



**LSPA**  
INSTITUTO UNIVERSITÁRIO

**PORNOGRAFIA EM TEMPO DE PANDEMIA: UM OLHAR  
SOBRE A EXPERIÊNCIAS DAS MULHERES PORTUGUESAS  
COM PORNOGRAFIA DURANTE O DISTANCIAMENTO  
SOCIAL**

**FRANCISCA MORAIS MOURA DO CARMO**

**Orientador de dissertação**

**PROFESSOR DOUTOR CSONGOR JUHOS**

**Professor do seminário de Dissertação**

**PROFESSOR DOUTOR CSONGOR JUHOS**

**Dissertação submetida como requisito parcial para a obtenção do grau de:**

**MESTRE EM PSICOLOGIA**

**Especialidade em Psicologia Clínica**

**2020**

Dissertação de Mestrado realizada sob a orientação do Prof. Doutor Csongor Juhos, apresentada no ISPA – Instituto Universitário para obtenção de grau de Mestre na especialidade de Psicologia Clínica.

## Resumo

Foi observado um aumento na frequência de visualização de pornografia durante o distanciamento social que ocorreu como medida de contenção face à pandemia provocada pela COVID-19. São várias as possíveis causas para este aumento, no entanto, a literatura face ao tema é ainda escassa. **Objectivo:** Compreender e explorar as experiências das mulheres com pornografia durante o distanciamento social, dando ênfase aos sentimentos de solidão, aborrecimento e ansiedade, às alterações na frequência de relações sexuais e às alterações nas rotinas de trabalho e de estudo. **Método:** A amostra foi constituída por 197 mulheres com mais de 18 anos, que reportaram ter visto pornografia no último ano. Foi criado um questionário com base na literatura, que se dividiu em cinco secções: dados demográficos, dados relativos ao distanciamento social, hábitos sexuais e de visualização de pornografia antes e durante o distanciamento social, impacto do distanciamento social na visualização de pornografia e uma última secção que consistia numa questão aberta relativa às alterações na visualização de pornografia durante o distanciamento social. **Resultados:** Os resultados foram divididos em duas secções: análise estatística e análise temática (referente à questão aberta). Na análise estatística não foram observadas diferenças na frequência de visualização de pornografia antes e durante o distanciamento social. Especificamente não foram observadas diferenças na frequência de visualização em participantes que se sentiram mais sozinhas, mais aborrecidas, mais ansiosas, que tiveram relações sexuais com menos frequência durante o distanciamento social ou que trabalharam a partir de casa ou não trabalharam durante o distanciamento social. No entanto, várias participantes reportaram que o distanciamento social teve impacto na sua visualização de pornografia. No âmbito da análise temática foram identificados três temas: 1) Pornografia enquanto ferramenta, 2) Pornografia como prescindível e 3) Não há espaço para a pornografia.

**Palavras-chave:** Frequência de Visualização de Pornografia; COVID-19; Mulheres; Questionário; Análise Temática

## Abstract

Our review of the literature seems to imply an increase in the frequency of pornography visualization during the social distancing that occurred has a measure for containing the pandemic caused by COVID-19. There are several possible causes for this increase but the literature on the subject is still scarce. **Objective:** Understand and explore the experiences of women with pornography during social distancing, emphasizing feelings of loneliness, boredom and anxiety, changes in the frequency of sexual intercourse, and changes in work and study routines. **Method:** The sample consisted of 197 women over 18, who reported seeing pornography in the last year. We created a questionnaire based on the literature, which was divided into five sections: demographic data, data relating to the period of social distancing, sexual habits and pornography viewing habits before and during social distancing, the impact of social distancing on pornography viewing, and one last section with an open question regarding the changes in viewing pornography during social distancing. **Results:** The results were divided into two sections: statistical analysis and thematic analysis (referring to the open question). In the statistical analysis, no differences were observed in the frequency of pornography viewing before and during social distancing. Specifically, no differences were observed regarding the frequency of visualization by participants who felt more alone, bored or anxious, who had sex less frequently or who worked from home or did not work during social distancing. However, several participants reported that social distancing had an impact on their pornography viewing. Within the thematic analysis, three themes were identified: 1) Pornography as a tool, 2) Pornography as dispensable, and 3) There is no space for pornography.

**Key-Words:** Frequency of pornography use; COVID-19; Women; Questionnaire; Thematic Analysis.

## Índice

<b>Introdução .....</b>	<b>1</b>
<b>Enquadramento Teórico .....</b>	<b>2</b>
<b>O que é a Pornografia? .....</b>	<b>2</b>
<b>História da Pornografia .....</b>	<b>4</b>
<b>Perspetivas Ideológicas .....</b>	<b>6</b>
<b>Porque é que se vê Pornografia? .....</b>	<b>9</b>
<b>Frequência de Visualização e Utilização Problemática de Pornografia.....</b>	<b>11</b>
<b>Efeitos da Pornografia .....</b>	<b>14</b>
<b>A COVID-19 .....</b>	<b>21</b>
<b>Pornografia em Tempo de Pandemia .....</b>	<b>23</b>
<b>Objetivos e Hipóteses de Investigação.....</b>	<b>27</b>
<b>Método .....</b>	<b>28</b>
<b>Participantes .....</b>	<b>28</b>
<b>Instrumentos .....</b>	<b>30</b>
<b>Procedimento .....</b>	<b>31</b>
<b>Análise de dados .....</b>	<b>32</b>
Análise Estatística .....	32
Análise Temática.....	34
<b>Resultados.....</b>	<b>35</b>
<b>Resultados da Análise Estatística.....</b>	<b>35</b>
Contextualização da Experiência das Participantes durante o DS .....	35
Sentimentos e Visualização de Pornografia .....	40
Hábitos Sexuais e Visualização de Pornografia .....	41
Rotinas de Trabalho e Visualização de Pornografia.....	42
<b>Resultados da Análise Temática .....</b>	<b>42</b>
Pornografia enquanto Ferramenta .....	43
Pornografia como Prescindível.....	46

Não há Espaço para a Pornografia.....	46
<b>Discussão.....</b>	<b>47</b>
Limitações e Futura Investigação .....	57
<b>Conclusão e Implicações.....</b>	<b>59</b>
<b>Referências.....</b>	<b>61</b>
<b>Anexos .....</b>	<b>74</b>
Anexo A- Teste de Wilcoxon para amostras emparelhadas (FVP antes e durante o DS) .....	74
Anexo B- Teste de Mann-Whitney para diferenças entre grupos (Sentimentos e Visualização de pornografia) .....	75
Anexo C- Teste de Wilcoxon para amostras emparelhadas (Sentimentos e visualização de pornografia) .....	77
Anexo D- Kruskal-Wallis para amostras independentes (Hábitos sexuais e visualização de pornografia) .....	80
Anexo E- Wilcoxon para amostras emparelhadas (Hábitos sexuais e visualização de pornografia) .....	82
Anexo F- Kruskal-Wallis para amostras independentes (Rotinas de trabalho e visualização de pornografia) .....	84
Anexo G- Wilcoxon para amostras Emparelhadas (Rotinas de trabalho e visualização de pornografia) .....	85
Anexo H- Consentimento Informado .....	87
Anexo I- Questionário .....	88
Anexo J- Respostas das Participantes à Questão Aberta .....	106
Anexo K- Tabela Final da Análise Temática .....	112

## Índice de Tabelas e Figuras

### Tabelas

<b>Tabela 1-</b> <i>Dados demográficos</i> .....	28
<b>Tabela 2 -</b> <i>Frequências do tempo de DS, Situação de habitação e situação de estudo durante o DS</i> .....	35
<b>Tabela 3-</b> <i>Resultados do teste de Wilcoxon da FVP Antes e Durante o DS para os Sentimentos de Solidão, Aborrecimento e Ansiedade</i> .....	41

### Figuras

<b>Figura 1-</b> <i>Gráfico de percentagens dos sentimentos de solidão, aborrecimento e inquietude e ansiedade durante o DS.</i> .....	36
<b>Figura 2-</b> <i>Gráfico do impacto percebido do DS na visualização de pornografia (em percentagem)</i> .....	37
<b>Figura 3 -</b> <i>Gráfico da FVP durante o DS comparativamente a antes do mesmo (em percentagem)</i> .....	38
<b>Figura 4-</b> <i>Gráfico da frequência de relações sexuais durante o DS comparativamente a antes do mesmo (em percentagem).</i> .....	38
<b>Figura 5-</b> <i>Gráfico das motivações para a visualização de pornografia antes e durante o DS(%)</i> .....	39
<b>Figura 6-</b> <i>Gráfico do efeito percebido da pornografia na vida das participantes antes e durante o DS (em percentagem)</i> .....	40
<b>Figura 7-</b> <i>Esquema da Análise Temática</i> .....	43

## Introdução

A realização deste trabalho adveio de um desejo de compreender as experiências das mulheres com pornografia. Na realidade, inicialmente o desejo seria menos de compreensão da experiência e mais de compreensão do impacto que a pornografia teria na vida desta população, uma vez que considerava, com base num preconceito fundado em ideias vagas de objectificação da mulher, que este tipo de material teria necessariamente de ter consequências negativas. Através das leituras que fui fazendo, este preconceito foi-se desconstruindo e foi dando espaço a um olhar mais aberto face ao tema, onde um interesse pelas experiências reais pôde surgir. Assim, de forma algo informal, perguntei a três mulheres (amigas) se teriam interesse e disponibilidade em falar comigo, em grupo, sobre a sua experiência com pornografia e ideias face à mesma. A ideia desta reunião seria a de compreender os temas que eram levantados, na esperança de que pudessem dar forma a um objetivo mais concreto de investigação.

Não se previa, nessa altura, o aparecimento de um vírus que iria espalhar-se a nível mundial e alterar, de forma tão radical, as rotinas e vivências de cada um. Após a disseminação do vírus e da declaração do mesmo, pela OMS, enquanto pandemia, começaram a surgir, em Portugal e em todo o mundo, medidas para o conter. Em Março, foi declarado em Portugal, pelo Presidente da República, o primeiro estado de emergência (*Decreto do Presidente da República n.º 14-A/2020 de 18 de Março, 2020*), que foi renovado duas vezes, acabando por terminar no início de Maio. Durante este período, as pessoas ficaram praticamente limitadas às suas casas e o distanciamento social foi aconselhado. Também nesta altura, foram começando a surgir notícias que apontavam para um aumento na visualização de pornografia (Durães, 2020; Grubbs, 2020; Lehmler, 2020), incluindo em Portugal. Tais notícias, numa fase em que o trabalho estava ainda no início, acabaram por guiar a escolha do tema a aprofundar no âmbito da presente dissertação, não só por ser um tema interessante e novo, mas também porque a ideia de realizar entrevistas, pelo carácter privado do tema, foi descartada quando o contacto com o exterior foi restringido e a realização de tais entrevistas passou a ser limitada a um formato *online* (via videoconferência).

Uma vez que é um tema que permanece bastante controverso na literatura (Ashton et al., 2018; Ciclitira, 2004; Daileader, 1997; Hald et al., 2014), com alguns autores a defender que a pornografia é um material perigoso, que perpetua a opressão masculina e promove actos de violência contra as mulheres (e.g. Dworkin & McKinnon, 1988; Stoltenberg, 2002) e outros

a considerar o potencial benéfico da visualização deste tipo de material (Ahton et al., 2018; Attwood et al., 2019; Löfgren-Mårtenson & Månsson, 2010), a divulgação de estatísticas que apontavam para um aumento na visualização de pornografia a nível global (Pornhub, 2020a) deu origem a opiniões divergentes face às implicações do mesmo (Grubbs, 2020, Lehmiller, 2020; Mestre-Bach et al., 2020). Se alguns autores, como Grubbs (2020) viram este aumento como estratégia de *coping*, mostrando-se cépticos face à possibilidade deste aumento se traduzir numa utilização problemática de pornografia, outros, como Mestre-Bach e colaboradores (2020) consideraram que estas alterações nos padrões de consumo levantariam questões relativamente aos perigos de uma utilização problemática.

Tendo em conta o carácter recente do tema e, por isso, a escassez de estudos que explorem este aumento, a exploração do mesmo pareceu pertinente. Assim, o objetivo principal desta investigação será explorar a visualização de pornografia por parte das mulheres portuguesas, nomeadamente as alterações na visualização de pornografia durante o período de distanciamento social provocado pela pandemia que ocorreu devido à COVID-19. Ainda, tendo em conta as dificuldades ao nível de um contacto direto com as participantes, optou-se pela realização de um questionário com uma componente quantitativa e outra qualitativa.

## **Enquadramento Teórico**

### **O que é a Pornografia?**

A primeira questão que se coloca quando falamos de pornografia deve ser “o que é pornografia?”. Apesar de parecer uma questão simples, e como afirmou Stuart Potter, Juiz do Supremo Tribunal “I know when i see it” (Jacobellis v. Ohio, 1964), afirmação que parece ir ao encontro do que todos pensamos, a resposta a esta questão está longe de ser consensual.

Etimologicamente o termo *pornografia* deriva do grego *pornographos*, que é a junção das palavras gregas *porne* -prostituta- e *graphein*- escrever (e.g. Black, 2014; Hald et al., 2014). Assim, originalmente, o termo referia-se aos escritos sobre a prostituição ou a representações dos atos das prostitutas (e.g. Malamuth, 1999; Hald et al., 2014; Schauer, 2005). Atualmente, a palavra adquiriu outro significado, não havendo, no entanto, um consenso relativamente à definição.

O quê é que distingue a arte (sexualmente explícita) de pornografia e porque é que a segunda tem uma conotação tão imoral e suja? Quem é que decide o que é arte?

A fronteira entre pornografia e outras formas de arte parece ser cada vez mais ténue e os conteúdos e formas de consumo parecem não ser suficientes para as distinguir (Attwood, 2002). Pinto e colaboradores (2010) defendem que a manutenção desta separação se deve essencialmente a uma hierarquização da cultura, onde algumas representações são vistas como “superiores” e outras como “inferiores” e onde o “bom gosto” exerce um poder regulador significativo. Ainda, este debate tem estado frequentemente ligado aos efeitos que a mesma tem nos indivíduos e na sociedade: A pornografia é vista como algo que humilha e degrada, enquanto a arte é vista como algo que deve civilizar e refinar (Huntley, 1998).

Tendo em conta a dificuldade ao nível da definição, o foco na mesma tem remetido principalmente para: o *conteúdo do material*, por exemplo Reid e colaboradores (2011, p.360), incluem na sua definição de pornografia “material que contém actos sexuais que envolvam os genitais, tal como relações sexuais vaginais ou anais, sexo oral ou masturbação” ou Malamuth (1999) que defende a pornografia pode incluir elementos sexistas ou violentos, distinguindo-a assim, de erótica, onde, considera que estes elementos devem estar necessariamente ausentes; a *perceção do consumidor*, onde a conceptualização do consumidor de um material enquanto pornográfico define-o enquanto tal (Rea, 2001; Reid et al., 2011), e; para o *propósito com que o material foi produzido*, sugerindo que pornografia é qualquer material sexualmente explícito, que foi produzido com o intuito de provocar excitação sexual (e.g. Ashton et al., 2019a; Ciclitira, 2004; Diamond, 2009; Malamuth, 1999). Ashton e colaboradores (2019a, p.20), após uma revisão das diferentes conceptualizações de pornografia, oferecem a definição que considerámos mais completa: “material considerado sexual, dado o contexto, que tem como intenção primária a de excitar sexualmente o consumidor, e é produzido e distribuído com o consentimento de todas as pessoas envolvidas” (tradução livre). Apesar de não podermos estar certos do consentimento de todos os participantes, esta definição é utilizada de forma a distinguir pornografia de conteúdos que são inerentemente não-consensuais, como a pornografia infantil ou a “pornografia de vingança” - exposição de vídeos ou imagens pornográficas de terceiros, sem o consentimento dos mesmos.

Finalmente, não existindo um consenso em relação ao tema, a pornografia tem sido abordada de diferentes perspetivas ideológicas, que assumem diferentes definições (Malamuth, 1999). Destaca-se que tais perspetivas tiveram um importante impacto na investigação, na medida em que, partindo de pontos de referência distintos, se observam conclusões muito dispares dentro do mesmo tema. Neste sentido, consideramos que será importante realçar tais perspetivas antes aprofundarmos o tema da presente investigação. No entanto, iremos

primeiramente realizar um levantamento da história da pornografia, uma vez que consideramos que para compreender qualquer fenómeno deveremos primeiramente conhecer a sua história.

## **História da Pornografia**

O erotismo e as representações eróticas não são fenómenos recentes. Na realidade, o sexo foi dos primeiros temas retratados na arte e representações de natureza erótica ou sexual, como pinturas, gravuras, esculturas ou desenhos, eram comuns em muitas civilizações (Byrne & Kelley, 1984). Apesar de, por vezes, ser impossível distinguir as suas funções, tem-se vindo a considerar que poderiam ir de possivelmente religiosas (e.g. Vénus de Willendorf) a possivelmente eróticas (Binnie & Reavey, 2019).

Ainda antes do estabelecimento do império romano, já tinha sido representada uma enorme diversidade de práticas sexuais e, em todo o mundo, o comportamento sexual começou a ser descrito com grande detalhe, tanto de forma ficcional como instrutiva (e.g. *Kama Sutra*) (Byrne & Kelley, 1984).

Posteriormente, na altura da reforma protestante (Séc. XVI), as entidades religiosas começaram a condenar as representações eróticas, acreditando que certos tipos de atividade eram intrinsecamente imorais e que a exposição a tais estímulos incitaria pensamentos e desejos impuros, acabando por conduzir a comportamentos pecaminosos. Desta forma, os consumidores eram vistos como vítimas a ser protegidas, e os criadores de tais materiais, culpados de corromper a moral dos inocentes, devendo por isso ser punidos. Neste sentido, em diversas partes do mundo, os produtores de erotismo começaram a ser perseguidos e livros, estátuas e pinturas foram destruídos (Byrne & Kelley, 1984).

Nas escavações de Pompeia, que decorreram na época Vitoriana, foram encontrados vários frescos e objetos que representavam sexo e bestialidade. Nesta altura, a palavra grega *Pornografia* foi “ressuscitada” para descrever o que foi encontrado e os materiais foram escondidos, só podendo ser vistos por alguns (Binnie & Reavey, 2019a).

A luta entre a censura e a pornografia atingiu o seu pico durante o séc. XIX, altura em que se declarou obsceno tudo o que fosse sexualmente excitante. Em 1857, em Inglaterra, foi aprovado o “*Obscene Publications Act*”, a primeira lei que tornou a venda de materiais sexualmente explícitos uma ofensa e conferiu à polícia o poder para os destruir (Binnie & Reavey, 2019a).

