

La adicción a la pornografía: causas y consecuencias

Pornography addiction: causes and consequences

Enviado: 3 de junio de 2016 / Aceptado: 31 de agosto de 2016

Angélica Velasco*
Víctor Gil*

Forma de citar este artículo en APA:

Velasco, A. y Gil, V. (2017). La adicción a la pornografía: causas y consecuencias. *Drugs and Addictive Behavior*, 2(1), 122-130.
Doi: <http://dx.doi.org/10.21501/24631779.2265>

Resumen

La pornografía puede definirse como el material audiovisual que presenta de forma explícita actividades sexuales y genitales de manera inocultable, con el objetivo de excitar al espectador. El objetivo de este trabajo es identificar las principales causas y consecuencias de la adicción a la pornografía en hombres y mujeres. Se empleó la metodología de la revisión sistemática de literatura (RSL), tomando como referencia investigaciones previas publicadas en bases de datos científicas y publicaciones web especializadas. Este trabajo concluye que la adicción a la pornografía puede generar problemas físicos, mentales, psicológicos y sociales, que son equiparables con los que genera la adicción al consumo de sustancias psicoactivas. Establecer estrategias de autocontrol, incrementar la actividad física y la participación en actividades sociales son algunas de las alternativas que pueden ayudar a combatir y prevenir la adicción.

Palabras clave:

Adicción; Comportamiento sexual; Erotismo; Pornografía; Trastorno obsesivo-compulsivo.

* Máster en Bioética, Licenciada en Pedagogía Reeducativa, Investigadora social, Bogotá-Colombia. Correo: angelicavelasco13@yahoo.com

** Máster en Ingeniería de Sistemas, Docente Investigador en la Fundación Universitaria Luis Amigó, Colombia. Grupo de Investigación Neurociencias Básicas y Aplicadas (NBA). Correo: victor.gilve@amigo.edu.co



Abstract

Pornography can be defined as the audiovisual material that presents sexual and genitals activities with great detail with the intention of spectator excitement. The objective of this paper is to identify the main causes and consequences of the pornography addiction in men and women. It was used the methodology of the systematic literature review (SLR), taking as a basis previous research published in scientific databases. This paper conclude that the pornography addiction can generate physical, mental, psychological and social problems which are comparable with those generated by the consumption of psychoactive substances. Set self-control strategies, increase physical activity and participation in social activities are some of the strategies which can help to combat the addiction.

Keywords:

addiction, pornography, sexual behavior, obsessive-compulsive disorder, eroticism.

Introducción

Según Peter y Valkenburg (2010), la pornografía hace referencia al material sexualmente explícito producido profesionalmente, cuyo principal objetivo es excitar sexualmente al espectador. Las personas adictas a la pornografía pueden pasar largos períodos de tiempo visualizando imágenes, videos y demás material pornográfico, situación que puede llevar al aislamiento social, a experimentar depresión severa, neurosis y cambios impredecibles de ánimo.

Se empleó la metodología de la revisión sistemática de literatura (RSL), que es organizada, auditable y estructurada, que busca dar respuesta a una o más preguntas de investigación tomando como referencia estudios publicados en bases de datos científicas, páginas web especializadas y literatura gris (Kitchenham, 2004; Staples & Niazi, 2007).

La pregunta para esta investigación fue: ¿Cuáles son las principales causas y consecuencias de la adicción a la pornografía? El resto del trabajo presenta la metodología de búsqueda, los resultados y la discusión. Finalmente, se concluye que la adicción a la pornografía puede generar problemas físicos y psicológicos que son equiparables con los que genera la adicción al consumo cocaína, marihuana y demás sustancias psicoactivas. Algunas de las estrategias para combatir esta adicción son: evitar visualizar material con contenido sexual explícito, incrementar la ejecución de actividades físicas, llevar una vida social activa y hábitos de vida saludables.

Metodología

Se realizó una búsqueda en Scopus, IEEE Digital Library, Springer Link, Science Direct y Scielo. Las palabras clave de búsqueda utilizadas fueron: *pornography, addiction, problems sexual, behaviour, adult, content*. El rango de fechas de la búsqueda comprendió desde el año 2000 hasta el año 2016. Los documentos que se consideraron en la revisión fueron: revistas, publicaciones web especializadas, capítulos de libros, artículos de conferencias. Los documentos que se excluyeron fueron: resúmenes de artículos y prefacios. Las ecuaciones de búsqueda utilizadas se presentan a continuación:

(TITLE-ABS-KEY (Pornography) OR (Addiction) AND (((Problems OR (Sexual)) OR (((Behaviour) OR ((Adult) OR (Content))))) >1999

(TITLE-ABS-KEY (Pornography) AND (Addiction) AND (((Problems OR (Sexual)) AND (((Behaviour) AND ((Adult) AND (Content))))) >1999

(TITLE-ABS-KEY (Pornography) AND (Addiction) AND (((Problems OR (Sexual)) OR (((Behaviour) AND ((Adult) OR (Content))))) >1999

(TITLE-ABS-KEY (Pornography) AND (Addiction) AND (((Problems OR (Sexual)) AND (((Behaviour) AND ((Adult) OR (Content))))) >1999

(TITLE-ABS-KEY (Pornography) OR (Addiction) OR (((Problems OR (Sexual)) OR (((Behaviour) OR ((Adult) AND (Content))))) >1999

La Tabla 1 presenta el número de publicaciones por tipo recopiladas en la revisión.

