo también se ha relacionado con el aumento de la violencia sexual, especialmente cuando se consume material pornográfico que glorifica la dominación o el abuso sexual Vega & Malamuth (2007).

Teniendo en cuenta el avance de las tecnologías digitales, se ha transformado la forma en que las personas interactúan con el contenido pornográfico, su acceso de forma sencilla, en gran parte gratuita e ilimitada ha planteado nuevas preguntas respecto a la necesidad de una

regulación, puesto que en respuesta a los cambios tecnológicos y sociales, no existe un marco jurídico internacional, por lo que las leyes sobre pornografía —incluidas las que rigen Internet— varían considerablemente de un país a otro. Además, los avances en la capacidad de producir imágenes computacionales sofisticadas y casi realistas presentan otro desafío legislativo y de políticas. Joyce, R. A. (2008) en este caso, el PPU ha surgido como una nueva preocupación en los campos de la psicología, la psiquiatría y los estudios de comportamiento, ya que muchas personas experimentan dificultades para controlar su consumo, lo que les afecta en diversas áreas de su vida. A medida que el acceso a la pornografía continúe expandiéndose, el PPU irá evolucionado.

Otro aspecto relevante del PPU es su creciente conceptualización como un trastorno de comportamiento adictivo, similar a otros trastornos como el juego patológico o el uso problemático de redes sociales. Las investigaciones demuestran que las personas con PPU experimentan deterioros cognitivos, afectando su capacidad para tomar decisiones saludables y perpetuando el consumo compulsivo Brand et al. (2016). El sesgo atencional hacia los estímulos sexuales juega un papel importante en este ciclo adictivo, dificultando la capacidad de los individuos para resistir la tentación de consumir pornografía, incluso cuando son conscientes de sus efectos negativos. Esto contribuye al mantenimiento del comportamiento problemático a largo plazo Laier et al. (2013). Solo el 4-10% de los individuos que poseen PPU buscan tratamiento, mientras que un 21-37% adicional no lo hizo por diversas razones (como estigma o falta de recursos). Es evidente la necesidad de un mejor acceso al tratamiento para el PPU, así como de investigaciones de alta calidad que lleven al desarrollo y promoción de opciones de tratamiento basadas en evidencia. Sharpe, M., & Mead, D. (2021) Por tanto, los hallazgos y las comparaciones deben interpretarse con precaución considerando estas limitaciones.

También es importante señalar que al no existir estudios transculturales a gran escala que comparen el PPU entre países, se especula que las diferencias entre países pueden estar relacionadas con las diferencias culturales sobre el uso de pornografía y la sexualidad (por ejemplo, en culturas más conservadoras, los individuos podrían reportar un mayor PPU auto percibido debido a valores sexuales más estrictos) Chen L, Jiang X (2021) Se recomienda que futuros estudios investiguen el PPU auto percibido y el PPU que se genera debido a la desregulación del comportamiento, utilizando enfoques centrados en la persona y evaluaciones clínicas. También se recomiendan análisis más profundos de los roles complejos que pueden jugar los valores culturales, la religiosidad, el contenido de la pornografía o las perspectivas morales en el diagnóstico de PPU. Grubbs JB, Perry SL (2019)

En términos generales, el **PPU** tiene un conjunto de consecuencias negativas para la sociedad, la normalización de la pornografía a través de Internet, así como las representaciones culturales que glorifican la dominación sexual masculina, contribuyen significativamente al desarrollo de conductas problemáticas (Malamuth, 1998). Las investigaciones actuales subrayan la necesidad de un enfoque preventivo y terapéutico para abordar este fenómeno, prestando especial atención a la educación sobre sexualidad y la promoción de un uso más saludable de los medios digitales.

A pesar de la importancia evidente de explorar los procesos cognitivos detrás del PPU, los estudios empíricos que abordan este aspecto han comenzado a realizarse solo en los últimos años. Estos estudios preliminares han respaldado la relevancia de diferentes procesos cognitivos al explicar el PPU (por ejemplo, Antons y Brand, 2020); sin embargo, se requiere de más investigaciones para confirmar su contribución en el desarrollo y mantenimiento del PPU. Además, es necesario un trabajo de revisión y síntesis de los estudios empíricos realizados hasta

el momento para reunir y analizar toda la evidencia disponible sobre este tema. (Khurana et al., 2017) En este contexto, la presente revisión sistemática tuvo como objetivo revisar y compilar algunos de los efectos relacionados con el PPU abordando tanto los aspectos cognitivos, como la memoria de trabajo y el control inhibitorio, finalmente, es necesario crear conciencia sobre el PPU sin generar pánico moral ni estigmatizar a los usuarios de pornografía en general.

Por último, es necesario considerar desde una perspectiva ética y moral el rol de la psicología, los casos del uso problemático de pornografía (PPU) son complejos y requiere de una sensibilidad particular para abordar tanto el bienestar del individuo como las implicaciones sociales del fenómeno. Se invita al psicólogo a evitar juicios de valor y centrarse en comprender el contexto y los factores subyacentes que pueden estar contribuyendo al comportamiento problemático, como los déficits en el control inhibitorio o la presión social. Además, es fundamental que el profesional mantenga una postura de respeto y empatía, promoviendo un ambiente seguro para que el paciente explore sin vergüenza sus experiencias y dificultades relacionadas con el consumo de pornografía. Según Gabbard, G. O. (2001) el rol del psicólogo no debe limitarse a ser un mero evaluador de síntomas, sino que debe construir una relación de apoyo que permita la exploración profunda y sin prejuicios del problema.