O desenvolvimento da tecnologia veio desafiar estas tentativas de censura e de controlo sobre o material erótico. A produção de filmes eróticos começou pouco depois do aparecimento do cinema, em 1895. A natureza dos filmes começou por ser erótica, mas por volta de 1900 começaram a aparecer vídeos com cenas sexuais reais (não simuladas) (Black, 2014). No início do séc. XX, o crescimento do liberalismo veio oferecer uma grande resistência à censura deste tipo de materiais e, gradualmente, foi-se tornando possível produzir livros, revistas, fotografias e filmes que não fossem tão restritos ao nível do conteúdo (Byrne & Kelley, 1984), sendo o material *hardcore* ainda censurado. Até aos anos 70, a pornografia era essencialmente para homens e não variava muito em termos de estilo ou conteúdo. No entanto, a introdução da videocassete, nos anos 70, revitalizou a indústria pornográfica e facilitou o acesso à pornografia *hardcore* (Binnie & Reavey, 2019a; Black, 2014). No início dos anos 80, a maior parte da pornografia era produzida apenas para ser consumida em casa, o que representou uma grande alteração nos comportamentos do consumidor, que deixou de ter de ir a salas de cinema e passou a ter a liberdade de ver, em casa, quanta pornografia desejasse. Em suma, esta alteração dos costumes, que se operou entre os anos 70 e 80, veio a ficar conhecida como a *Golden Age* da pornografia (Black, 2014).

Posteriormente, o aparecimento e difusão da internet vieram tornar a pornografia ainda mais acessível, garantindo, também, o anonimato dos seus visualizadores, o que possibilitou a sua proliferação no mercado e uma reinvenção da indústria. Desta forma, estavam criadas as condições para aparecerem géneros alternativos de produção independente e até amadora, e a pornografia *hardcore* pôde expandir-se consideravelmente (Binnie & Reavey, 2019a, Pinto et al., 2010). Os *peep-shows*, quiosques de revistas, videoclubes e todas as outras formas de obtenção e consumo de pornografia foram caindo em desuso e substituídas por formas mais privadas de acesso (Pinto et al., 2010).

O aparecimento dos *Smartphones*, em 2007, permitiu aos consumidores terem um maior e mais flexível acesso à internet e, hoje, qualquer pessoa, incluindo crianças e adolescentes, pode ter acesso a pornografia (Häggström-Nordin et al., 2006). Em 2019, o Pornhub, um dos maiores sites de pornografia, revelou que 76,6% das pesquisas eram realizadas através do telefone (Pornhub Insights, 2019).

Atualmente, o acesso a qualquer tipo de material pornográfico está à distância de um clique e qualquer um pode criar e disponibilizar a sua própria pornografia- a chamada *pornografia amadora*.

A quantidade de pornografia disponível na internet é quase impossível de medir. Só em 2019, foi realizado o *upload* de mais de 6.83 milhões de vídeos porno no site *Pornhub* (Pornhub, 2019). No mesmo ano, este site recebeu mais de 42 mil milhões de visitas, ou seja, mais 8.7 mil milhões de visitas do que no ano anterior, o que significa que, em média, teve cerca de 115 milhões de visitas diárias (Pornhub, 2019). Ainda, relativamente às preferências dos utilizadores em 2019, o mesmo site revela que as cinco categorias mais vistas foram respetivamente *Japanese*, *Lesbian*, *Amateur*, *Hentai* e *MILF*, destacando-se o aumento significativo que a categoria *Amateur* teve em relação a anos anteriores.

Tendo realizado uma breve revisão da história da pornografia, desde as sociedades mais antigas até aos dias de hoje, iremos, na secção seguinte, debruçar-nos sobre as perspetivas ideológicas face à pornografia.

### **Perspetivas Ideológicas**

Ao longo dos anos houve três perspetivas que se destacaram e que acabaram por guiar a investigação e a discussão sobre a pornografia, principalmente nos Estados Unidos. Estas são: a perspetiva moralista, a perspetiva liberal e a perspetiva feminista.

A perspetiva moralista deriva da ideologia judaico-cristã e defende que o homem tem a capacidade de escolher entre o bem e o mal. Nesta perspetiva, o sexo é visto como um acto privado entre dois adultos casados que tem como sua finalidade a procriação. Desta forma, para os moralistas, a pornografia é vista, não só como ofensiva, mas como uma influência negativa para a sociedade (Malamuth, 1999), encorajando comportamentos sexuais inaceitáveis e desencadeando efeitos nefastos que incluem agressão sexual, perda de respeito pelos valores familiares tradicionais e pela autoridade e decadência moral (Hald et al., 2014).

A perspetiva liberal, por outro lado, considera que os conceitos de “bom” versus “mau” são socialmente construídos e, por isso, arbitrários (Malamuth, 1999). Neste sentido, defende que os indivíduos aos quais é dado acesso livre à informação são capazes de tomar decisões racionais sobre o que é apropriado no seu contexto cultural e agir em conformidade, visão baseada nos teóricos John Locke e John Stuart que defenderam que todos os indivíduos têm o direito a expressar livremente as suas ideias e que a restrição de tais ideias (por parte do estado) só deve ser considerada quando as suas ações infringem os direitos de outros (Hald et al., 2014; Malamuth, 1999). Assim, a pornografia é considerada, pelos liberais, uma fonte de informação à qual qualquer adulto deve ter liberdade de aceder e de utilizar como entender, desde que essa utilização não infrinja os direitos de terceiros.

Dentro do movimento feminista encontram-se perspectivas muito contrastantes relativamente ao tema da pornografia (Attwood, 2002; Ciclitira, 2004; Huntley, 1998; Queen, 2002). Desta forma, observa-se uma tomada de posição veemente contra a pornografia (e.g. Dworkin & MacKinnon, 1989; Stoltenberg, 2002) ou, pelo contrário, contra a censura (e.g. McElroy, 1997; Queen, 2002; Segal, 2002), existindo poucas ativistas que promovam uma posição intermédia (Ciclitira, 2004; Daileader 1997).

Este movimento, que começou por celebrar a sexualidade feminina, libertando-a de discursos centrados no homem e em práticas sexistas, e cujos ideais se ligavam a uma maior confiança e liberdade sexual para as mulheres, rapidamente foi ofuscado pela pressão para desafiar o poder dos homens sobre as mulheres, que assentava, para algumas feministas, na sexualidade masculina (Segal, 2002). Nesta altura, sexualidade foi fundida a “domínio” e redefinida como uma necessidade de poder do homem sobre a mulher, movimento que Segal (2002) e outras feministas, viram como um retrocesso no movimento feminista.

Andrea Dworkin e Catherine MacKinnon (1989), talvez as maiores representantes da perspectiva feminista radical anti-pornografia, defendem que o denominante comum dos materiais pornográficos é o “uso ou abuso da mulher de uma forma sexualmente explícita” (Dworkin & MacKinnon, 1989; p.38). Neste sentido, consideram que a pornografia desumaniza as mulheres, representando-as como objetos sexuais, colocando-as em posições de humilhação e subordinação e reduzindo-as a partes do corpo. Ainda, as defensoras desta perspectiva consideram que na nossa sociedade os homens detêm poder sobre as mulheres e que o sexo será o principal meio através do qual o exercem. Assim, através desta distribuição desigual de poder, os homens terão conseguido que as suas conceções de relações sexuais apropriadas se tornassem na norma, bem como alterar a forma como as mulheres se percebem a si próprias (e.g. Dworkin & MacKinnon, 1988). Desta forma, a pornografia não deve ser encarada como uma forma de representação da sexualidade, mas como expressão da opressão masculina, cujas imagens encorajam relações de poder opressivo e que origina consequências nefastas, como a promoção de atos de violência contra as mulheres e a internalização, por parte das mulheres, das suas ideias e imagens (e.g. Dworkin & MacKinnon, 1988; Stoltenberg, 2002). Para estas ativistas, estes efeitos seriam passíveis de serem evitados através do controlo legislativo, nomeadamente através da censura deste tipo de material, abordagem que muitos autores, consideram tanto limitada como limitante (Attwood, 2002; Huntley, 1998; Pinto et al., 2010).

Assim, vários autores têm criticado esta perspectiva pró-censura ou anti pornografia (e.g. Attwood, 2002; Ciclitira, 2004; Pinto et al., 2010; Queen, 2002; Segal, 2002). Queen (2002), por exemplo, considera que as feministas anti-pornografia trabalham no sentido contrário ao da libertação sexual das mulheres, retratando-as como vítimas indefesas. Neste sentido, defende que o feminismo anti-pornografia tem prejudicado o movimento feminista e silenciado as vozes das outras feministas que discordam que a pornografia seja degradante para as mulheres. McElroy (1997), ativista pró-pornografia, que considera o conceito de “degradante” subjetivo, defende que as mulheres devem ter a possibilidade de escolher o que consideram degradante e o que consideram libertador.

Também Pinto e colaboradores (2010) criticaram a perspectiva anti pornografia. Uma das suas críticas, que considerámos particularmente pertinente, vai no sentido de expor a utilização de estudos da psicologia experimental americana, cuja população era essencialmente constituída por homens brancos e pouco escolarizados, de forma a generalizar a “natureza agressiva masculina e, conseqüentemente, a defender e legitimar a censura. Ainda, os mesmos autores consideram que “as estratégias feministas pró-censuras sempre preferiram negar à pornografia qualquer capacidade de significação mais complexa, logo subtraindo dos seus consumidores a possibilidade de agenciamento ou re-interpretação crítica dos conteúdos” (p.378).

Daileader (1997) considera que devemos reconhecer a necessidade do ser humano para representações sexualmente explícitas quer seja como um meio de expressão, autodescoberta ou exploração, defendendo, ainda, que “se a pornografia objectifica a mulher, também objectifica o homem, ou ainda, objectifica o pénis, transformando-o em “pedra”, “tijolo” ou “ferramenta” - não um órgão de reprodução ou uma parte do homem, mas num instrumento de destruição” (p.84) (tradução livre). Desta forma, a autora distancia-se desta perspectiva radical, defendendo que a pornografia não deve ser proibida, mas que deve ser deixada morrer de forma a dar espaço a novas formas de arte erótica. Finalmente, propõe que imaginemos um campo de “representações que celebrem a complexidade da interação sexual em vez de a reduzirmos a um gesto, uma dinâmica, repetitiva e nauseante” (Daileader 1997, p.87) (tradução livre), sugerindo a possibilidade da criação de uma pornografia feminista, proposta esta que atualmente sabemos ser possível. Na realidade, a chamada pornografia feminista, tipo de pornografia que procura dignificar a mulher e explicitar desejos femininos reais, tem vindo a crescer nos últimos anos, existindo alguns sites especializados neste tipo de conteúdos (Chéu, 2020).

Como referimos, os defensores da perspectiva anti-censura, pró-pornografia ou pró-sexo, consideram que a mulher deve ter liberdade para consumir ou participar em pornografia, que a interdição da pornografia vai contra a liberdade de cada indivíduo e que a decisão de ver ou fazer parte deste tipo de conteúdo deve ser respeitada e protegida legalmente (McElroy, 1997; Pinto et al., 2010). Ainda, defendem que a pornografia pode beneficiar a vida das mulheres, por exemplo através da abertura do leque de possibilidades sexuais, da experimentação de alternativas sexuais, da satisfação de fantasias, do possibilitar uma alternativa a quem não tem parceiro sexual, do quebrar de estereótipos, entre outros (McElroy, 1997). Neste sentido Preciado (2007), à semelhança do proposto por Daileader (1997), considera que “... o melhor antídoto contra a pornografia dominante não é a censura, mas antes a produção de representações alternativas da sexualidade, feitas a partir de olhares divergentes do olhar normativo”.

Até este momento fizemos uma breve revisão da definição de pornografia, da história da mesma até aos dias de hoje e das perspectivas ideológicas predominantes- moralista, liberal e feminista (anti-pornografia e pró-pornografia) - que acabaram por guiar a investigação e influenciar diversas áreas, incluindo políticas públicas. Nas seções seguintes, iremos debruçar-nos sobre a investigação realizada sobre o tema da pornografia, nomeadamente sobre as motivações para o seu consumo, frequência de consumo e consumo problemático, efeitos da pornografia e experiências das mulheres (população-alvo) com a mesma. Finalmente, focar-nos-emos na atual pandemia e implicações que tem na visualização de pornografia.

### **Porque é que se vê Pornografia?**

As questões “porque se vê pornografia?” e “que funções é que esta terá na vida de quem a vê” parecem-nos essenciais em qualquer trabalho que se proponha ao aprofundamento deste fenómeno.

A motivação mais evidente e, também, a mais apontada na literatura, principalmente para o sexo masculino (Grubbs et al., 2019), remete para a utilização de pornografia para obtenção de *prazer sexual*, ou seja, a utilização de pornografia como forma de aumentar a excitação sexual ou como auxílio para masturbação (Attwood et al., 2019; Bóthe et al., 2020a; Bois, 2002; Chen et al., 2013; Chesser et al., 2018; Gaspar & Carvalheira, 2012; Grubbs et al., 2019; Löfgren-Mårtenson & Månsson, 2010; Reid et al., 2011). No entanto, a literatura revela que existem outras motivações para a utilização da pornografia.

A *curiosidade sexual ou aprendizagem*, que consiste na procura de informação sobre atos sexuais e na aprendizagem da sexualidade através de materiais pornográficos, tem sido um dos temas mais apontados para a visualização de pornografia (Ashton et al., 2018; Bois, 2002; Bóthe et al., 2020a; Chen et al., 2013; Chesser et al., 2018; Gaspar & Carvalheira, 2012; Grubbs et al., 2019; Löfgren-Mårtenson & Månsson, 2010; Reid et al., 2011). Neste sentido, tem sido reportada a sua visualização devido a um desejo de aprender novas posições ou práticas sexuais, ou, de forma geral, adquirir uma maior compreensão relativamente à atividade sexual (Attwood, 2005; Grubbs et al., 2020).

O *coping ou distração/supressão emocional*, foi também uma das motivações apontadas para a visualização de pornografia. Neste sentido, os indivíduos recorreriam à pornografia de forma a lidar ou evitar estado disfóricos ou desagradáveis como o stress, a ansiedade, a solidão, entre outros (Bóthe et al., 2020a; Grubbs et al., 2019). Ainda, apesar de se inserir na categoria anterior, a motivação para a *redução de stress*, tem sido frequentemente destacada (Attwood et al., 2019; Bois, 2002; Bóthe et al., 2020a; Chesser et al., 2018; Gaspar & Carvalheira, 2012; Grubbs et al., 2019).

A *exploração de fantasias*, que consiste em escapar ao mundo real e fantasiar sobre fazer parte de cenários pornográficos que, muitas vezes, não seriam possíveis de experienciar na vida real, é outra das motivações apontadas para a visualização de pornografia (Attwood et al., 2019; Bois, 2002; Bóthe et al., 2020a; Chesser et al., 2018; Gaspar & Carvalheira, 2012; Grubbs et al., 2019).

Também o *evitamento do aborrecimento* (Attwood, Smith & Barker, 2019; Bóthe et al., 2020a; Chen et al., 2013; Grubbs et al., 2019; Schenk et al., 2009) que consiste na utilização da pornografia como forma de reduzir ou eliminar este sentimento e a *falta de satisfação sexual* (Attwood et al., 2019; Bóthe et al., 2020a), ou seja, a utilização de materiais pornográficos resultante da insatisfação com a vida sexual ou a procura de algo que está a faltar na vida sexual e a *exploração sexual*, que se refere à motivação para utilizar pornografia de forma a identificar ou reconhecer necessidades e preferências sexuais (Attwood, 2005; Attwood et al., 2019; Bóthe et al., 2020a) são, também, motivações frequentemente apontadas para a visualização de pornografia.

A *intimidade ou motivos relacionados com o casal*, onde a pornografia é vista de forma a agradar o parceiro ou a melhorar a relação sexual (Grubbs et al., 2019), o *entretenimento ou lazer* (Gaspar & Carvalheira, 2012; Attwood et al., 2019; Chen et al., 2013), o consumo como

*experiência estética ou erótica* (Attwood et al., 2019) e a *pressão dos pares* (Chen et al., 2013) foram as restantes motivações encontradas, na literatura, para a visualização de pornografia.

Tendo feito uma revisão das motivações apontadas para a visualização de pornografia, iremos debruçar-nos sobre o carácter potencialmente problemático de algumas destas motivações.

### **Frequência de Visualização e Utilização Problemática de Pornografia**

Apesar da visualização de pornografia não ser inerentemente problemática (e.g. Alves & Cavalhieri, 2020; Binnie & Reavey, 2019b), podendo até ser uma expressão saudável da sexualidade e ter benefícios na mesma (como a exploração da sexualidade e normalização de desejos sexuais), a literatura sugere que se pode tornar problemática para uma minoria de indivíduos (Alves & Cavalhieri, 2020; Baranowski et al., 2019; Binnie & Reavey, 2019b; Bóthe et al., 2020a, 2020b, 2020c; Lewczuk et al., 2017), acabando por afetar o seu bem estar psicológico, dominando os seus pensamentos, sentimentos e comportamentos e afetando o seu funcionamento normal (Binnie & Reavey, 2019b; Sniewski et al. 2018). Apesar da maior parte dos indivíduos em sociedades industrializadas verem pornografia, apenas um número reduzido experienciam um consumo problemático (Binnie & Reavey, 2019b; Bóthe et al., 2018, 2020), no entanto, tendo em conta as consequências associadas, é um tema que tem merecido alguma atenção.

A utilização problemática de pornografia acarreta diversos efeitos negativos e pode ser avaliada de diversas formas (e.g. Bóthe et al., 2017; Kor et al., 2014). No entanto, iremos focar-nos na escala desenvolvida por Kor e colaboradores (2014), considerada por Binnie e Reavey (2019b), na sua revisão, a única escala com mérito clínico, na medida em que, não só possui excelentes propriedades psicométricas como, apesar de implicada na estrutura, a palavra adição (cuja relação com a visualização de pornografia não está ainda comprovada) não aparece no questionário. A escala é constituída por 12 itens e foca-se em quatro fatores: 1) o *sofrimento (distress) e problemas funcionais*, que remetem para as dificuldades criadas pela visualização de pornografia a nível relacional, em situações sociais, no trabalho ou noutras áreas importantes da vida; 2) a *utilização excessiva*, que remete para a importância ou saliência dos pensamentos face à utilização de pornografia e ao tempo passado a utilizá-la; 3) as *dificuldades de controlo*, como a incapacidade ou dificuldade em reduzir ou controlar a frequência de utilização de pornografia; e 4) a *utilização para regulação emocional*, que remete para a utilização de

pornografia de forma a “escapar” a sentimentos negativos ou difíceis (e.g. depressão, tristeza, ansiedade, aborrecimento, inquietude, vergonha ou nervosismo).