Tabla 1. Número de publicaciones

Tipo de Publicación	Cantidad
Artículos	23
Libros	9
Capítulos de libros	2
Publicaciones web	18
Total	41

Fuente: Elaboración de los autores

El autor, la revista y el país que registran el mayor número de publicaciones en el tema son, respectivamente, R. Jensen, Sexual Abuse: Journal of Research and Treatment y EEUU. En total se recopilaron 41 publicaciones.

Los criterios de inclusión utilizados para la elección de los estudios primarios fueron los siguientes: publicaciones presentadas en español o inglés en los últimos dieciséis años, que contuvieran en su título, resumen o palabras clave los términos de búsqueda establecidos. Además, que fueran publicaciones claras y concisas que ayudaran a responder la pregunta de investigación planteada. Por su parte, los criterios de exclusión fueron: publicaciones que no correspondían con los idiomas y el periodo de búsqueda y que no estuvieran publicadas en bases de datos científicas.

Una vez evaluadas las publicaciones que fueron recopiladas en la búsqueda según los criterios mencionados con anterioridad, se seleccionaron y analizaron 15 publicaciones.

Resultados y discusión

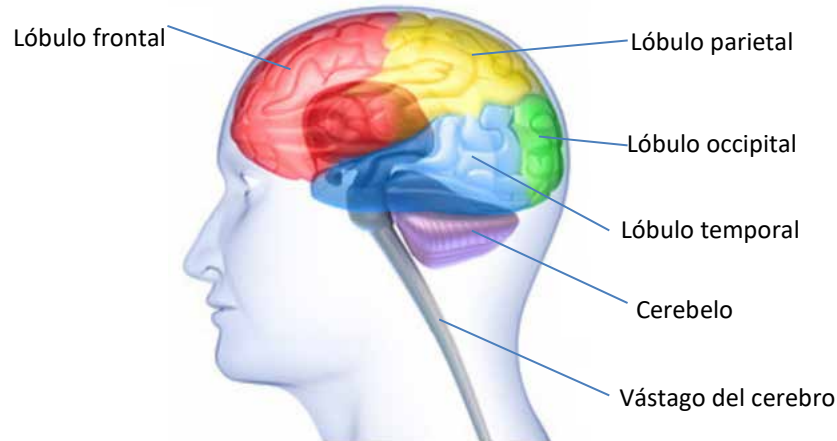
La mayoría de las personas utilizan internet de forma habitual como primera fuente de información y como medio de comunicación y socialización. En la última década, el uso de la pornografía en la internet se ha convertido en algo popular (Mayer, 2011). Para la mayoría de las personas, el uso de pornografía es algo entretenido, para otros se convierte en un hábito que genera dependencia y comportamientos fuera de control (Gola, 2016). Estudios previos han sugerido que el uso de la pornografía puede influir en los comportamientos sexuales (Gola, 2016). Según Joyce (2008), la regulación de la pornografía en la web ha demostrado ser una tarea especialmente difícil para los legisladores y la comunidad internacional, debido en gran parte a su naturaleza voluble y al medio electrónico en el que reside. Se necesitan normas internacionales para combatir la propagación ilegal de pornografía (Joyce, 2008).

Dicha industria es un fenómeno generalizado principalmente en los adolescentes, la mayoría están expuestos a ella a través de la red informática, ya sea voluntaria o involuntariamente y a una edad más o menos prematura (Bulot, Leurent y Collier, 2015). Según Rasmussen y Bierman (2016), a medida que los niños crecen, el uso de pornografía aumenta dramáticamente. El uso excesivo de estímulos sexuales visuales es el más frecuente problema de comportamiento hipersexual (Prause, Steele, Staley, Sabatinelli y Hajcak, 2015). Además, la pornografía se ha vuelto cada vez más aceptable, tanto jurídica como culturalmente, el nivel de violencia y degradación hacia la mujer se ha intensificado (Jensen & Okrina, 2004).