En términos éticos, el psicólogo tiene la responsabilidad de promover la autonomía del paciente, ayudándolo a desarrollar estrategias para un uso saludable y consciente de estos contenidos, y de informar adecuadamente sobre los posibles efectos en la salud mental y en las relaciones interpersonales, minimizando el riesgo de estigmatización y fomentando prácticas basadas en evidencia científica. También resulta crucial aumentar la conciencia pública sobre los riesgos asociados al consumo excesivo de pornografía, las estrategias de tratamiento deben

combinar enfoques cognitivo-conductuales, apoyo social y, en algunos casos, medicación para regular los impulsos, Baddeley (2010).

Bibliografía

A. Maisel, "Parents, Kids, and Pornography on the Internet: A SuperKids Special Report," SuperKids, <http://superkids.com/aweb/pages/features/netporn>.

Baddeley, A. D. (2010). *Working memory*. Current Biology, 20(4), R136-R140.

Böthe, B., Nagy, L., Koos, M., Demetrovics, Z., Potenza, M. N., International Sex Survey Consortium, ... & Van Hout, M. C. (2024). Problematic pornography use across countries, genders, and sexual orientations: Insights from the International Sex Survey and comparison of different assessment tools. *Addiction*, 119(5), 928-950

Castro-Calvo, J., Cervigón-Carrasco, V., Ballester-Arnal, R., & Giménez-García, C. (2021). Cognitive processes related to problematic pornography use (PPU): A systematic review of experimental studies. *Addictive Behaviors Reports*, 13, 100345

Chen L, Jiang X, Wang Q, Böthe B, Potenza Marc N, Wu H. The association between the quantity and severity of pornography use: a meta-analysis. *J Sex Res*. 2022; 509: 704–719.

Gabbard, G. O. (2001). *Psychodynamic psychiatry in clinical practice* (3ra ed.). American Psychiatric Publishing.

Grubbs JB, Floyd CG, Kraus SW. Pornography use and public health: examining the importance of online sexual behavior in the health sciences. *Am J Public Health*. 2023; 113: 22–26.

Grubbs JB, Kraus SW. Pornography use and psychological science: a call for consideration. *Curr Dir Psychol Sci*. 2021; 30: 68–75.

Grubbs JB, Perry SL. Moral incongruence and pornography use: a critical review and integration. *J Sex Res.* 2019; 56: 29–37

Hald, G. M., & Malamuth, N. M. (2008). Self-perceived effects of pornography consumption. *Archives of sexual behavior*, 37(4), 614-625.

Joyce, R. A. (2008). Pornography and the Internet. *IEEE Internet Computing*, 12(4), 74-77.

Kingston, D. A., Malamuth, N. M., Fedoroff, P., & Marshall, W. L. (2009). The importance of individual differences in pornography use: theoretical perspectives and implications for treating sexual offenders. *Journal of sex research*, 46(2-3), 216–232.
<https://doi.org/10.1080/00224490902747701>

Kühn, S., & Gallinat, J. (2014). Brain structure and functional connectivity associated with pornography consumption: the brain on porn. *JAMA psychiatry*, 71(7), 827-834.

Lázaro, J. C. F., & Solís, F. O. (2008). Neuropsicología de lóbulos frontales, funciones ejecutivas y conducta humana. *Revista neuropsicología, neuropsiquiatría y neurociencias*, 8(1), 47-58.

Lewczuk K, Glica A, Nowakowska I, Gola M, Grubbs JB. Evaluating pornography problems due to moral incongruence model. *J Sex Med.* 2020; 17: 300–311.

Malamuth, N. M. (1998). *The Confluence Model of sexual aggression: A theoretical integration of sexual motivation, the role of pornography, and personality variables.* *Journal of Social Issues*, 54(1), 73-93.

Martínez, P. B., Alpuente, A. Z., Juliá, B. G., & Calvo, J. C. (2024). El papel de la rumiación en la relación entre la depresión y el consumo de pornografía. *Revista INFAD de Psicología. International Journal of Developmental and Educational Psychology.*, 1(1), 127-141.

Peter, J., & Valkenburg, P. M. (2016). Adolescents and pornography: A review of 20 years of research. *The Journal of Sex Research*, 53(4-5), 509-531.

R. A. Joyce, "Pornography and the Internet," in *IEEE Internet Computing*, vol. 12, no. 4, pp. 74-77, July-Aug. 2008, doi: 10.1109/MIC.2008.83. keywords: {Law;Legal factors;Web and internet services;Amorphous materials;Technological innovation;Legislation;Privacy;Web pages;Search engines;Broadcasting;Internet;pornography;law;public policy},

Sharpe, M., & Mead, D. (2021). *Pornography and sexual aggression: A review of the evidence. Journal of Aggression, Maltreatment & Trauma*, 30(4), 453-471

Vega, V., & Malamuth, N. M. (2007). Predicting sexual aggression: The role of pornography in the context of general and specific risk factors. *Aggressive Behavior: Official Journal of the International Society for Research on Aggression*, 33(2), 104-117.

Vega, V., & Malamuth, N. M. (2007). *Predicting sexual aggression: The role of pornography in the context of general and specific risk factors. Aggressive Behavior*, 33(4), 1-15.