Apesar da *frequência de visualização de pornografia* (FVP) e da *utilização problemática de pornografia* (UPP) serem conceitos que aparecem muitas vezes relacionados na literatura, eles são conceitos distintos (Binnie & Reavey, 2019b; Bóthe et al., 2020a,2020b;2020c). Neste sentido, uma elevada FVP pode estar relacionada com *outcomes* positivos ou negativos, não tendo os indivíduos que veem pornografia com muita frequência de experienciar, necessariamente, problemas relacionados com a sua visualização (Baranowski et al., 2020; Binnie & Reavey, 2019b; Bóthe et al., 2020a,2020b;2020c). No entanto, alguns estudos têm revelado uma associação entre a FVP e a UPP, tanto para indivíduos do sexo masculino como do sexo feminino (e.g. Baranowski et al., 2020; Binnie & Reavey, 2019b; Bóthe et al., 2020a,2020b;2020c).

O evitamento do aborrecimento foi positivamente associado (associação fraca) tanto à FVP (Bóthe et al., 2020a; Schenk et al., 2009) como à UPP (Bóthe et al., 2020a), resultados que indicam que os indivíduos podem utilizar a pornografia de forma a eliminar o aborrecimento e que essa utilização pode resultar na utilização frequente ou problemática da mesma.

O evitamento, regulação ou supressão emocional, apesar de não estarem diretamente relacionados com a FVP (Bóthe et al., 2020a) foram frequentemente relacionados com uma UPP (Bóthe et al., 2020a, 2020c; Levin et al., 2019; Wéry & Billieux, 2016). Neste sentido, Levin e colaboradores (2019) defendem que a frequência de visualização de pornografia não é, em si, a fonte de problemas, mas é a tendência para ver pornografia de forma evitante que leva a consequências negativas. Ainda, consideram que quanto mais os indivíduos veem pornografia de forma a evitar sentimentos negativos, mais frequentemente a veem. Por isso, os dois processos estão ligados. Especificamente, alguns autores têm vindo a associar a motivação para evitar sentimentos de solidão com uma mais frequente visualização de pornografia, associação esta que parece ser circular, uma vez que sentimentos de solidão são preditores de uma maior visualização de pornografia e uma maior visualização de pornografia, preditora de um aumento nos níveis de solidão (Binnie & Reavey, 2019b; Weber et al., 2018; Yoder et al., 2005).

A motivação para redução do stress teve, no estudo de Bóthe e colaboradores (2020a) uma associação positiva, mas fraca, com a FVP. No entanto, teve a associação mais forte

(positiva) com a UPP. Desta forma, a pornografia pode parecer uma forma fácil e acessível de diminuir o stress, podendo, no entanto, gerar ainda mais stress como resultado do desenvolvimento de uma UPP (Bóthe et al., 2020a, 2020c).

A motivação para a exploração de fantasias foi, também, positivamente associada à UPP, mas não à FVP (Bóthe et al., 2020a). Finalmente, destacam-se outros fatores (não motivacionais) associados à FVP e UPP. As necessidades psicológicas básicas relacionam-se de forma importante com a FVP. Neste sentido, indivíduos que veem pornografia com muita frequência reportaram níveis mais elevados de frustração face a necessidades psicológicas básicas e face à necessidade de autonomia (Bóthe et al., 2020b). Desta forma, Bóthe e colaboradores (2020b) consideram que indivíduos que veem a sua “vontade” limitada ou impedida, podem recorrer à pornografia de forma a aliviar sentimentos negativos derivados desta frustração face à falta de autonomia uma vez que a pornografia pode fornecer uma liberdade de escolha considerável. Ainda, indivíduos que sentem não conseguir desenvolver relações significativas podem perceber a pornografia como uma forma fácil de se sentirem conectados a alguém (Bóthe et al., 2020b; Wéry & Billieux, 2016).

Desta forma, parece não existir *uma* característica que seja responsável pelo desenvolvimento e manutenção de uma UPP. Neste sentido, Bóthe e colaboradores (2020b) consideram que a combinação ou interação entre características da personalidade e o contexto social podem levar ao desenvolvimento de uma UPP. Os resultados da sua investigação indicam que níveis elevados de hipersexualidade, depressão, aborrecimento, suscetibilidade, frustração nas relações, frustração face às competências e face às necessidades psicológicas, sentimentos desconfortáveis face à pornografia e níveis reduzidos de autoestima e insatisfação nos relacionamentos podem representar fatores de risco para uma utilização problemática de pornografia (Bóthe et al., 2020b).

Finalmente, tendo em conta que na presente dissertação o foco é na população feminina, consideramos que será pertinente distinguir os estudos realizados com a mesma, uma vez que, no âmbito deste tema, é uma população menos estudada e cujas experiências com pornografia têm sido consideradas bastante diferentes das encontradas no sexo masculino. Por exemplo, os homens veem, de forma geral, mais pornografia do que as mulheres (Alves & Cavalhieri, 2020; Hald, 2006; Pornhub, 2019) e enquanto que, em média, 67.6%-81% da população masculina (entre os 18 e os 30 anos) visualiza pornografia pelo menos uma vez por semana, apenas 18.1-18.3% das mulheres, na mesma faixa etária, apresenta esta frequência de visualização (Hald,

2006; Kvaem et al., 2014). Ainda, para além da frequência de visualização, os homens reportam níveis mais elevados de UPP do que as mulheres (Baranowsky et al., 2020).

No estudo de Baranowsky e colaboradores (2020), realizado apenas com participantes do sexo feminino, a prevalência de uma UPP (online) foi de, aproximadamente, 3%. Ainda, no mesmo estudo, os resultados indicaram que quanto maior era FVP, mais elevados os *scores* de UPP. No entanto, esta correlação explicava apenas 18% da variância, deixando uma grande parte da variância por explicar. Neste estudo, os autores concluíram que o único motivo para a utilização de pornografia (dentro das motivações medidas) que previa significativamente os *scores* de UPP foi o evitamento emocional. Ainda, as mulheres com uma UPP procuravam material mais diversificado, podendo ser indicador de tolerância e consequente necessidade de explorar novos materiais de forma a obterem os mesmos resultados que conseguiam no início da sua visualização.

Lewczuk e colaboradores (2017) realizaram uma investigação, na qual se focaram nas mulheres que procuram tratamento para uma UPP. Os resultados indicaram que, ao contrário do que acontece no sexo masculino, nas mulheres, a quantidade de pornografia vista foi *em si* fortemente associada à procura de tratamento. Ainda, à semelhança do que aconteceu no sexo masculino, a quantidade de pornografia vista também se relacionou com a severidade de sintomas negativos, que por sua vez se relacionaram com a procura de tratamento. Neste sentido, as mulheres parecem procurar tratamento não só devido ao impacto da pornografia nas suas vidas, mas também devido, simplesmente, à quantidade de visualização, dado que os autores interpretaram como possível crença (por parte das mulheres) de que a utilização frequente de pornografia constitui um comportamento desviante, ao contrário dos homens, que o veem como normativo.

Na presente secção procurámos distinguir FVP de UPP e as consequências da mesma na vida dos indivíduos, destacando algumas investigações realizadas com participantes do sexo feminino. Na secção seguinte iremos focar-nos nas investigações relativas aos efeitos (não específicos da utilização problemática ou frequente) da pornografia.

### **Efeitos da Pornografia**

A investigação relativa à pornografia e aos materiais sexualmente explícitos tem-se focado, tradicionalmente, nas experiências de consumo dos homens e tem frequente sublinhado os efeitos negativos que estes materiais produzem (Chesser et al., 2018). No entanto tais efeitos têm sido desacreditados (Binnie & Reavey, 2019a).

Nas últimas cinco décadas têm sido realizadas inúmeras investigações com diferentes metodologias e *designs* com o intuito de clarificar os efeitos da pornografia, existindo, em muitos autores, uma crença de que o consumo de pornografia tem uma série de efeitos negativos (Hald et al., 2014), principalmente por parte dos defensores da perspectiva anti pornografia que têm utilizado estes efeitos como forma de defender a censura. No entanto, outros autores (e.g. Hald et al., 2014; Hald & Malamuth, 2014; Kingston et al., 2009) têm refutado os efeitos negativos do consumo de pornografia e considerado que, se estes existem, não afetam uniformemente todos os indivíduos, devendo ter-se em conta diferenças individuais, culturais e contextuais.

Uma das críticas dos defensores da censura aos materiais pornográficos remete para o seu potencial para aumentar a violência contra as mulheres. Os estudos realizados neste sentido têm revelado resultados contraditórios e as opiniões dos investigadores divergentes. Alguns autores consideram que a pornografia é um fator de risco, defendendo que os indivíduos que a consomem terão uma maior probabilidade de ter atitudes propícias (*conducive*) à agressão sexual e de ingressarem, realmente, em comportamentos violentos (e.g. D'Abreu & Krahé, 2014; Wright et al., 2016), outros defendem que o consumo de pornografia, apesar de poder influenciar negativamente as atitudes, crenças e comportamentos agressivos, não têm um efeito uniforme. Por outras palavras, a pornografia não influencia igualmente todos os indivíduos e é necessário ter em conta as suas diferenças individuais (e.g. características antissociais; masculinidade hostil), culturais (e.g., ambiente social hostil) e contextuais que podem moderar a influência da pornografia (Hald & Malamuth, 2014; Hald et al., 2014; Kingston et al., 2009; Vega & Malamuth, 2007). Neste sentido, para um grupo restrito de utilizadores, com níveis elevados em determinado factor(es) de risco, o consumo de pornografia pode “servir de combustível” e aumentar o risco de atitudes e comportamentos sexuais agressivos, mas esta ideia não pode ser generalizada para toda a população (Hald & Malamuth, 2014). Há ainda autores que defendem que o consumo de pornografia levará a uma redução de comportamentos sexuais agressivos ou que não haverá diferenças entre consumidores e não consumidores (Binnie & Reavey, 2019a; Mellor & Duff, 2019; Diamond, 2009). Neste sentido, numa meta análise realizada por Mellor e Duff (2019) os resultados indicaram que não há uma relação consistente entre a exposição a pornografia e agressões sexuais. Ainda, D'Amato (2006) através da análise de 25 anos de crime e consumo de pornografia, concluiu que as violações diminuíram em 85% na mesma altura que a pornografia se tornou acessível a todos de forma

gratuita, especulando que a pornografia não só não aumenta a violência sexual, como contribui para a sua redução.

Relativamente à associação entre a visualização de pornografia e atitudes sexistas face às mulheres, apesar de Peter & Valkenburg (2009) terem concluído no seu estudo que a visualização de pornografia está associada à consideração de mulheres enquanto objetos sexuais, vários estudos têm chegado a resultados diferentes. Os resultados da investigação de Hald e colaboradores (2013) remetem para uma associação entre o consumo de pornografia e uma visão menos igualitária face às mulheres por parte dos participantes do sexo masculino. No entanto, a baixa agradabilidade foi considerada um maior preditor de um nível mais elevado de atitudes sexistas. Ainda, nas participantes do sexo feminino, a exposição (experimental) a pornografia foi associada a outro tipo de sexismo: sexismo benevolente, forma de sexismo no qual as mulheres são vistas de forma estereotipada e restringidas a papéis específicos, apesar das atitudes e comportamentos associados apresentarem uma orientação de ajuda. Contrariamente, outros estudos têm indicado que não existe uma associação entre a visualização de pornografia e atitudes sexistas (McKee, 2007; Miller et al., 2020; Kohut et al., 2016).

Outro tema que tem sido alvo de investigação remete para os efeitos da pornografia no contexto de um relacionamento e, à semelhança do que acontece nos outros temas, os resultados têm sido contraditórios. Alguns autores consideram que a pornografia pode reduzir a qualidade da relação e que tem um efeito negativo global na satisfação sexual e relacional dos homens (e.g. Maddox et al. 2011; Kendrick et al., 2003; Wright et al., 2017). Maddox e colaboradores (2011), por exemplo, realizaram um estudo com o intuito de compreender as associações entre a visualização de materiais sexualmente explícitos e relacionamentos. Os resultados indicaram que os homens que nunca viam este tipo de material reportavam níveis mais elevados de qualidade dos relacionamentos do que os que viam estes materiais sozinhos. Outro estudo, de Kendrick et al. (2003) revelou que os homens avaliavam as parceiras como menos atraentes depois de serem expostos a imagens de modelos de revistas pornográficas (*Playboy* e *Penthouse*), efeito que não ocorreu nas mulheres.

Por outro lado, a investigação de Hald e Malamuh (2008) que procurou medir os efeitos auto-percepcionados do consumo de pornografia na vida sexual, nas atitudes face ao sexo, no conhecimento sexual, na vida em geral e nas atitudes e perceções face ao sexo oposto, revelou que tanto homens como mulheres reportam efeitos positivos (ligeiros a moderados) do consumo de pornografia e poucos ou nenhuns efeitos negativos. No entanto, os autores

consideraram que estes resultados se poderiam dever ao fenómeno do otimismo tendencioso (*biased optimism*), que postula que o ser humano, perante a ameaça de eventos negativos, têm tendência para considerar que os outros têm uma maior probabilidade de ser afetados do que os próprios (Weinstein, 1989). Neste sentido, investigações com jovens suecos revelou que, 80.3- 83.9% das inquiridas e 77% dos inquiridos consideraram que a pornografia influenciava o comportamento sexual dos *outros*, mas apenas 28.1%-31.6% das mulheres e 53% dos homens consideraram que a pornografia tinha impacto na *sua* sexualidade (Rogala & Tydén, 2003; Tydén & Rogala, 2004; Tydén et al., 2001).

Em suma, a investigação relativa aos efeitos da pornografia é contraditória e as perspetivas dos autores face à mesma parecem guiar e influenciar a investigação. Na secção seguinte iremos focar-nos nas experiências das mulheres com pornografia, utilizando maioritariamente referências de estudos qualitativos.

### **As Mulheres e a Pornografia**

Como vimos na seção anterior, grande parte da investigação tem-se focado nas consequências da pornografia ao nível das atitudes e dos comportamentos. No entanto, vários estudos têm vindo a contestar esta forma de olhar para a pornografia, apelando à abertura de novas vias para a sua compreensão e implicações sociais (Attwood, 2002; Daskalopoulou & Zanette, 2020). Contudo, apesar do consumo de pornografia por parte das mulheres ter vindo a aumentar (Binnie & Reavey, 2019a; Ashton et al., 2018), observando-se, por exemplo, um aumento de 23% para 32% entre 2014 e 2019 da percentagem de utilizadoras do *pornhub* a nível mundial (Pornhub Insights, 2015; Pornhub Insights, 2019), a investigação tem-se focado maioritariamente na população masculina (Ashton et al., 2018; Attwood, 2005; Ciclitira, 2004; Daskalopoulou & Zanette, 2020; Gaspar & Carvalheira, 2012). No entanto, uma vez que a pornografia é experienciada num contexto social e cultural, que é inevitavelmente influenciado pelo género, o papel da pornografia na vida das mulheres não deve ser inferido da informação recolhida de investigações com o sexo masculino (Ashton et al., 2018).

As investigações qualitativas têm revelado que a visão, experiência e sentimentos das mulheres face à pornografia estão longe de ser lineares, tanto de mulher para mulher, como para a mesma em alturas diferentes (Ashton et al., 2018; Attwood, 2005; Ciclitira, 2002 cit. por Attwood, 2005). As mulheres podem identificar a pornografia como algo valioso, prejudicial, um misto dos dois ou como algo que provoca dissonância (Ashton et al., 2018). Antes de avançarmos para as considerações a respeito do valor da pornografia, consideramos que será

importante determo-nos sobre o aspeto da dissonância e ambivalência das mulheres face aos materiais pornográficos, tema que aparece frequentemente ao longo da literatura relativa à experiência das mulheres com pornografia (Ashton et al., 2018; Ciclitira, 2002 cit por Attwood, 2005; Ciclitira, 2004; Daskalopoulou & Zanette, 2020; Häggström-Nordin et al., 2006; Löfgren-Mårtenson & Månsson, 2010).

Em alguns estudos, várias mulheres reportaram sentir-se em conflito perante os sentimentos contraditórios que emergiam quando viam pornografia (e.g. Ashton et al., 2018; Ciclitira, 2004; Daskalopoulou & Zanette, 2020; Häggström-Nordin et al., 2006; Parvez, 2006). Por exemplo, no estudo de Ciclitira (2004) as mulheres que se identificavam como feministas revelaram condenar a indústria pornográfica e a forma como representa as mulheres, mas, por outro lado, revelaram sentir excitação sexual aquando a visualização de materiais pornográficos. Desta forma, a autora considerou que as ideologias feministas e a visão politizada da pornografia como algo negativo, podem “exacerbar sentimentos de culpa, vergonha e confusão em relação à sua sexualidade” (p. 297), levando a que algumas mulheres evitem o contacto com materiais sexualmente explícitos. No estudo de Daskalopoulou & Zanette (2020) algumas mulheres contestaram as representações pornográficas que produziam e reproduziam discursos patriarcais da sexualidade, reconhecendo que a pornografia é um género dominado pelos homens, no qual a mulher é geralmente apresentada enquanto objecto sexual cujo prazer sexual é colocado em segundo plano, em detrimento do prazer masculino. Löfgren-Mårtenson & Månsson (2010) consideraram, quando confrontados com resultados semelhantes aos dos estudos mencionados, que estes sentimentos podem ser uma consequência dos *scripts* culturais atuais ou reflexo de uma crítica aos conteúdos da pornografia, nomeadamente o ser feita de homens para homens. No entanto, no estudo de Daskalopoulou & Zanette (2020), a pornografia feminista, género que empodera as mulheres e lhes dá agência sobre o seu desejo e prazer sexual, foi referida pelas participantes, como alternativa “aceitável” aos materiais *mainstream* que haviam criticado (Daskalopoulou & Zanette, 2020).

Como referimos, e retomando o tema do valor da pornografia na vida das mulheres, a visualização de pornografia pode ser avaliada de forma valiosa ou prejudicial. De forma a aprofundar este tema, consideramos que será importante analisar a influência da pornografia na relação com o corpo, a utilidade percebida da visualização de pornografia e o seu consumo no seio de uma relação.

A investigação relativa à relação entre o consumo de pornografia e a forma como as mulheres se relacionam com o seu corpo tem revelado que as experiências das mulheres são

muito divergentes (Ashton et al., 2018; Ciclitira, 2002 cit por Attwood, 2005; Ciclitira, 2004; Davis et al., 2020; Löfgren-Mårtenson & Månsson, 2010). Se para algumas, a diversidade de corpos observados na pornografia conduz a uma normalização do seu próprio corpo e a que se sintam mais confortável com o mesmo (e.g. Ashton et al. 2019b; Davis et al., 2020; Hare et al., 2014), para outras, a exposição aos corpos “ideais” e “falsos” presentes na maior parte da pornografia *mainstream*, acarreta sentimentos de insegurança e inferioridade, bem com expectativas irrealistas de beleza (e.g. Dawson et al., 2020; Davis et al., 2020; Mattebo et al., 2012), levando, por vezes a consequências como a adoção de maneirismos ou poses observadas na pornografia, a normalização de representações estereotípicas relativas à dominância sexual, ou até a integração de representações sexuais violentas nos seus *scripts* sexuais (Davis et al., 2020).