La pornografía está fuertemente ligada con la práctica de la masturbación, conducta sexual frecuentemente asociada a la culpabilidad sexual (Sierra, Perla, y Gutiérrez-Quintanilla, 2009). El exceso de masturbación puede generar en el individuo depresión, estrés, ansiedad e inestabilidad emocional, desórdenes de atención y mente ausente, memoria insuficiente, sensibilidad a la luz, erección débil e impotencia sexual, esterilidad, prostatitis o uretritis, eyaculación precoz, desórdenes neurológicos, de sueño y digestivos (Shekarey, Rostami, Mazdai & Mohammadi, 2011; Sierra, Monge, Santos-Iglesias, Quevedo-Blasco, Bermúdez, & Buena-Casal, 2013).

La liberación de dopamina $C_6H_3(OH)_2-CH_2-CH_2-NH_2$ en el cerebro, generada por la excitación derivada de la visualización de imágenes con un alto contenido sexual, afecta el lóbulo frontal del cerebro, que es el área encargada de las funciones cognitivas y conductuales (Lynn, 2012). Los lóbulos frontales son las estructuras más anteriores de la corteza cerebral (ver Figura 1), se encuentran situados por delante de la cisura central y por encima de la cisura lateral (Flores Lázaro, 2008).

Figura 1. Cerebro humano



Fuente: Fotolia

La Tabla 2 presenta algunas causas y consecuencias generadas por la adicción a la pornografía (Shekarey, Rostami, Mazdai, y Mohammadi, 2011; Freud, 1912).

Tabla 2. Adicción a la pornografía

Causas		Consecuencias	
Físicos	— Cambios hormonales	— Adicción y dependencia	— Impotencia sexual y frigidez
	— Influencia hereditaria		
	— Abuso sexual		
	— Maltrato físico y verbal		
Mentales y Psicológicos	— Curiosidad	— Propensión al exhibicionismo	— Depresión
	— Carencia afectiva		
Psicológicos	— Visualización de imágenes con alto contenido sexual a temprana edad	— Ira y neurastenia	— Incremento de fantasías sexuales
	— fracasos, pensamientos y sentimientos negativos		
	— Ansiedad		
	— Bullying		
Sociales	— Soledad	— Comportamiento obsesivo compulsivo	— Aislamiento social
	— Mal ejemplo de los padres o personas cercanas		
		— Rechazo al sexo opuesto	— Destrucción de la vida sexual en pareja
		— Divorcios	— Incremento de violaciones sexuales y homicidios relacionados con sexo
		— Degradación de la mujer	— Despierta la necesidad de experimentar la sexualidad e induce a los niños a la masturbación

Fuente: Adaptado de Shekarey, Rostami, Mazdai & Mohammadi, 2011; Freud, 1912.

Estrategias de mejoramiento

Algunas de las estrategias para que las personas adictas se mejoren son: en primer lugar, buscar ayuda de un profesional (psicólogo / psicoterapeuta) (Sell Llueras y Padrón Durán, 2001) para que identifiquen las posibles causas del problema. Para las personas que no son adictas, especialmente niños y adolescentes, algunas de las estrategias que ayudarían a prevenir y combatir la adicción son:

- Evitar escuchar y visualizar contenido sexual explícito en medios audiovisuales (internet, radio, revistas, diarios, etc.).
- Evitar que los niños y adolescentes tengan acceso a internet en espacios cerrados (instalar programas anti-pornográficos en ordenadores y dispositivos móviles).
- Desarrollar actividades deportivas o lúdicas.
- Llevar una vida social y espiritual activa.
- En casos extremos, acudir a un psicoterapeuta o profesional especializado en adicciones sexuales.

Conclusiones

La adicción a la pornografía puede generar problemas físicos, psicológicos, emocionales y espirituales. Así como el consumo de cocaína, marihuana, heroína u otros tipos de sustancias psicoactivas afectan el cerebro, la pornografía también lo hace.

Las personas que enfrentan fracasos sentimentales, académicos, laborales, entre otros, son más propensas a caer en esta adicción y en muchas otras. La ansiedad, angustia y depresión motivan al sujeto a llenar un vacío emocional, situación que empeora el problema.

En la actualidad, existe una gran cantidad de páginas con alto contenido sexual en internet, a las cuales se puede ingresar de manera gratuita, lo que permite al adicto satisfacer su necesidad en cualquier momento y lugar únicamente con tener un dispositivo con acceso a internet. Debido a lo anterior, se deben establecer medidas de control para evitar la proliferación del material pornográfico.

El adicto a la pornografía se degenera paulatinamente queriendo practicar todo lo que ve, como es el caso de Teb Bundy (Michaud y Aynsworth, 2000); las personas que no tienen pareja y son adictos, se les puede dificultar relacionarse con personas del sexo opuesto y pueden presentar depresión severa, culpabilidad y aislamiento social. A estas personas, por lo general, se les dificulta reconocer su adicción, hasta el punto de llegar a justificar e, inclusive, ocultar su comportamiento, lo que hace difícil que reciban ayuda de un profesional. Las personas adictas que tienen pareja, al darse cuenta que su compañero/a sentimental no tienen las mismas actitudes de los actores de las escenas, se pueden decepcionar por no encontrar satisfacción en la relación.