Uma das hipóteses avançadas para explicar estas experiências contrastantes, remete para a possibilidade destas mulheres verem diferentes tipos de pornografia. Neste sentido, os resultados da investigação de Fritz & Paul (2017) revelam que as categorias que cada mulher escolhe ver (preferencialmente) podem influenciar os *scripts* sexuais que irá adquirir no que diz respeito à objectificação, agência e forma como vê o seu corpo. Neste sentido, se a pornografia feminista (e amadora) procura retratar corpos “reais” e diversificados e mostrar agência sexual, a pornografia *mainstream* e *For Women* contêm mais representações de objectificação sexual e uma representação de ideais beleza muito limitada. Outra possível explicação, remete para as experiências ou crenças prévias que as mulheres têm em relação ao seu corpo. Isto é, mulheres com experiências positivas com o seu corpo, confiança no mesmo ou um conhecimento maior sobre o corpo feminino “real”, prévio à exposição a pornografia, irão ter menos tendência para se comparar negativamente às mulheres da pornografia (Davis, 2020).

Outro tema identificado na literatura, remete para a utilidade percebida da pornografia. Relativamente a este tema, os estudos revelam, de novo, visões e experiências contrastantes. Algumas participantes revelaram considerar a pornografia como ferramenta útil de aprendizagem, principalmente na ausência de outras formas realistas de informação sobre sexo (Chesser et al., 2018; Daskalopoulou & Zanette, 2020; Davis et al., 2020; Ramlagun, 2012;), reportando, por vezes utilizar materiais pornográficos como forma de aprender mais sobre sexo em geral, ou até sobre técnicas específicas, por exemplo, de sexo oral, de forma a sentirem-se mais preparadas para encontros sexuais futuros (Daskalopoulou & Zanette, 2020; Davis et al., 2020). Por outro lado, outras mulheres consideraram que a visualização de

pornografia constitui uma forma pouco útil de educação sexual, uma vez que, a seu ver, a informação apresentada é pouco realista, tanto no que diz respeito às práticas sexuais propriamente ditas, como aos papéis de gênero, levando, na sua opinião, à transmissão de expectativas irrealistas da sexualidade (Löfgren-Mårtenson & Månsson, 2010; Smith, 2013). Salienta-se também, que algumas mulheres consideram que, devido ao foco da pornografia (especialmente *mainstream*) ser o prazer masculino, elas próprias acabam por adotar esse *script*, reportando focar-se primeiramente no prazer sexual do seu parceiro, deixando o seu para segundo plano (Ashton et al., 2019b). Ainda, uma das participantes reportou que a sua percepção de que os homens na pornografia “sabem sempre como satisfazer a mulher” sem que esta tenha de lhes comunicar os seus desejos e preferências, acabou por influenciar negativamente a sua sexualidade, levando-a a coibir-se de comunicar as suas necessidades e desejos aos seus parceiros sexuais, por assumir que eles ficariam ofendidos.

As opiniões das mulheres relativamente ao consumo de pornografia no seio de uma relação foram, também, contraditórias. Se algumas mulheres consideraram que o consumo de pornografia reduz a intimidade, outras consideraram o oposto. Mulheres em diversos estudos reportaram comparar os seus corpos e a sua atividade sexual à das atrizes pornográficas e ter medo de não corresponder às expectativas dos seus parceiros tanto a nível de aparência como de performance sexual (Ashton et al., 2018; Löfgren-Mårtenson & Månsson, 2010; Mattebo et al., 2012; Shaw, 1999), reportando, também, sentir-se preocupadas com a possibilidade dos seus parceiros estarem a pensar em pornografia enquanto tinham relações sexuais com elas ou que utilizassem os seus corpos para encenar o que haviam visto na pornografia (Ashton et al., 2018; Shaw, 1999), dado que Ashton e colaboradores (2018) interpretaram como objectificação sexual. Ainda, algumas participantes reportaram que os seus parceiros assumiram o seu interesse por determinados atos sexuais, devido a estes serem aparentemente apreciados pelas atrizes pornográficas (Shaw, 1999; Rothman et al., 2015). Por outro lado, algumas mulheres consideraram que a pornografia tinha um impacto positivo nas suas relações, reportando que ver pornografia com os seus parceiros de forma a inspirar novas atividades ou como parte da sua interação sexual, eram atividades positivas e enriquecedoras (Ashton et al., 2018; Benjamin & Tlusten, 2010; Hare et al., 2014). A pornografia também foi considerada útil na abertura sexual e no aumento do conhecimento da sua sexualidade, facilitando a comunicação com parceiros, nomeadamente através de exploração solitária de conteúdos que contribuiriam para uma melhor compreensão de desejos e preferências que seriam posteriormente partilhadas com

o parceiro, ou através da exploração conjunta de materiais pornográficos (Ashton et al., 2018; Ashton et al., 2019b; Hare et al., 2014).

Em suma, este olhar sobre a experiência feminina permite o afastamento de uma perspectiva fechada relativa aos efeitos e consequências da pornografia, e a exploração da diversidade de experiências e significados que as mulheres dão à pornografia. As mulheres podem identificar a pornografia como algo valioso, prejudicial e/ou como algo que provoca dissonância (Ashton et al., 2018). Se por um lado algumas mulheres reportaram sentir que a pornografia tinha efeitos negativos na sua relação com o corpo, constituindo uma ameaça à sua autoestima, ao nível da intimidade ou ao nível da informação e *scripts* que transmite, outras, viram esta atividade como experiência empoderadora, promotora de intimidade e útil na exploração e normalização da sexualidade.

Após uma revisão de literatura relativa ao tema da pornografia iremos explorar o tema da presente tese: a pandemia provocada pela COVID-19 e o impacto que esta teve na visualização de pornografia das mulheres.

## **A COVID-19**

COVID-19 foi o nome atribuído pela Organização Mundial de Saúde (OMS) à doença infecciosa provocada pelo novo coronavírus SARS-COV-2 (Síndrome respiratória aguda grave-coronavírus 2). O vírus foi identificado pela primeira vez na cidade chinesa de Wuhan, em Novembro de 2019 e, desde então, espalhou-se rapidamente a nível global, tendo sido declarada pela OMS uma pandemia (no dia 11 de Março). Os sintomas mais comuns são a febre, tosse seca e dificuldade respiratória, podendo, no entanto, surgir outros sintomas como: dor de garganta, corrimento nasal, dores de cabeça, dores musculares e cansaço. Em casos mais graves, pode levar ao desenvolvimento de uma pneumonia grave com insuficiência respiratória aguda, falência renal e de outros órgãos e eventual morte (SNS24, 2020; Király et al., 2020).

A resposta de vários governos à rápida propagação do vírus, passou pela introdução de medidas que teriam como objectivo a prevenção, contenção e mitigação da transmissão da infeção, incluindo medidas de forte restrição de direitos e liberdades, especialmente direitos de circulação e liberdades económicas.

Em Portugal, no dia 2 de Março de 2020 foram registados os primeiros casos de COVID-19 e no dia 18 do mesmo mês, o Presidente da República decretou estado de emergência, “com fundamento na verificação de uma situação de calamidade pública”, para todo o território nacional, que teria início no dia 19 e se prolongaria durante 15 dias (até dia 2

de Abril) (*Decreto do Presidente da República n.º 14-A/2020 de 18 de Março, 2020*). No entanto, o estado de emergência foi renovado duas vezes, acabando por terminar no dia 2 de Maio, altura em que Portugal passou ao estado de Calamidade, cujas medidas seriam menos restritivas.

As medidas do estado de emergência passaram pela interdição das deslocações e da permanência na via pública injustificadas, encerramento ou limitação das empresas e meios de produção, controlos fronteiriços, limitação de reuniões ou manifestações que, pelo número de pessoas envolvidas pudessem potenciar a transmissão do vírus, entre outras (*Decreto do Presidente da República n.º 14-A/2020 de 18 de Março, 2020*). Ainda, os indivíduos infetados ou que entraram em contacto com o vírus deveriam manter-se em quarentena (ou isolamento profilático, respetivamente) até que deixassem de representar um risco de contágio e, uma vez que a pandemia se espalhou de forma acelerada, observou-se em todo o mundo, uma quarentena de milhões em simultâneo. Para os restantes, apesar de não se aplicarem medidas tão restritivas (não necessitavam de realizar quarentena) assistiu-se também uma grande alteração da forma de vida. As pessoas passaram a estar limitadas às suas casas, excetuando para “passeios sanitários”, por motivos de trabalho ou por motivos de força maior, sendo sempre aconselhado que mantivessem o distanciamento social (DS). Passaram também, na sua maioria, a trabalhar e estudar a partir de casa (havendo muitos que perderam o emprego), e o contacto com o exterior, com família e com amigos ficou muito limitado. Observou-se também uma mudança nos costumes no que toca ao contacto físico, que deixou praticamente de existir, excetuando dentro da família nuclear e mesmo assim, reduzido. As pessoas deixaram de se cumprimentar com um aperto de mão ou com um beijo e foram arrançadas novas estratégias como um toque de pé ou de cotovelo. Os espaços fechados passaram a ter um limite de pessoas, passando, por isso, a formarem-se enormes filas às portas de lojas, supermercados e outros locais públicos. Nas ruas, começaram a ver-se pessoas de máscara e o cruzar-se com alguém passou de ser algo banal e mundano, para uma experiência de desconfiança, por vezes ansiogénica.

Todas estas alterações, nas rotinas e nos relacionamentos, não acontecem sem que haja um impacto psicológico e social (Pfefferbaum & North, 2020). Neste sentido, consideramos que é importante olhar para o este impacto antes de nos focarmos na visualização de pornografia durante este período.

Os estudos relativos à atual pandemia, revelam que houve um aumento ao nível do sofrimento (*distress*), principalmente por parte das mulheres (Qiu et al., 2020; S. Li et al., 2020;

Wang et al., 2020) na fase inicial do surto de COVID-19. No estudo de Wang et al. (2020) 53,8% dos participantes reportaram sofrer um impacto psicológico moderado a severo. Neste sentido, foram identificadas respostas psicológicas negativas como: ansiedade (Cao et al., 2020; S. Li et al., 2020; Qiu et al., 2020; Wang et al., 2020); depressão (S. Li et al., 2020; Qiu et al., 2020; Wang et al., 2020); stress (Zhang & Ma, 2020; Wang et al., 2020); insónia (Liu et al., 2020); indignação (S. Li et al., 2020); transtorno de pânico (Qiu et al., 2020); preocupações com a saúde do próprio e da família (S. Li et al., 2020; Wang et al., 2020); insatisfação com a vida (S. Li et al., 2020); aborrecimento (Brodeur et al., 2020; Droit-Volet et al., 2020); e sintomas de stress pós traumático (prevalência de 7% nas áreas mais afetadas), com maior prevalência no sexo feminino nos domínios de re-experiência, alterações negativas na cognição ou humor e hiper-excitação (Liu et al., 2020). Apesar destes efeitos negativos, a maioria dos participantes do estudo de Zhang e Ma (2020) reportaram estar a prestar mais atenção à sua saúde mental, passando mais tempo a relaxar e a fazer exercício desde o início da pandemia.

Apesar da maioria das pessoas ser resiliente o suficiente para não sucumbir à psicopatologia depois da ocorrência de desastres, alguns grupos podem ser mais vulneráveis (Pfefferbaum & North, 2020). No caso da presente pandemia, os grupos mais vulneráveis aos efeitos psicossociais incluem indivíduos que contraíram a doença, indivíduos que pertençam a grupo de risco (por exemplo, por terem um sistema imunitário debilitado ou doenças crónicas prévias), indivíduos com condições psiquiátricas precedentes e/ou indivíduos com historial de problemas de abuso de substâncias (Pfefferbaum & North, 2020). Afonso (2020) acrescenta que existem outros factores que aumentam a vulnerabilidade psicológica, como o stress associado ao receio de contrair a doença, dificuldades económicas e desemprego.

### **Pornografia em Tempo de Pandemia**

Nesta pandemia foi reportado um aumento do consumo de pornografia (Pornhub, 2020a, 2020b, 2020c; G. Li et al., 2020). As estatísticas do *Pornhub* relativas à pandemia revelam que devido ao aumento do tempo passado em casa, quer em auto-isolamento, quer a trabalhar/estudar, o tráfego do site aumentou consideravelmente (Pornhub, 2020a, 2020b, 2020c). Em Itália, o primeiro país europeu a fechar as fronteiras e a declarar quarentena obrigatória a nível nacional, observou-se um aumento drástico no consumo de pornografia, com o seu pico (aumento de 57%) no dia 12 de Março, após a disponibilização gratuita do serviço *premium* (por parte do site) a toda a Itália (Pornhub, 2020a). No dia 24 de Março de 2020, o site alargou esta oferta (com a duração de um mês) para todo o mundo e, passados apenas dois dias, o tráfego tinha atingido um pico de mais 24.4% de visitas a nível mundial,

comparativamente aos dados anteriores à pandemia. Em Maio, altura da divulgação do questionário do presente estudo, o tráfego mantinha-se em níveis muito superiores aos encontrados antes do início da pandemia (Pornhub, 2020b). Também, num estudo realizado na China, 23% dos participantes reportaram um aumento da utilização de pornografia durante a pandemia e apenas 12% reportaram ver menos pornografia (G. Li et al., 2020). Ainda, destaca-se que este aumento não se observou apenas por parte do sexo masculino. No dia em que o serviço *premium* foi aberto a todo o mundo, observou-se um aumento das visitas de mulheres em 20,5% e dos homens de 20,1%.

Em Portugal, à semelhança do que se passou no resto do mundo, também foi reportado um aumento considerável no consumo de pornografia. No dia 19 de Março, dia em que foi declarado o estado de emergência, as visitas aumentaram em 26,6% comparativamente aos dados anteriores à pandemia e no dia 24 de Março, data em que foi oferecido o serviço *Premium*, registou-se um aumento de 36,5% das visitas ao site (Pornhub, 2020a). Na população portuguesa, durante a semana de 16 a 20 de Março, as visitas ao site aumentaram em 20% para o género feminino e 17% para o género masculino (Durães, 2020). Estes valores, apesar de irem oscilando, mantiveram-se, até dia 15 de julho (data de encerramento do questionário do presente estudo) sempre mais elevados do que os valores anteriores ao início da pandemia (Pornhub, 2020c).

Foram avançadas algumas hipóteses para este aumento na FVP. A primeira, e mais encontrada na literatura (Grubbs, 2020; Lehmiller, 2020; Mestre-Bach et al., 2020; Zattoni et al., 2020) remete para a possibilidade da pornografia estar a ser utilizada enquanto estratégia de *coping* face aos sentimentos negativos e aborrecimento que estarão a aumentar durante a pandemia (e.g. Brodeur et al., 2020; Cao et al., 2020; S. Li et al., 2020; Wang et al., 2020). Neste sentido, e tendo em conta que estas estratégias são apontadas enquanto motivações para a visualização de pornografia (por vezes para a FVP) (e.g. Bóthe et al., 2020a; Grubbs, 2019), o aparecimento do coronavírus, as medidas aplicadas para o conter, e as consequências de tais medidas (isolamento, solidão, aborrecimento, ansiedade, entre outros) podem justificar o aumento observado no consumo de pornografia (Grubbs, 2020).

A segunda hipótese remete para a saliência da nossa mortalidade durante a pandemia e a sua relação com a sexualidade. Goldenberg e colaboradores (2000) realizaram uma investigação na qual concluíram que quando somos confrontados com a nossa mortalidade se observa um aumento no desejo e comportamentos sexuais (em indivíduos com elevada autoestima face ao corpo), aumento estes que os autores consideram estratégias de *coping* face

à ansiedade provocada pelo medo da morte. Na medida em que a atual pandemia está a tornar a nossa mortalidade mais saliente, Zatonni e colaboradores (2020) consideram que faria sentido que se observasse um aumento na frequência de relações sexuais, bem como na FVP. No entanto, apesar dos dados relativos à FVP irem neste sentido (Pornhub, 2020a, 2020b, 2020c; G. Li et al., 2020), alguns estudos têm revelado uma diminuição ao nível da frequência de relações sexuais durante o DS (Jacob et al., 2020; G. Li et al., 2020; Lehmiller et al., 2020; Schiavi et al., 2020), em parte, provavelmente, devido à limitação de encontros sexuais que as medidas de distanciamento implicaram. Assim, Zatonni e colaboradores (2020) consideram que estes resultados podem explicar a utilização de pornografia enquanto estratégia de escape da realidade e de uma crise ao nível da vida sexual.

Também, tendo em conta as alterações ao nível da situação de trabalho e estudo que se observaram durante a pandemia (i.e. a maior parte das pessoas deixou de se deslocar para o trabalho/local de estudo e muitos perderam os empregos), Zhang e colaboradores (2020) realizaram uma investigação que relacionou a situação de trabalho durante a pandemia com saúde mental, medida através da escala SF12 de Ware e colaboradores (1996) (cit. por Zhang et al., 2020) traduzida e validada para a população chinesa e cujas medidas de saúde mental incluíam sentimentos de tristeza, felicidade, nervosismo, impacto de problemas emocionais nas atividades diárias, entre outros (Ware et al., 2000). Os resultados indicaram que os indivíduos que deixaram de trabalhar durante a pandemia apresentaram níveis mais baixos de saúde mental do que os que não deixaram de trabalhar, não se observando, no entanto, diferenças a este nível entre os indivíduos que trabalharam a partir de casa ou que se deslocavam para o trabalho (Zhang et al., 2020). Neste sentido, apesar de não existirem ainda investigações que relacionem a situação de trabalho durante a pandemia com a visualização de pornografia e tendo em conta a literatura que aponta para a visualização de pornografia enquanto estratégia de *coping* para lidar com sentimentos negativos, consideramos que as alterações na situação de trabalho poderão fornecer um contributo interessante aos dados reportados sobre alterações na visualização de pornografia.

Relativamente ao impacto negativo que este aumento na FVP poderá representar, alguns autores têm-se mostrado cétricos quando à possibilidade deste aumento se traduzir numa UPP ou disfunção sexual (Grubbs, 2020; Lehmiller, 2020). Neste sentido, Grubbs (2020) defende que não existem dados que suportem a ideia de que um aumento de pornografia terá impactos negativos a um nível global, na medida em que a maior parte dos indivíduos que consomem pornografia com frequência não reportam consequências de tal visualização. Desta

forma, acredita que quando as medidas forem levantadas e as pessoas puderem, de novo, passar tempo com amigos, estranhos e potenciais parceiros, que os níveis de consumo de pornografia voltem ao normal. Neste sentido, considera que o facto dos indivíduos ficarem em casa e recorrerem à masturbação com maior frequência deveria ser menos visto como um comportamento de risco e mais como um comportamento desejável de prevenção da propagação do vírus, na medida em que mantém as pessoas ocupadas e em distanciamento social, dando-lhes, simultaneamente, a possibilidade de obter prazer sexual sem se porem a si e a outros em risco.

Por outro lado, autores, como Mestre-Bach e colaboradores (2020) consideram que este comportamento e alterações nos padrões de consumo levantam questões relativamente aos perigos de uma UPP, defendendo, ainda, de um ponto de vista clínico, se prevê que os indivíduos com problemas prévios com o consumo de pornografia, vejam os seus problemas aumentados sob as condições da pandemia. Neste sentido, relembramos que algumas das motivações apontadas para este aumento (e.g. enquanto estratégia de *coping* face a sentimentos negativos e aborrecimento) estão associadas a uma UPP (e.g. Bóthe et al., 2020a; Kor et al., 2014 Levin et al., 2019; Schenk et al., 2009; Wéry & Billieux, 2016) e, como defendido por Bóthe e colaboradores (2020a, p.11): os indivíduos que utilizam a pornografia “ não apenas para reduzir o stress, mas também para evitar sentimentos negativos, esquecer problemas e escapar ao mundo real” podem estar em risco de desenvolver uma UPP, que por sua vez terá impactos negativos a nível pessoal, familiar, social, educacional, ocupacional e/ou noutras áreas importantes do funcionamento (e.g. Binnie & Reavey, 2020; Bóthe et al., 2020a, 2020b; Kor et al., 2020). Desta forma, tendo em conta a situação atual, consideramos que será pertinente a exploração da experiência que os indivíduos estão a ter com a pornografia durante o período da pandemia.

Em suma, a atual pandemia está a ter impactos a vários níveis, incluindo na visualização de pornografia. Desta forma, e tendo em conta que, por ser um fenómeno recente, a literatura face ao tema é ainda escassa, consideramos que será importante explorar as alterações que estão a ocorrer ao nível da visualização de pornografia. Assim, a presente investigação tem como objetivo principal explorar a visualização de pornografia durante período de distanciamento social (DS) que ocorreu devido à COVID-19, focando-se no consumo por parte das mulheres portuguesas, escolha de população motivada pela escassez de informação relativa à visualização de pornografia por parte da mesma e devido às implicações que teria a adição do

sexo masculino à amostra: a divisão de esforços que impediria o aprofundamento desejado da experiência feminina.

### **Objetivos e Hipóteses de Investigação**

Pouco depois da pandemia se instalar, começaram a surgir notícias que reportavam um aumento significativo de visitas em sites como o Pornhub. O quê que está a acontecer? Porquê que se está, aparentemente, a recorrer mais à pornografia?

No presente estudo, pretendemos compreender se esta alteração ocorreu em Portugal, especificamente nas mulheres portuguesas, e a que se deve.

A literatura permite-nos avançar com algumas hipóteses. A primeira remete para os sentimentos negativos (solidão e ansiedade) e de aborrecimento: As mulheres alteraram a sua visualização de pornografia porque se sentem mais sozinhas, aborrecidas ou ansiosas e utilizaram a pornografia para lidar com estes sentimentos. Mais especificamente, colocamos a hipótese de que as mulheres que se sentiram mais sozinhas e mais aborrecidas durante o DS, reportem uma maior FVP. No caso da ansiedade, por não estar diretamente relacionada, na literatura, com a FVP, a hipótese é de cariz mais explorativo.

A segunda hipótese remete para as alterações ao nível da dinâmica do casal ou hábitos relacionados com a atividade sexual. Neste sentido, espera-se que as mulheres que tiveram relações sexuais com menos frequência durante o DS, recorram mais à pornografia de forma a obter prazer sexual.

A terceira e última hipótese remete para as alterações nas rotinas diárias de trabalho e de estudo. Uma vez que a pandemia levou a que muitos perdessem o emprego e a que muitas pessoas alterassem as suas dinâmicas de trabalho passando a trabalhar ou estudar a partir de casa (via teletrabalho), consideramos pertinente perceber se a situação de trabalho (i.e. ter obrigações de trabalho/estudo fora de casa, trabalhar a partir de casa ou não estar a trabalhar) se relaciona com as alterações na visualização de pornografia. Ainda, tendo em conta que a literatura face a este tema é ainda escassa, a hipótese possui um cariz exploratório.

De forma a estudar estas questões foram utilizadas duas abordagens distintas: uma quantitativa, para a qual foi desenvolvido um questionário com base na literatura, e uma qualitativa, que foi possível através da colocação de uma questão aberta relativa às alterações na visualização de pornografia durante o DS, que visava explorar as experiências das mulheres com a pornografia durante este período.

## Método

### Participantes

A amostra inicial foi constituída por um total de 338 indivíduos. No entanto, foram excluídos todos os indivíduos que reportaram não ser do sexo feminino (N=19), os que não eram de nacionalidade portuguesa (N=1), os que após o consentimento informado não responderam a nenhuma questão ou responderam a um número muito reduzido de questões (N=27) e os que responderam não ter visto pornografia no último ano (N=94). Assim, a amostra final foi constituída por 197 mulheres portuguesas (uma portuguesa/angolana), com idades compreendidas entre os 18 e os 60 anos (M=26.26; SD=8.687; uma das participantes não reportou a idade). As participantes vivem, na sua maioria, no distrito de Lisboa (72.6%) e as restantes distribuem-se, em números reduzidos pelos restantes distritos de Portugal, pelos arquipélagos da Madeira e dos Açores e pelo estrangeiro (3 participantes reportaram viver fora de Portugal). Os restantes dados demográficos encontram-se na tabela 1.

**Tabela 1- Dados demográficos**

	Frequência	Percentagem
Idades		
18-25 anos	140	71.4%
26-36 anos	29	14.8%
37-47 anos	16	8.2%
48-58 anos	10	5.1%
59+ anos	1	0.5%
Orientação sexual		
Heterossexual	142	72.1%
Bissexual	13	6.6%
Homossexual	38	19.3%
Outra	4	2%
Estado Civil		

---

Solteira	167	84.8%
Casada	12	6.1%
União de Facto	13	6.6%
Divorciada	5	2.5%
<b>Habilitações Literárias</b>		
Ensino Básico	2	1%
Ensino Secundário	49	24.9%
Licenciatura	106	53.8%
Pós-graduação	12	6.1%
Mestrado	26	13.2%
Doutoramento	1	0.5%
Pós- Doutoramento	1	0.5%
<b>Filhos</b>		
Não	171	87.7%
Sim	24	12.3%
<b>Profissão</b>		
Empregada	78	39.6%
Desempregada	4	2%
Estudante	107	54.3%
Trabalhadora estudante	6	3%
Doméstica	2	1%

---

Notas: Das 4 participantes que responderam “Outra” (na orientação sexual), 3 identificaram-se como pansexuais e uma não especificou a orientação sexual; Duas participantes não responderam à questão “Tem filhos?”

## **Instrumentos**

Foi desenvolvido um questionário de autorresposta (Anexo I) através da plataforma *Qualtrics XM* que se dividiu em cinco secções:

### *Dados demográficos*

Nesta secção as questões incidiram no género (critério de exclusão), nacionalidade (critério de exclusão), localidade, idade, profissão, estado civil, orientação sexual, habilitações literárias, existência de uma relação de compromisso e uma questão final de exclusão relativa à frequência de visualização de pornografia no último ano (as participantes que responderam não ter visto pornografia no último ano não foram contabilizadas uma vez que o estudo incide sobre a visualização de pornografia durante o DS).

### *Dados relativos ao distanciamento social*

As perguntas da presente secção visaram compreender como é que as participantes viveram o/durante o DS. Desta forma, as questões incidiram sobre o tempo passado em DS, a situação de habitação durante o mesmo (i.e. com quem habitaram durante o DS), a presença de filhos (i.e. se as participantes tinham filhos e se estes viveram consigo durante o distanciamento social), a situação de trabalho/estudo (i.e. se trabalharam a partir de casa, tinham obrigações de trabalho/estudo fora de casa ou se não estavam a trabalhar), o contacto com outros durante o DS (i.e. se mantiveram o contacto presencial ou via telecomunicações). As últimas três questões incidiram sobre os sentimentos de solidão, aborrecimento e ansiedade durante o DS, especificamente nas alterações destes sentimentos (e.g. “Durante o distanciamento social sentiu-se:” 1- Muito menos ansiosa a 5- Muito mais ansiosa).

### *Hábitos sexuais e de visualização de pornografia antes e durante o DS*

Nesta secção todas as questões foram colocadas para antes e durante o DS e as participantes foram instruídas a considerar “Antes do distanciamento social” o período de três meses antes do mesmo, e a responderam a ambas as secções (antes e durante) para todas as questões. As questões incidiram sobre a frequência de relações sexuais, satisfação com a vida sexual, frequência de visualização de pornografia<sup>1</sup>, com quem veem pornografia, frequência

---

<sup>1</sup> A questão relativa à frequência do consumo de pornografia (para antes e durante o DS) foi alterada no dia 24 de Maio às 12:07, para uma escala de likert de seis pontos (1- Nunca a 6- Muitas vezes). Desta forma, para esta questão, só se contabilizaram as respostas ao questionário dadas depois da alteração (N=96).

de masturbação aquando a visualização de pornografia, motivos que a levam a ver pornografia (foram seleccionados os motivos mais reportados na literatura e dada a opção de responder por extenso caso vissem pornografia por motivos que não constassem nas opções), que tipo de categorias procuravam (foram seleccionadas as categorias mais visualizadas de acordo com as estatísticas do Pornhub e dada a opção de responder por extenso caso respondessem ver outras categorias que não constassem nas opções), qual o efeito da pornografia nas suas vidas e se consideram ver pornografia em excesso.

#### *Impacto do DS na visualização de pornografia*

Nesta secção foi pedido às participantes que respondessem à questão: “Considera que o DS teve impacto na sua visualização de pornografia?”- medida numa escala ordinal de 1- Não teve impacto nenhum a 5- Teve muito impacto. Às participantes que responderam “Não teve impacto nenhum” foi agradecida a sua participação e as restantes foram remetidas para a secção final, que consistia apenas numa questão aberta.

#### *Questão Aberta: Alterações na visualização de pornografia durante o DS*

Foi proposto às participantes que refletissem sobre como se sentiram durante o DS e como é que o mesmo teve impacto na sua visualização de pornografia, solicitando-se, em seguida, uma resposta à questão final (e aberta) do questionário: “Como é que a sua visualização de pornografia se alterou durante o DS e a que é que associa essa alteração? Peça-lhe que dê a resposta mais completa possível”.

### **Procedimento**

O presente estudo iniciou-se com a criação do questionário, através da plataforma Qualtrics XM. Após a finalização do mesmo, foi gerado um link que foi partilhado em diversas redes sociais (e.g. Facebook, Instagram, Whatsapp) e por contactos pessoais, com o pedido de partilha do questionário (método *snowball*). Ao abrirem o link, os participantes eram encaminhados para o consentimento informado, que continha uma breve contextualização e descrição do estudo, bem como informações relativas ao carácter voluntário do mesmo e ao anonimato das respostas (Anexo H). O consentimento continha também os contactos da investigadora e do orientador, uma estimativa do tempo que demorariam a responder ao questionário (7 minutos) e uma indicação de que poderiam prosseguir apenas se tivessem mais de 18 anos e fossem do sexo feminino.

A recolha de dados iniciou-se no dia 22 de Maio e terminou no dia 15 de Junho, perfazendo um total de 39 dias. Depois de encerrado o questionário, os dados foram exportados e analisados no SPSS 26.

## **Análise de dados**

A análise foi realizada com recurso a métodos quantitativos- análise estatística- e qualitativos- análise temática. Assim, e de forma a facilitar a compreensão, os dois tipos de análise serão descritos separadamente.

### **Análise Estatística**

Apesar dos testes paramétricos serem frequentemente aplicados a variáveis ordinais, a potência e probabilidade de erro tipo I só se mantêm quando: “i) as variáveis ordinais são constituídas por um número elevado de classes (mais de cinco); ii) quando essas classes têm histogramas próximos da distribuição normal e iii) quando estas variáveis são operacionalizações de constructos latentes intrinsecamente contínuos” (Marôco, 2018; p.300). No presente estudo, o primeiro pressuposto (i) não é cumprido, uma vez que apenas uma das variáveis ordinais possui uma escala com mais de cinco classes. Relativamente ao pressuposto da normalidade (ii), apesar das variáveis ordinais não seguirem uma distribuição normal, devido ao tamanho da amostra, poder-se-ia alegar a distribuição normal devido ao *Teorema do Limite Central*, que nos permite assumir que para amostras de dimensão razoável (superior a 25-30) “a distribuição da média amostral é satisfatoriamente aproximada à normal” (Marôco, 2018; p.46), no entanto, em diversas análises a amostra é partida em diferentes grupos, por vezes muito reduzidos, inviabilizando esta possibilidade. Ainda, Marôco (2018; p.301) conclui que “na presença de variáveis qualitativas, (...) incorrerá em menos riscos (e não só os de tipo estatístico) se recorrer aos métodos não paramétricos”. Desta forma, a opção dos testes não-paramétricos parece ser a mais indicada para o presente estudo.

Os dados relativos ao DS e vivência do mesmo (sentimentos de solidão, aborrecimento e ansiedade) foram analisados através de estatísticas descritivas.

De forma a contextualizar as experiências das participantes durante o DS, nomeadamente os dados relativos ao DS, sentimentos de solidão, aborrecimento e ansiedade, bem como a alteração na frequência de relações sexuais (medida para antes e durante o DS numa escala ordinal de 1- Nunca a 5- Muitas vezes), satisfação sexual (medida para antes e durante o distanciamento numa escala ordinal de 1-Nada satisfeita a 5- Muito satisfeita), frequência de visualização de pornografia (FVP) (medida para antes e durante o DS numa escala ordinal de 1- Nunca a 6- Muitas vezes), motivos para a visualização de pornografia e o impacto percebido do DS, foram utilizadas estatísticas descritivas e o teste não paramétrico de Wilcoxon para amostras emparelhadas (no caso das comparações para antes e durante o distanciamento).

De forma a comparar o impacto percebido do DS na visualização de pornografia nas participantes que se sentiram mais sozinhas durante o DS vs as que não se sentiram mais sozinhas, foi realizado um teste de *Mann-Whitney* para duas amostras independentes. O mesmo teste foi aplicado para os sentimentos de aborrecimento e ansiedade, utilizando a mesma lógica. Destaca-se que, uma vez que houve um número muito reduzido de participantes que responderam sentir-se *menos* sozinhas, aborrecidas e ansiosas, e porque o desejável seria compreender se o aumento destes sentimentos influencia a visualização de pornografia, as três variáveis ordinais foram transformadas em variáveis dicotômicas (1-Não se sentiu mais sozinha/aborrecida/ansiosa (que engloba os pontos originais de “sentiu-se muito menos” a “sentiu-se igualmente sozinha/aborrecida/ansiosa”) e 2- Sentiu-se mais sozinha/aborrecida/ansiosa, que engloba os pontos “sentiu-se mais” e “sentiu-se muito mais sozinha/aborrecida/ansiosa”).

Ainda, de forma a analisar se houve uma diferença significativa especificamente na FVP antes e durante o DS dentro de cada uma das variáveis mencionadas, foi utilizado o teste de Wilcoxon para amostras emparelhadas (selecionando a opção *split file* para cada uma das variáveis-solidão, aborrecimento e ansiedade- antes da realização do teste, de forma a que a FVP fosse comparada separadamente para o grupo que não se sentiu mais *sozinha/aborrecida/ansiosa* e para o grupo que se sentiu mais *sozinha/aborrecida/ansiosa*).

De forma a comparar o impacto percebido do DS consoante a frequência de relações sexuais (i.e tiveram menos relações sexuais durante o DS, tiveram relações sexuais com a mesma frequência ou tiveram relações sexuais com mais frequência) foi realizado um teste de Kruskal-Wallis.

Uma vez que a variável independente está dividida em três grupos e, de forma a analisar se houve diferenças na FVP para as participantes que tiveram mais relações, o mesmo número de relações ou menos relações sexuais, recorreu-se ao teste de Wilcoxon para amostras emparelhadas, utilizando a opção *split file* acima mencionada. No entanto, uma vez que a variável “frequência de relações sexuais” foi originalmente medida numa variável ordinal de 5 pontos para antes e durante o DS (1- Nunca a 5- Muitas vezes), foi necessário proceder à uma modificação da variável. Assim, primeiramente procedeu-se à computação da variável antes e durante numa variável de diferença (i.e valores obtidos durante – valores obtidos para antes do DS) e posteriormente organizou-se os valores positivos em “mais satisfeita”, os valores negativos em “menos satisfeita” e valores iguais a zero em “igualmente satisfeita”.

Finalmente, de forma a comparar o impacto percebido do DS consoante a situação de trabalho/estudo (i.e. se trabalha/estuda a partir de casa, tem obrigações de trabalho/estudo

fora de casa ou não está de momento a trabalhar/estudar) foi realizado um teste de Kruskal-Wallis. Ainda, de forma a analisar se houve diferenças na visualização de pornografia em cada um dos grupos da situação de trabalho/estudo recorreu-se ao teste de Wilcoxon (utilizando a opção *split file*). Considerou-se pertinente transformar a variável nominal “situação de trabalho”, originalmente medida em 4 pontos (1- Está a trabalhar/estudar a partir de casa; 2- tanto de desloca para o local de trabalho como trabalha a partir de casa 3- Desloca-se para o local de trabalho/estudo diariamente e 4- Não está a trabalhar estudar) numa escala nominal apenas com 3 pontos (acima mencionados), ou seja, unindo as duas opções de trabalho fora de casa (2 e 3).

### **Análise Temática**

De forma a analisar os dados qualitativos, provenientes da última questão- “Como é que a sua visualização de pornografia se alterou durante o distanciamento social e a que é que associa essa alteração? Peço-lhe que dê a resposta mais completa possível” -, foi utilizado o método da Análise Temática.

A amostra para esta análise foi constituída apenas pelas participantes que na última questão quantitativa, “Considera que o distanciamento social teve impacto na sua visualização de pornografia?” (medida numa escala ordinal de 1- Não teve impacto nenhum a 5- Teve muito impacto) responderam algo que não “Não teve impacto nenhum”. Desta forma, apenas 75 (44,4%) participantes puderam responder à última questão, sendo que destas apenas 64 responderam. Finalmente, tendo em conta que o objetivo da análise temática seria compreender de que forma é que a visualização de pornografia se alterou durante o DS e a que que as participantes associam essa alteração, não foram contabilizadas respostas que não respondessem à questão, que indicassem que a visualização não se alterou (e.g. “Sinto que não se alterou”) ou que indicassem apenas uma alteração na frequência de visualização sem qualquer explicação adicional (e.g “Vi mais pornografia.”). Desta forma, a amostra final para a análise temática ficou reduzida a 55 participantes.