Referencias

- Bulot, C., Leurent, B., & Collier, F. (2015). Pornographie, comportements sexuels et conduites à risque en milieu universitaire. *Sexologies*, 24(4), 187–193. <https://doi.org/10.1016/j.sexol.2015.09.007>
- Flores Lázaro, J. C. (2008). Neuropsicología de Lóbulos Frontales, Funciones Ejecutivas y Conducta Humana. *Revista Neuropsicología, Neuropsiquiatría y Neurociencias*, 8(1), 47–58.
- Fotolia. (2016). Ilustración del cerebro humano [Figura]. Recuperado de https://co.fotolia.com/search?k=cerebro+humano&filters%5Bcontent_type%3Aall%5D=1&order=nb_downloads
- Freud, S. (1912). Contribuciones para un debate sobre el onanismo. *Obras Completas*, 12, 247–263.
- Gola, M. (2016). Decreased LPP for sexual images in problematic pornography users may be consistent with addiction models. Everything depends on the model. (Commentary on Prause, Steele, Staley, Sabatinelli, & Hajcak, 2015). *Biological Psychology*, 117. <https://doi.org/10.1016/j.biopsycho.2016.05.003>
- Jensen, R., & Okrina, D. (2004). *Pornography and sexual violence*. National Online Resource Center on Violence. Recuperado de: <http://www.oneangrygirl.net/jensenlong.pdf>
- Joyce, R. A. (2008). Pornography and the Internet. *IEEE Internet Computing*, 12(4), 74-77. <https://doi.org/10.1109/MIC.2008.83>
- Kitchenham, B. (2004). *Procedures for Performing Systematic Reviews*. Joint Technical Report: Australia. Recuperado de: http://people.ucalgary.ca/~medibr/kitchenham_2004.pdf

- Lynn, A. (2012). Sex, Productivity and Motivation : Pornography. [Mensaje en un blog] Asian Efficiency. Recuperado de: <http://www.asianefficiency.com/health/sex-productivity-and-motivation-part-06-pornography/>
- Mayer, M. A. (2011). La utilización de Internet entre los adolescentes, riesgos y beneficios. *Atención Primaria*, 43(6), 287–288. <https://doi.org/10.1016/j.aprim.2010.12.004>
- Michaud, S. G., & Aynesworth, H. (2000). *Ted Bundy: Conversations with a killer*. Texas: Authorlink.
- Peter, J. & Valkenburg, P. M. (2010). Processes underlying the effects of adolescents' use of sexually explicit internet material: The role of perceived realism. *Communication Research*, 37(3), 375–399. <https://doi.org/10.1177/0093650210362464>
- Prause, N., Steele, V. R., Staley, C., Sabatinelli, D., & Hajcak, G. (2015). Modulation of late positive potentials by sexual images in problem users and controls inconsistent with “porn addiction.” *Biological Psychology*, 109, 192–199. <https://doi.org/10.1016/j.biopsycho.2015.06.005>
- Rasmussen, K., & Bierman, A. (2016). How does religious attendance shape trajectories of pornography use across adolescence? *Journal of Adolescence*, 49, 191–203. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2016.03.017>
- Sell Lluveras, J. L. y Padrón Durán, R. S. (2001). Disfunción sexual eréctil. *Revista Cubana de Endocrinología*, 12(2), 115-123.
- Shekarey, A., Rostami, M. S., Mazdai, K., & Mohammadi, A. (2011). Masturbation: Prevention; Treatment. Procedia. *Social and Behavioral Sciences*, 30, 1641–1646. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2011.10.318>
- Sierra, J. C., Perla, F., y Gutiérrez-Quintanilla, R. (2009). Actitud hacia la masturbación en adolescentes: propiedades psicométricas de la versión española del Attitudes Toward Masturbation Inventory. *Universitas Psychologica*, 9(2), 531–542.
- Sierra, J. C., Monge, F. S., Santos-Iglesias, P., Quevedo-Blasco, R., Bermúdez, M. P., & Buela-Casal, G. (julio, 2013). Un estudio sobre las actitudes sexuales machistas en adolescentes peruanos. Ponencia presentada en el XXIV Congreso Interamericano de Psicología. Brasilia, Brasil.
- Staples, M. & Niazi, M. (2007). Experiences using systematic review guidelines. *Journal of Systems and Software*, 80(9), 1425–1437. <https://doi.org/10.1016/j.jss.2006.09.046>