A análise temática é um método indicado para “identificar, analisar e reportar padrões (temas) dentro dos dados” (Braun & Clarke, 2006; p.79). A sua realização implica 6 passos: 1) familiarização com os dados; 2) gerar códigos iniciais; 3) procura de temas; 4) revisão dos temas; 5) definição e nomeação dos temas; 6) Produção do relatório. Neste estudo, os dados foram analisados através de uma abordagem indutiva ou *bottom-up*, o que significa que os temas foram identificados com base nos dados, estando fortemente ligados aos mesmos, sem

que houvesse uma tentativa de os codificar de acordo com uma estrutura pré-existente (Braun & Clarke, 2006).

## Resultados

### Resultados da Análise Estatística

#### Contextualização da Experiência das Participantes durante o DS

De forma a contextualizar a amostra nos seus hábitos e vivências durante o DS foram realizadas estatísticas descritivas (Tabela 2).

As respostas para o tempo em DS variaram entre “menos de um mês” e “quatro meses”. No entanto, a maioria das participantes (85.7%) estiveram em DS entre dois a três meses.

Relativamente à situação de habitação, as participantes viveram, na sua maioria acompanhadas pela família nuclear (69.2%), 14.4% viveram acompanhadas pelo seu parceiro(a), 7.7% viveram com outros, podendo estes ser conjugações de outras hipóteses (e.g. “por vezes acompanhada pela família outras pelo namorado”), mas também filhos, companheiros de casa, avós, pai e mãe, 7.2% reportaram viver sozinhas e, apenas 1.5% reportaram vivem com amigos ou amigas.

Relativamente à situação de trabalho/estudo durante o DS, 75.3% das participantes reportaram trabalhar/estudar exclusivamente a partir de casa, 5.2% reportaram tanto se deslocar para o trabalho/local de estudo como trabalhar/estudar a partir de casa, 3.6% reportaram deslocar-se para o trabalho diariamente e 16% reportaram não estar a trabalhar/estudar.

**Tabela 2** - *Frequências do tempo de DS, Situação de habitação e situação de estudo durante o DS*

	Frequência	Percentagem
<b>Tempo de DS</b>		
Menos de um mês	4	2.1%
1 mês	8	4.3%
1-2 meses	12	6.4%
2 meses	77	41%
2-3 meses	54	28.7%
3 meses	30	16%
3-4 meses	2	1.1%

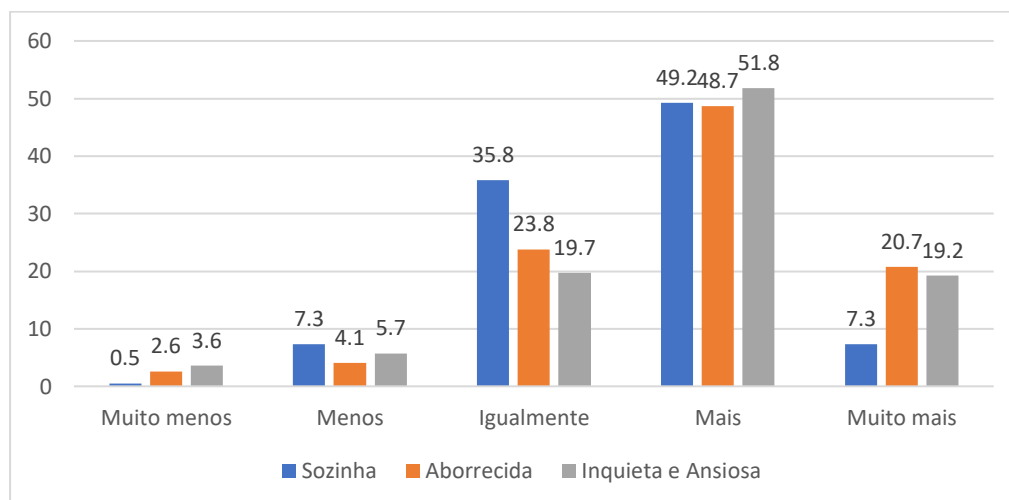
4 meses	1	0.5%
<b>Situação de habitação</b>		
Família Nuclear	136	69.2%
Companheiro(a)	28	14.4%
Outros	15	7.7%
Sozinhas	14	7.2%
Amigos(as)	3	1.5%
<b>Situação de trabalho/estudo</b>		
Trabalha/estuda a partir de casa	146	75.3%
Tanto se desloca para o local de trabalho/estudo como trabalha a partir de casa	10	5.2%
Desloca-se para o local de trabalho/estudo diariamente	7	3.6%
Não está a trabalhar/estudar	31	16%

Notas: 9 participantes não responderam ao Tempo de DS

#### *Sentimentos de Solidão, Aborrecimento e ansiedade durante o DS (Estatísticas descritivas)*

Foi observado um aumento ao nível da solidão, aborrecimento e ansiedade sentidos durante o DS. As participantes reportaram, na sua maioria, sentir-se mais sozinhas (49,2%) ou muito mais sozinhas (7,3%), mais aborrecidas (48.7%) ou muito mais aborrecidas (20.7%) e mais ansiosas (51.8%) ou muito mais ansiosas (19.2%) (N=193; 5 participantes não responderam) (Ver Figura 1).

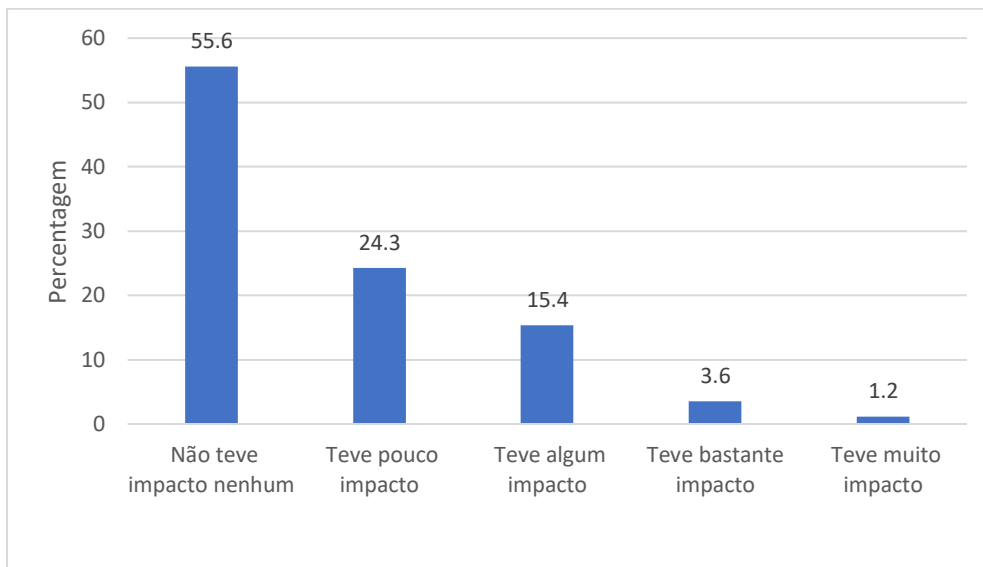
**Figura 1-** Gráfico de percentagens dos sentimentos de solidão, aborrecimento e inquietude e ansiedade durante o DS.



### *Impacto DS na visualização de pornografia*

Relativamente ao impacto do DS, 55.6% (94) das participantes considerou que o DS não teve impacto na sua visualização de pornografia, 24.3% (41) considerou que teve pouco impacto, 15.4% (26) considerou que teve algum impacto, 3.6% (6) considerou que teve bastante impacto e apenas 1.2% (2) considerou que teve muito impacto (Figura 2).

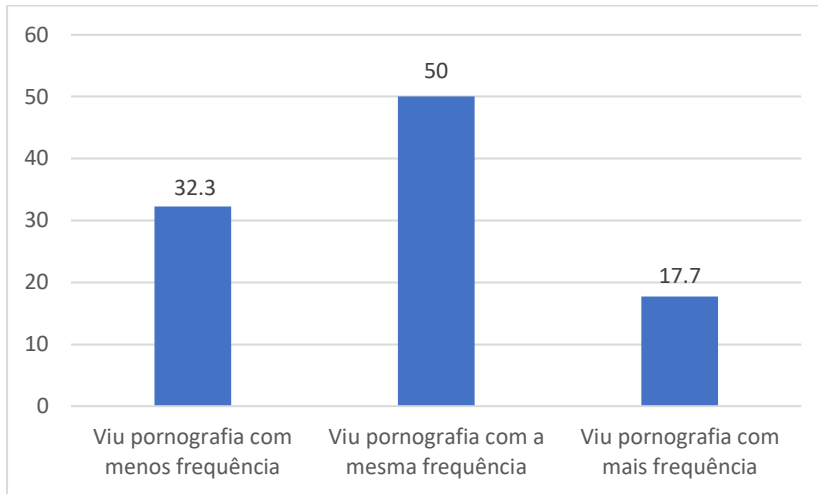
**Figura 2-** Gráfico do impacto percebido do DS na visualização de pornografia (em percentagem)



### *Frequência de Visualização de Pornografia (FVP)*

Metade das participantes (50%) reportou ver pornografia com a mesma frequência antes e durante o DS, 32.3 % das participantes reportou ver pornografia com menos frequência e apenas 17.7% das participantes reportou um aumento na frequência de visualização (Figura 3). Ainda, de forma a analisar se esta diferença foi significativa realizou-se um teste de Wilcoxon para amostras emparelhadas, no qual não foi observada uma diferença significativa entre a frequência de visualização de pornografia antes ( $Mdn=3$ ) e durante ( $Mdn=2$ ) o DS ( $Z= -1.353$ ;  $p= 0.176 > \alpha$ ;  $r=0.09$ ;  $N=96$ ).

**Figura 3** -Gráfico da FVP durante o DS comparativamente a antes do mesmo (em percentagem).

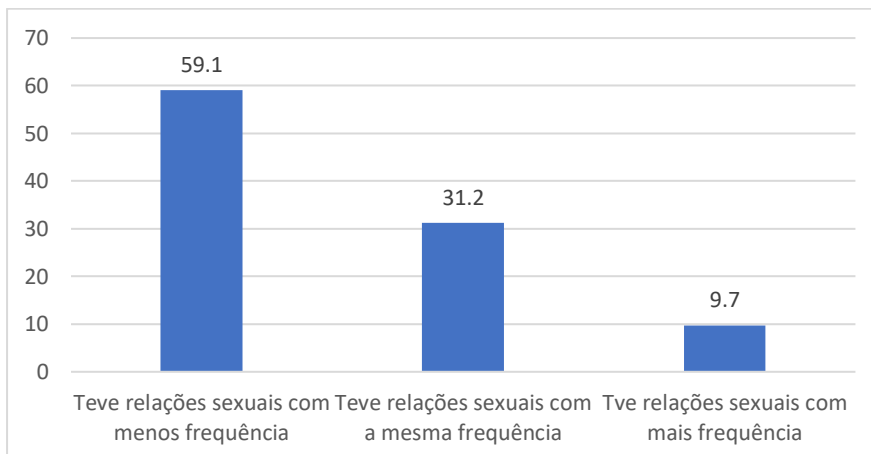


#### *Frequência de Relações Sexuais*

A maioria das participantes (59,1%) reportou ter tido relações sexuais com uma menor frequência durante o DS do que antes do mesmo, 31,2% das participantes reportaram ter tido relações sexuais com a mesma frequência e apenas 9,7% das participantes reportaram ter tido relações sexuais com maior frequência durante o DS (Figura 4).

Estes resultados foram aprofundados através do teste de Wilcoxon para amostras emparelhadas. Assim, observou-se uma diminuição significativa da frequência de relações sexuais durante o DS ( $Mdn=2$ ), comparativamente a antes ( $Mdn=3$ ) do mesmo ( $Z= -8.272$ ;  $p=.000 < \alpha$ ;  $r= 0.43$ ) (11 participantes não responderam à questão,  $N=186$ ).

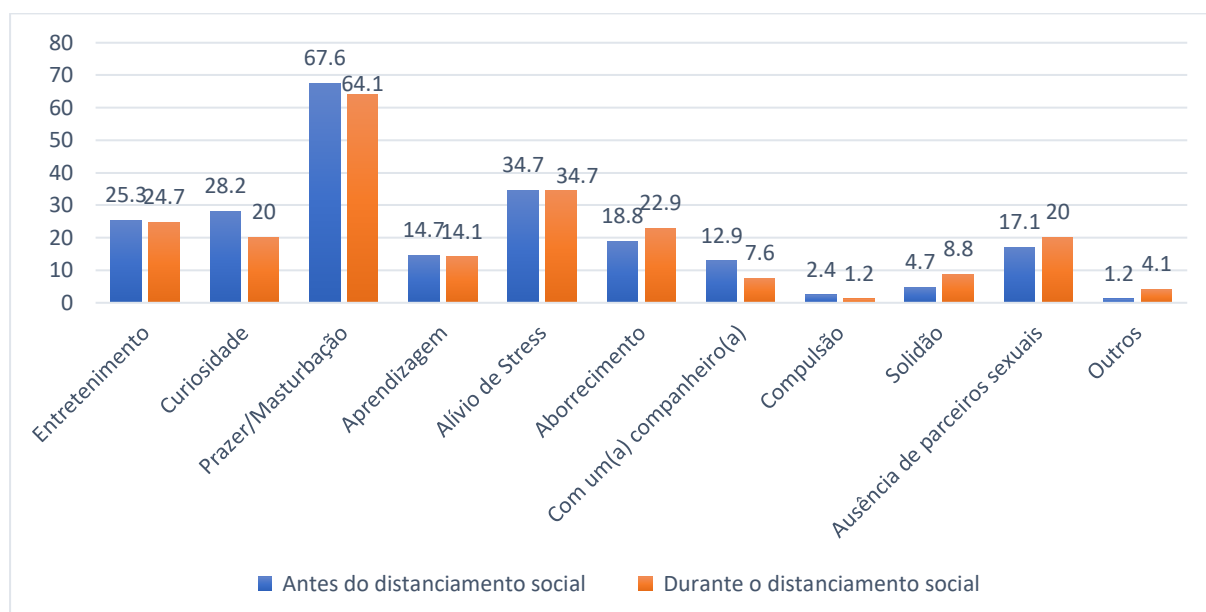
**Figura 4-** Gráfico da frequência de relações sexuais durante o DS comparativamente a antes do mesmo (em percentagem).



### Motivos para a visualização de Pornografia

Como pode ser observado na Figura 5, as motivações para a visualização de pornografia não se alteraram de forma muito visível durante o DS. Destaca-se que a motivação mais apontada para a visualização de pornografia, tanto antes como durante o DS, é a procura de prazer (masturbação), seguida do alívio de stress. Ainda, observou-se uma ligeira diminuição da curiosidade enquanto motivação durante o DS e um ligeiro aumento das motivações “aborrecimento”, “solidão” e “ausência de parceiros sexuais”. Como nota, acrescentamos que as participantes que não viram pornografia durante o DS, utilizaram o espaço “outros” para indicar que a questão não era aplicável (N/A).

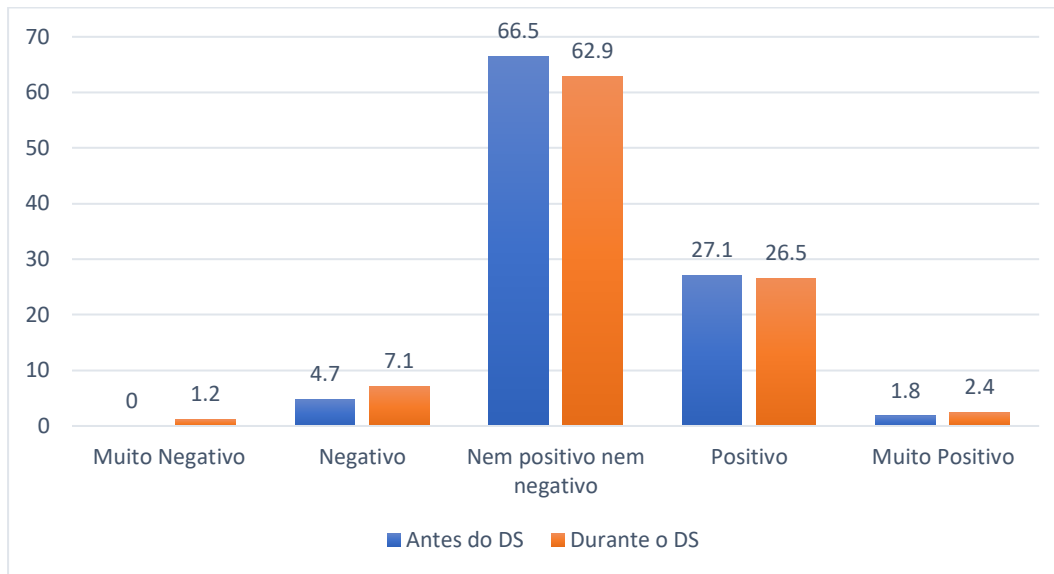
**Figura 5-** Gráfico das motivações para a visualização de pornografia antes e durante o DS(%)



### Efeito da pornografia na vida das participantes

Apesar da maior parte das participantes considerar que o a pornografia não tem um efeito positivo ou negativo nas suas vidas, tanto antes como durante o DS (665% e 62.9% respetivamente), 8.3% das participantes consideraram que a pornografia tinha um efeito negativo (7.1%) ou muito negativo (1,2%) nas suas vidas durante o DS, valor mais elevado que as 4,7% que consideraram que a pornografia tinha um efeito negativo antes do DS.

**Figura 6-** Gráfico do efeito percebido da pornografia na vida das participantes antes e durante o DS (em percentagem)



### Sentimentos e Visualização de Pornografia

De forma a analisar se a percepção do impacto do DS se alterou perante um aumento dos sentimentos de solidão, aborrecimento e ansiedade foi utilizado o teste de Mann-Whitney para amostras independentes (Tabela 3).

As participantes que se sentiram mais sozinhas durante o DS apresentaram *ranks* significativamente superiores do impacto do DS na sua visualização de pornografia do que as participantes que não se sentiram mais sozinhas ( $U= 2828.00$ ;  $Z= -2.304$ ;  $p=0.021$ ;  $r=0.18$ ;  $N=169$ ). Da mesma forma, as participantes que se sentiram mais aborrecidas apresentaram *ranks* significativamente superiores do impacto do DS na sua visualização de pornografia do que as que não se sentiram mais sozinhas ( $U=2363.5$ ;  $Z= -2.456$ ;  $p=0.014$ ;  $r=0.19$ ;  $N=169$ ). No entanto, não foi observada uma diferença significativa no impacto do DS na visualização de pornografia entre as participantes que se sentiram mais ansiosas e as que não se sentiram mais ansiosas durante o DS ( $U=2351.500$ ;  $Z= -1.874$ ;  $p=0.061$ ;  $r=0.14$ ;  $N=169$ ).

Relativamente à FVP antes e durante o DS foi utilizado o teste de Wilcoxon para amostras emparelhadas:

Não foi observada uma diferença significativa na FVP antes e durante o DS tanto nas participantes que não se sentiram mais sozinhas ( $Mdn=3$ ;  $Mdn=2$ ) ( $Z= -1.444$ ;  $p=0.149 >0.05$ ;  $r= 0.16$ ;  $N=41$ ), como nas as participantes que se sentiram mais sozinhas durante o DS ( $MdnA=3$ ;  $MdnD=2$ ) ( $Z= -0.553$ ;  $p=0.580 >0.05$ ;  $r=0.05$ ;  $N=55$ ). Da mesma forma, não foi

observada uma diferença significativa na FVP antes e durante o DS tanto nas participantes que não se sentiram mais aborrecidas ( $Mdn=3;Mdn=2$ ) ( $Z=-1.107, p=0.268 >.05; r=0.15; N= 28$ ), como nas as participantes que se sentiram mais aborrecidas durante o DS ( $MdnA=3; MdnD=2.5$ )(  $Z= -1.915, p=0.360 >0.05; r=0.07; N=68$ ). Também não se observou uma diferença significativa FVP antes e durante o DS nas participantes que não se sentiram mais ansiosas ( $Mdn=3;Mdn=2$ ) ( $Z= -0.263; p=0.793 >0.05; r=0.04; N=28$ ) e nas que se sentiram mais ansiosas durante o DS ( $MdnA=3; MdnD=2.5$ )(  $Z= -1.631; p=0.103 >0.05; r=0.14; N=68$ ).

**Tabela 3-** Resultados do teste de Wilcoxon da FVP Antes e Durante o DS para os Sentimentos de Solidão, Aborrecimento e Ansiedade

	Antes	Durante			
	<i>Mdn</i>	<i>Mdn</i>	<i>Z</i>	<i>p</i>	<i>r</i>
<b>Solidão</b>					
Menos ou igualmente sozinha	3	2	-1.444	0.149	0.16
Mais sozinha	3	2	0.553	0.580	0.05
<b>Aborrecimento</b>					
Menos ou igualmente aborrecida	3	2	-1.107	0.268	0.15
Mais aborrecida	3	2.5	-0.915	0.360	0.07
<b>Ansiedade</b>					
Menos ou igualmente ansiosa	3	2	-0.263	0.793	0.04
Mais ansiosa	3	2.5	-1.631	0.103	0.14

### Hábitos Sexuais e Visualização de Pornografia

Realizou-se um teste de Kruskal-Wallis de forma a medir se houve diferenças significativas na perceção do impacto do DS na visualização de pornografia consoante a frequência de relações sexuais das participantes.

Após a observação de uma diferença significativa ( $H= 9.006; p=0.011; n=169$ ), foram realizados testes *post-hoc*: 1) Observou-se um maior impacto do DS na visualização de pornografia no grupo de participantes que teve relações sexuais com *menos frequência* ( $Mdn=1$ ) do que no grupo que teve relações sexuais com a *mesma frequência* ( $Mdn=1$ ) ( $U=$

2016.00;  $Z=-2.55$ ;  $p=0.32$ ;  $r=0.21$ ;  $n=152$ ); 2) Observou-se um maior impacto do DS na visualização de pornografia no grupo que teve relações sexuais com *maior frequência* ( $Mdn=2$ ) do que no grupo que teve relações sexuais com a *mesma frequência* ( $Mdn=1$ ) ( $U=276.00$ ;  $Z=-2.681$ ;  $r=0.42$   $p=0.40$ ); 3) Não se observaram diferenças significativas no impacto do DS na visualização de pornografia entre as participantes que tiveram relações sexuais com *maior frequência* ( $Mdn=2$ ) e as que tiveram com *menos frequência* ( $Mdn=1$ ) ( $U=743.500$ ;  $Z=-0.889$ ;  $p=0.990$ ;  $r=0.08$ ;  $n=117$ ). (Nota: Todos os valores de significância foram ajustados pela correção de Bonferroni para múltiplos testes).

Ainda, comparando a FVP (através do teste de Wilcoxon para amostras emparelhadas) antes e durante o DS, não foram observadas diferenças significativas em nenhum dos grupos: 1) tiveram relações sexuais com *menos frequência* ( $MdnA=3$ ;  $MdnD=2$ ) ( $Z=-1.154$ ;  $p=0.249$ ;  $r=0.1$ ;  $N=62$ ); 2) tiveram relações sexuais com a *mesma frequência* ( $MdnA=3$ ;  $MdnD=2$ ) ( $Z=-0.551$ ;  $p=0.582$ ;  $r=0.08$ ;  $N=24$ ) e 3) tiveram relações sexuais com *mais frequência* ( $MdnA=3.5$ ;  $MdnD=4$ ) ( $Z=-1.000$ ;  $p=0.317$ ;  $r=0.22$ ;  $N=10$ ).

### **Rotinas de Trabalho e Visualização de Pornografia**

Relativamente ao impacto percebido do DS na visualização de pornografia, analisado através de um teste de Kruskal-Wallis, não houve uma diferença significativa entre as participantes que têm obrigações de trabalho fora, as que trabalham a partir de casa e as que não trabalham/estudam ( $H=4.426$ ;  $p=0.109$ ;  $N=169$ )

Relativamente à FVP antes e durante o DS não se observaram diferenças significativas em nenhum dos grupos: 1) participantes que trabalham/estudam a partir de casa ( $MdnA=2$ ;  $MdnD=2$ ) ( $Z=-1.414$ ;  $p=0.157$ ;  $r=0.3$ ;  $n=11$ ) ( $Z=-1.038$ ;  $p=0.299 >0.05$ ;  $r=0.09$ ;  $N=73$ ); 2) participantes que têm obrigações de trabalho/estudo fora de casa ( $MdnA=2$ ;  $MdnD=1$ ) ( $Z=-1.414$ ;  $p=0.157$ ;  $r=0.3$ ;  $n=11$ ); 3) participantes que não trabalham/estudam ( $MdnA=1$ ;  $MdnD=1$ ) ( $Z=-0.541$ ;  $p=0.589$ ;  $r=0.11$ ;  $n=12$ ).

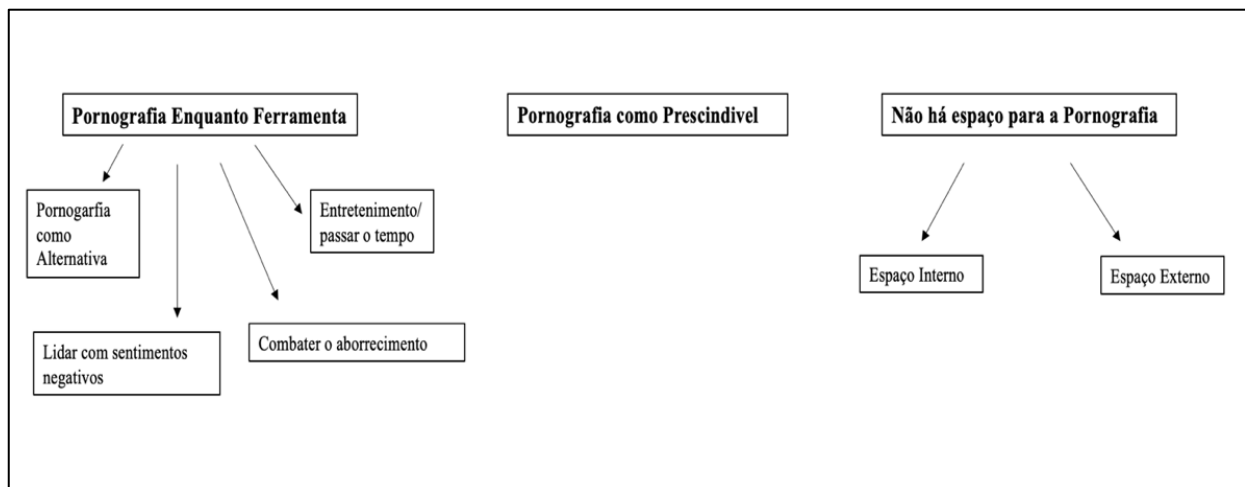
### **Resultados da Análise Temática**

Como referido na secção do método, todas as participantes que na última questão quantitativa “Considera que o DS teve impacto na sua visualização de pornografia?” (medida numa escala ordinal de 1- Não teve impacto nenhum a 5-teve muito impacto), responderam algo que não “Não teve impacto nenhum”, foram remetidas para uma proposta de reflexão: “Gostaria de propor-lhe que reflita um pouco sobre como se tem sentido durante o DS e como

é que o mesmo teve impacto na sua visualização de pornografia”, seguida da questão “Como é que a sua visualização de pornografia se alterou durante o DS e a que é que associa essa alteração? Peço-lhe que dê a resposta mais completa possível”, cujas respostas serão analisadas na presente secção.

Após a codificação das respostas, iniciou-se uma procura de temas que foram agrupados e reagrupados diversas vezes. Apesar da dificuldade inerente ao agrupamento de experiências em temas, tarefa que parece ficar sempre aquém do desejado uma vez que as experiências estão longe de ser lineares e os temas identificados parecem sempre ter pontos em comum, acabou por se dividir a análise temática em três grandes temas: “Pornografia enquanto Ferramenta”, “Pornografia como Prescindível” e “Não há Espaço para a Pornografia”. Na presente análise temática, de forma a ilustrar os resultados, iremos apenas dar alguns exemplos. As restantes respostas poderão ser consultadas no anexo (J)

**Figura 7- Esquema da Análise Temática**



### **Pornografia enquanto Ferramenta**

Ao longo das respostas pôde observar-se que diversas participantes utilizavam a pornografia como ferramenta. Dentro deste tema, foram identificados quatro subtemas: 1) *Pornografia como Alternativa*, 2) *Lidar com Sentimentos Negativos*, 3) *Combater o Aborrecimento* e 4) *Entretenimento/Passar tempo*.

## **Pornografia como Alternativa**

“Talvez (a maior visualização de pornografia) tenha surgido mais (...) como resposta a uma certa ânsia de contacto físico”.

O DS levou a que muitas participantes ficassem mais limitadas às suas casas. Desta forma, muitas acabaram por passar períodos de tempo longe dos seus parceiros ou, sem ter possibilidade de ter relações sexuais com outras pessoas. Neste sentido, a pornografia parece aparecer como alternativa, perante a impossibilidade de ver as suas necessidades sexuais satisfeitas através do contacto físico com um outro.

Algumas das participantes, referiram que a pornografia serviu como atenuador ou alternativa, perante a impossibilidade de ter relações sexuais com o parceiro:

*“Não ter a oportunidade de ter relações com o meu parceiro teve um grande impacto no dia-a-dia de cada um, e a pornografia funcionou como atenuador”.*

*“Maior distanciamento sexual do parceiro, que leva a uma maior acumulação do desejo”.*

Outras, reportaram recorrer à pornografia devido às recomendações para ficar em casa e manter o DS, que passaram também pelo desaconselhamento da utilização de *Apps* de encontros (e.g. Tinder) e do contacto com outras pessoas de forma geral:

*“Como não podia usar o Tinder e não tinha tanta liberdade para andar a ter relações sexuais com outras pessoas, via pornografia para me ajudar na masturbação. Via mais pornografia do que antigamente”.*

*“Vejo ligeiramente mais pornografia por ter mais dificuldade em ter contacto sexual com outras pessoas em confinamento”.*

### ***Lidar com Sentimentos Negativos***

Este subtema, também referido na literatura como um dos motivos para a visualização de pornografia e positivamente associado à visualização problemática de pornografia, foi bastante referido pelas participantes. Neste sentido, algumas participantes reportaram utilizar a pornografia enquanto estratégia de *coping* para lidar com sentimentos de solidão, vazio, angústia ou ansiedade sentidos o DS:

*“O distanciamento social traz anexado sentimentos de solidão e carência, o que consequentemente, faz-nos procurar alternativas de alívio das circunstâncias dessa situação. A pornografia passa por um desses meios”.*

*“O distanciamento social tem-me feito sentir alguma frustração. Muitas vezes sou confrontada com um sentimento de vazio que não estou habituada a sentir em períodos normais, porque se camufla com a rotina e as pessoas que preenchem o meu dia. Penso que na quarentena, quando estou num período em que não tenho aulas, trabalhos, tarefas de casa... tento evitar um pouco esse período para não sentir este vazio, estou focada naquilo, tenho momentos de prazer e depois volto a outra atividade do dia-a-dia, mas não é propriamente um momento que me faça sentir melhor ou me deixe mais feliz/descansada, acho que serve a função de evitar lidar com essa angústia”*

*“Enquanto que antes do distanciamento era raro ver depois do distanciamento ficou mais frequente e essa alteração associa à ansiedade”*

### ***Combater o Aborrecimento***

Os longos períodos de tempo passados em casa levaram a que muitas participantes se sentissem mais aborrecidas e que recorressem à pornografia como ferramenta para “combater” este sentimento:

*“No início do distanciamento a masturbação e visualização de pornografia seria um modo de “superar” o aborrecimento”.*

*“Serviu para cortar a maior parte do aborrecimento diário de estar fechada em casa e isolada, proporcionando algum prazer e bem-estar, não só físico, como mental”.*

### ***Entretenimento/ Passar o tempo***

Diversas participantes mencionaram utilizar pornografia para se entreter ou passar o tempo. Este subtema, apesar de estar ligado ao anterior, distingue-se, por vezes de forma mais clara do que outras, pela forma como o tempo livre é sentido. Enquanto que no subtema anterior o tempo passado em casa parece estar associado a sentimentos de aborrecimento e a pornografia surge como uma tentativa de combater o mesmo, neste, o tempo livre parece ser visto como algo que *permite* explorar o mundo da pornografia, que é visto, por estas participantes, como algo com o potencial de entreter e divertir:

*“Acho que estando mais tempo em casa principalmente apenas com o parceiro, como no meu caso, acaba por surgir tentar inventar algo mais do que aquilo que se fazia no dia a dia, seja para ocupar o tempo, seja para diversão, seja simplesmente porque sim...”*

*“A minha visualização de pornografia mudou pelo facto de ter deixado de visitar certos tipos de sites pornográficos para ver de apenas 1 site exclusivamente feito por mulheres, para mulheres. Eu associo essa mudança a querer aprofundar o conhecimento nesse tema, pelo excesso de tempo durante o distanciamento social e ao ter explorado pornografia direccionada a mulheres”*

### **Pornografia como Prescindível**

Algumas participantes, ao contrário do que aconteceu para o tema anterior, viram a pornografia como algo dispensável ou prescindível, acabando por ver menos pornografia durante o DS.

Assim, várias participantes reportaram ter alternativas mais satisfatórias, como a presença do(a) parceiro, a imaginação, “*phone sex*”, entre outros, o que tornou a utilização de pornografia dispensável:

*“Não consumi pornografia durante o distanciamento social por estar sempre acompanhada pelo meu companheiro, pelo que não senti essa necessidade”*

*“Costumo masturbar-me com pornografia, mas durante o confinamento, por saudades da pessoa com que estava e isso tudo, acabei por fazer muito mais “phone sex” do que ver porno para me masturbar.”*

Ainda, uma das participantes refere que “aprendeu a viver” em isolamento e que, consequentemente a pornografia deixou de ser necessária no combate ao aborrecimento:

*“Tendo conta que “aprendi a viver” em isolamento, o aborrecimento que sentia tornou-se menos, e, por sua vez a visualização de pornografia também”*

### **Não há Espaço para a Pornografia**

Várias mulheres referiram não ter “espaço” para a pornografia. Este tema apareceu tanto a um nível interno, numa ausência de espaço interno para ver pornografia, nomeadamente devido a uma desmotivação provocada por sentimentos negativos, como externo, onde as condições exteriores impossibilitaram ou diminuíram a possibilidade de ver pornografia.

### ***Motivos Internos***

Algumas participantes revelaram que os sentimentos negativos que surgiram durante e devido ao DS (como sentimentos depressivos, tristeza e solidão), levaram a uma desmotivação ou apatia que não deu espaço à visualização de pornografia:

*“Estava num humor muito mais depressivo e não sentia vontade de nada. Muito mais apática”*

*“Acho que estou a ver menos pornografia, quando me sinto mais em baixo durante o distanciamento social. Tristeza e aborrecimento são os sentimentos mais usuais”.*

*“Pensei, eventualmente, que iria aumentar perante a solidão. Porém, senti meio que uma desmotivação tanto para fazer como para assistir.”*

### ***Motivos Externos***

Durante o DS, muitos acabaram por ficar em casa com as suas famílias, companheiros ou outros. Neste sentido, algumas mulheres referem que o facto de estarem acompanhadas impossibilitou a visualização de pornografia, na medida em que sentiram não ter um espaço pessoal, que possibilitasse a visualização de pornografia:

*“(…) uma vez que vivo com a minha família e há pouca privacidade, pelo que não é uma atividade que me sinta segura a realizar (...)”.*

*“Alterou-se a que passou a ser algo proibido devido à falta de tempo pessoal”.*

Também, uma das participantes referiu que foi o estar mais ocupada com o trabalho que impossibilitou a visualização de pornografia:

*“Visualizo menos uma vez que ando mais ocupada com trabalho”.*

Outra referiu que foi a impossibilidade de estar com o parceiro que a levou a ver menos pornografia:

*“Alterou-se o ter de ver sozinha. Não tem tanta piada”.*

### **Discussão**

O presente estudo teve como objetivo central a exploração da visualização de pornografia, por parte das mulheres portuguesas, durante o DS que ocorreu devido à pandemia provocada pela COVID-19. Por ser um fenómeno recente, a investigação que relaciona a visualização de pornografia com o DS é ainda escassa e, neste sentido, considerámos que seria pertinente o aprofundamento do tema.

Relativamente à frequência de visualização de pornografia (FVP), não foram observadas diferenças significativas, e as tendências vão no sentido contrário ao que seria esperado. No presente estudo, mais participantes reportaram uma diminuição na visualização de pornografia (32.3%) do que um aumento (17%). No entanto, em Portugal as estatísticas do Pornhub revelam que entre os dias 19 de Março, data do início do estado de emergência, e dia 15 de Julho (dia em que o questionário do presente estudo foi encerrado), em média, o tráfego aumentou em 24% relativamente aos dados anteriores à pandemia (Pornhub, 2020c). Também em G. Li e colaboradores (2020) 23% dos participantes reportaram um aumento na visualização de pornografia e apenas 12 % reportaram uma diminuição da mesma. Os resultados obtidos no presente estudo relativamente à FVP podem, em parte, dever-se a uma medição pouco fina, nomeadamente a possibilidade da escala de Likert utilizada não discriminar entre alterações mais ligeiras na FVP. Neste sentido, notámos algumas discrepâncias entre as respostas à questão aberta e à questão relativa à FVP antes e durante o DS (i.e. algumas participantes que responderam ter visto mais pornografia durante o DS na questão aberta, não reportaram alterações na visualização no âmbito do questionário, sugerindo que essa alteração não foi suficiente para que considerassem que passou de um ponto da escala para outro). Ainda, a baixa representatividade da amostra (i.e. observou-se que a maioria das participantes viviam na região de Lisboa, eram licenciadas, solteiras e tinham idades compreendidas entre os 18 e os 25) pode ter contribuído para um enviesamento dos resultados relativos à FVP. No entanto, destacamos que, num estudo de Lehmler e colaboradores (2020) que investigou as alterações no comportamento sexual durante a pandemia provocada pela COVID-19, os resultados apontaram para uma diminuição na frequência de masturbação durante o período da pandemia. Uma vez que a masturbação é a motivação mais apontada, tanto na literatura (e.g. Bois, 2002; Chesser et al., 2018; Grubbs et al., 2019) como pelas participantes do presente estudo, para a visualização de pornografia, apesar dos autores não medirem diretamente a FVP, os resultados relativos à frequência de masturbação parecem apontar para uma diminuição na mesma, resultados estes que já vão mais ao encontro do observado no presente estudo.

Finalmente, parece-nos importante destacar que, na questão aberta, muitas das participantes que reportaram uma alteração na sua visualização de pornografia devido ao DS, se focaram em alterações que não a FVP, por exemplo, alterações nas motivações para ver pornografia e na função que esta tem nas suas vidas. Estes resultados vão ser aprofundados e discutidos ao longo desta secção.

A primeira hipótese de investigação remeteu para a relação entre os sentimentos (solidão, ansiedade e aborrecimento) e a visualização de pornografia.

A visualização de pornografia, aparece frequentemente, na literatura, como uma estratégia de *coping* para lidar com sentimentos negativos como a ansiedade e a solidão (Böthe et al., 2020a, 2020c; Levin et al., 2019; Wéry & Billieux, 2016). Apesar de, geralmente, a motivação para lidar com sentimentos negativos não estar associada a uma maior FVP, a motivação para evitar sentimentos de solidão foi destacada dos restantes sentimentos negativos e associada a uma maior FVP (Binnie & Reavey, 2019b; Weber et al., 2018; Yoder et al., 2005).

No presente estudo, considerámos que seria pertinente analisar estas variáveis (ansiedade e solidão) em separado num primeiro momento, possibilitando a integração dos resultados obtidos (no questionário) com a literatura face ao tema, e agrupá-las num segundo momento, uma vez que foram sentimentos agrupados no âmbito da análise temática, sob o subtema “Lidar com Sentimentos Negativos”. Também, apesar de não serem analisados diretamente no questionário, ao nível da questão aberta, surgiram nas respostas das participantes outros sentimentos como stress, frustração e sentimentos de vazio, que foram também agrupados sob o mesmo subtema (*Lidar com Sentimentos Negativos*) e, por isso, serão também discutidos em conjunto com os anteriormente mencionados.

À semelhança do encontrado na literatura (e.g. Grubbs, 2020; S. Li et al., 2020; Wang et al., 2020), os resultados do presente estudo revelam um aumento ao nível dos sentimentos de *solidão* (56% das participantes reportaram sentir-se mais sozinhas) e *ansiedade* (71% das participantes reportaram sentir-se mais ansiosas) durante o DS.

Primeiramente, relativamente à relação entre sentimentos de solidão e a visualização de pornografia, os resultados indicam que as mulheres que se sentiram mais sozinhas reportaram um maior impacto do DS na sua visualização de pornografia do que as participantes que não se sentiram mais sozinhas, não se observando, no entanto, diferenças ao nível da FVP em nenhum dos grupos (sentiu-se mais sozinha e não se sentiu mais sozinha). Estes resultados vão, em parte ao encontro do previsto: se por um lado se esperava um maior impacto do DS na visualização de pornografia por parte das mulheres que se sentiram mais sozinhas, também se esperava que houvesse um aumento ao nível da FVP, uma vez que a solidão foi positivamente associada à mesma (e.g. Weber et al., 2018; Yoder et al., 2015), resultado que não se verificou.

As respostas obtidas na questão aberta e posteriormente analisadas na análise temática permitem-nos compreender melhor esta variável e os resultados obtidos.

Quanto à ansiedade, apesar de ser uma motivação apontada para a visualização de pornografia (Böthe et al., 2020a; Grubbs et al., 2019) não está associada à FVP (Böthe et al., 2020a). Neste sentido, a questão de investigação relativa à relação deste sentimento com a visualização de pornografia durante o DS possuía um carácter mais exploratório. Os resultados revelaram que não houve diferenças ao nível do impacto percebido do DS na visualização de pornografia entre participantes que se sentiram mais ansiosas e que não sentiram mais ansiosas. Não se observaram, também, diferenças ao nível da FVP em nenhum dos grupos, resultado que vai ao encontro do observado na literatura (e.g. Böthe et al. 2020a; Weber et al., 2018).

De forma a aprofundar a compreensão destes resultados iremos olhar para os dados obtidos na análise temática. Nesta, os sentimentos negativos foram enquadrados em dois temas distintos. Primeiramente, tal como sugerido na literatura (e.g. Böthe et al., 2020; Grubbs et al., 2020), observou-se uma utilização da pornografia enquanto estratégia de *coping* para lidar com os sentimentos negativos que surgiram durante e devido ao DS. Estas respostas foram agrupadas dentro do tema *Pornografia Enquanto Ferramenta*, subtema: Lidar com Sentimentos Negativos. A título de exemplo, ilustramos esta função de *coping* com a resposta de uma das participantes à questão aberta: *“O distanciamento social traz anexado sentimentos de solidão e carência, o que consequentemente nos faz procurar alternativas de alívio das circunstâncias dessa situação. A pornografia passa por um desses meios”*. Note-se que esta participante, como outras, não se refere a um aumento da visualização, mas sim a uma alteração na função que a pornografia tem na sua vida. Ainda, dentro deste subtema, as participantes referiram, também, utilizar a pornografia de forma a lidar com outros sentimentos que não a solidão, nomeadamente ansiedade, stress, frustração e sentimentos de vazio, notando-se novamente, que esta alteração na visualização não passa necessariamente por um aumento na frequência (e.g. *“O DS tem-me feito sentir alguma frustração, muitas vezes sou confrontada com um sentimento de vazio que não estou habituada a sentir em períodos normais, porque se camufla com a rotina e as pessoas que preenchem o meu dia. Penso que na quarentena, quando estou num período em que não tenho aulas, trabalhos, tarefas de casa tento evitar um pouco esse período para não sentir este vazio, estou focada naquilo, tenho momentos de prazer e depois volto a outra atividade do dia-a-dia, mas não é propriamente um momento que me faça sentir melhor ou me deixe mais feliz/descansada, acho que serve a função de evitar lidar com essa angústia”* ).

Em segundo lugar, os sentimentos negativos foram também referidos enquanto entrave à visualização de pornografia. Neste sentido, algumas participantes reportaram que tais sentimentos se traduziram num estado de desmotivação ou falta de vontade que agrupámos dentro do tema e subtema: *Falta de Espaço para a Pornografia* e Espaço Interno, respetivamente. Neste subtema, observamos que a presença destes sentimentos condicionou, em algumas mulheres, a sua visualização de pornografia. Neste sentido, através das respostas, concluímos uma indisponibilidade ou ausência de espaço interno para esta atividade, notando-se, também, que ainda que nem sempre o explicitassem, as respostas que se enquadraram neste tema pareceram sempre ter implícita uma redução na FVP. Assim, surgiram respostas como: “*Acho que estou a ver menos pornografia quando me sinto mais em baixo durante o DS. Tristeza e aborrecimento são os sentimentos mais usuais.*” ou “*Estava num humor muito mais depressivo e não sentia vontade de nada. Muito mais apática*”

Em suma, as respostas obtidas na questão aberta, permitem-nos concluir que as diversas vivências durante o DS resultaram em diferentes formas de experienciar e utilizar a pornografia. De forma geral, os sentimentos negativos levaram tanto a uma utilização da pornografia enquanto estratégia de *coping* ou de “escape”, como a um desinvestimento na mesma, podendo-se, talvez, destacar que os sentimentos de solidão nunca foram mencionados dentro do segundo tema (*Não há espaço para a pornografia*). No entanto, consideramos importante mencionar que, tendo em conta as inúmeras alterações que ocorreram devido ao DS (e.g. alterações nas rotinas de trabalho, maior tempo passado em casa, entre outros) e o impacto das mesmas nas vidas de cada uma das participantes, torna-se difícil separar os sentimentos de solidão e ansiedade dos restantes fatores que marcaram o DS. Neste sentido, consideramos que as experiências pessoais durante do DS devem ser entendidas como um todo, o vem tornar mais claros os resultados: as participantes não se sentiram apenas mais sozinhas ou mais ansiosas, existiram alterações a vários níveis que não podem ser isoladas quando olhamos para os resultados. Desta forma, consideramos que não terem sido observadas diferenças significativas na FVP nas participantes que se sentiram mais sozinhas são resultados que têm de ser enquadrados no quadro geral da pandemia e das experiências individuais de cada mulher durante a mesma.

Finalmente, destacamos que apesar da motivação para evitar ou suprimir sentimentos negativos não estar relacionada com a FVP (com exceção da motivação para suprimir sentimentos de solidão), encontra-se relacionada, na literatura, com uma UPP, tanto em indivíduos do sexo masculino como feminino (Baranowsky et al., 2020; Bóthe et al., 2020a,

2020c; Kor et al., 2014; Levin et al., 2019; Wéry & Billieux, 2016). Desta forma, apesar de não se observar uma alteração ao nível da frequência, consideramos que o aumento destes sentimentos durante a pandemia e a utilização de pornografia enquanto estratégia de *coping* (observada nas respostas abertas) constituem fatores de risco que merecem atenção.

O aborrecimento foi o terceiro sentimento medido no âmbito do questionário. No entanto, apesar de ter revelado fortes associações com as motivações para a supressão ou distração emocional (Bóthe et al., 2020a), Bóthe et al. (2020a) consideram que estes sentimentos não devem ser fundidos. Assim, no presente estudo, tal como na literatura (e.g. Attwood, Smith & Barker, 2019; Bóthe et al., 2020a; Grubbs et al., 2018) iremos considerar a motivação para o evitamento do aborrecimento separadamente.

O evitamento do aborrecimento tem sido uma das motivações associadas positivamente à FVP (e.g. Bóthe et al., 2020a; Schenk, 2009). Assim, e tendo em conta que tem sido observado um aumento neste sentimento durante o DS (Brodeur et al., 2020; Droit-Volet et al., 2020), seria expectável que esse aumento se traduzisse num aumento da FVP. No presente estudo, apesar de ter sido observado um maior impacto do DS na visualização de pornografia por parte das participantes que reportaram sentir-se mais aborrecidas, não foi observado um aumento significativo na FVP.

Observámos que os longos períodos de tempo passados em casa durante o DS levaram a que muitas mulheres se sentissem mais aborrecidas e que recorressem à pornografia de forma a combater este sentimento. Assim, no âmbito da análise temática, foi identificado subtema “Combater o Aborrecimento”, que se inseriu no tema geral “*Pornografia como Ferramenta*”. Neste, apesar de algumas mulheres referirem que o aborrecimento sentido se traduziu numa maior FVP (e.g. “Talvez o faça mais vezes por aborrecimento”), outras, não o associaram diretamente a uma alteração na frequência, mas a uma alteração da função que a pornografia passou a ter nas suas vidas: “*No início do DS a masturbação e a visualização de pornografia seria um modo de superar o aborrecimento*”. Ainda, houve uma participante também se referiu ao aborrecimento sentido, mas cuja resposta foi incluída no tema *Não há Espaço para a Pornografia*, subtema Espaço Interno: “*Acho que estou a ver menos pornografia, quando me sinto mais em baixo durante o DS. Tristeza e aborrecimento são os sentimentos mais usuais*”. Nesta resposta, a participante relata que o “estar em baixo” se traduz uma diminuição da vontade de ver pornografia, no entanto, notamos que o aborrecimento aparece ligado a um sentimento de tristeza que está, na literatura, associado a uma diminuição na FVP (Weber et al., 2018).

Finalmente, consideramos, à semelhança do referido a propósito dos sentimentos negativos, que os sentimentos de aborrecimento não podem ser separados da restante experiência durante o DS. Neste sentido, apesar de não se ter observado o aumento esperado na FVP nas participantes que se sentiram mais aborrecidas durante o DS, destacamos que as participantes, na sua maioria, não se sentiram apenas mais aborrecidas. Estes sentimentos foram concorrentes, muitas vezes, com outros sentimentos negativos e vivências que têm sido associadas, nas mulheres, a uma diminuição na FVP (e.g. Weber et al., 2018). Ainda, destacamos que a motivação para evitar o aborrecimento foi também associada a uma UPP (e.g. Bóthe et al., 2020a). Assim, apesar desta associação, reportada por Bóthe et al. (2020a) ser fraca, a visualização de pornografia de forma a evitar o aborrecimento pode resultar numa utilização problemática da mesma, sendo necessário, em futuras investigações, compreender se este sentimento, muito presente na pandemia, estará a conduzir a uma UPP.

O segundo objetivo desta investigação remetia para as alterações na dinâmica do casal ou aos hábitos relacionados com atividade sexual. Em primeiro lugar, a literatura tem revelado que a procura de prazer sexual é a motivação mais apontada para a visualização de pornografia (e.g. Attwood et al., 2019; Bóthe et al., 2020a; Bois, 2002; Chen et al., 2013; Chesser et al., 2018; Grubbs et al., 2019; Löfgren-Mårtenson & Månsson, 2010) e, neste sentido, esperar-se-ia que as mulheres que tiveram relações sexuais com menos frequência recorressem à pornografia como forma de obter prazer sexual. Ainda, como referido no enquadramento, a confrontação com a nossa própria mortalidade, foi associada, por Goldenberg e colaboradores (2000) a um aumento de desejo e comportamento sexuais (em indivíduos com elevada autoestima face ao corpo). Neste sentido, Zantoni e colaboradores (2020) consideraram que seria espectável observar-se um aumento tanto na FVP como na frequência de relações sexuais durante a pandemia. No entanto, os estudos mais recentes têm revelado uma diminuição ao nível da frequência de relações sexuais durante o período da pandemia (Jacob et al., 2020; G. Li et al., 2020; Lehmiller et al., 2020; Schiavi et al., 2020), resultado que vai ao encontro do observado no presente estudo. Desta forma, Zantoni e colaboradores (2020) consideraram que estes resultados poderiam explicar a utilização de pornografia enquanto estratégia de escape, tanto da realidade como de uma crise a nível sexual.

A segunda hipótese não é assim suportada, na medida em que, apesar de se ter observado uma diminuição significativa na frequência de relações sexuais durante o DS, não se observou uma alteração na FVP nas participantes que tiveram relações sexuais com menos frequência. No entanto, observou-se um maior impacto do DS na visualização de pornografia,

tanto das participantes que tiveram relações com maior frequência como das que tiveram com menos frequência, comparativamente às que não reportaram alterações a este nível. Neste sentido, destacamos a investigação de Weber et al. (2018), na qual os resultados vão no sentido contrário ao encontrado no resto da literatura (que teve amostras essencialmente masculinas). Nesta investigação, os resultados apontaram para uma maior FVP, por parte das mulheres, quando se encontravam satisfeitas e em relacionamentos, o que pode explicar porquê que não foram observadas alterações na FVP nas participantes que tiveram mais relações sexuais.

No âmbito da questão aberta a frequência de relações sexuais foi frequentemente referida. Assim, na análise temática foram identificados dois temas que remetem para este ponto. O primeiro tema *Pornografia Enquanto Ferramenta*, subtema: pornografia como alternativa, inclui as respostas de mulheres que, durante o DS viram a sua vida sexual dificultada, acabando por recorrer à pornografia como alternativa. Neste sentido, enquanto que algumas mulheres associaram esta visualização aos longos períodos de tempo afastadas dos seus parceiros(as) devido às restrições do DS (e.g. “*Vi mais vezes pornografia do que antes do isolamento, mas nunca chegou a ser algo diário pelo que não acho que tenha sido algo negativo/em demasia. Não ter a oportunidade de ter relações com o meu parceiro teve um grande impacto no dia-a-dia de cada um, e a pornografia funcionou como atenuador*”), outras referiram que foi a dificuldade/impossibilidade em procurar prazer sexual fora, devido às recomendações para ficar em casa e manter o DS, que as levaram a recorrer à pornografia. Por exemplo, uma mulher referiu “*Como não podia usar o Tinder e não tinha tanta liberdade para andar a ter relações sexuais com outras pessoas, via pornografia para me ajudar na masturbação. Via mais pornografia do que antigamente*”. Desta forma, esta categoria parece incluir as participantes que tiveram relações sexuais com menos frequência durante o DS e que recorreram à pornografia como alternativa às opções de relacionamentos sexuais que tinham antes do DS.

O segundo tema *Pornografia como Prescindível*, foi identificado através de respostas de mulheres que reportaram não necessitar de ver pornografia (ou de ver com menos frequência) durante o DS. Neste tema, o motivo mais apontado pelas participantes para a diminuição da FVP foi a presença de alternativas mais satisfatórias, no entanto, as respostas englobaram dois tipos de resposta muito distintas. Algumas mulheres não necessitaram de ver pornografia porque, na ausência de um parceiro, acabaram por arranjar alternativas que consideraram mais satisfatórias (e.g. “*Costumo masturbar-me com pornografia, mas durante o confinamento, por saudades da pessoa com que estava e isso tudo, acabei por fazer muito*”).

*mais “phone sex” do que ver porno para me masturbar”*) e outras referiram não necessitar de recorrer a estes materiais na medida em, a presença do(a) companheiro(a) durante o confinamento levou a que não houvesse essa necessidade (e.g. *“Não consumi pornografia durante o DS por estar sempre acompanhada pelo meu companheiro, pelo que não senti essa necessidade”*).

Em suma, se algumas mulheres, à semelhança do sugerido por alguns autores, recorreram à pornografia de forma a obter o prazer sexual que não conseguiam obter de outra forma (e.g. Attwood et al., 2019; Bois, 2002; Chen et al., 2013; Chesser et al., 2018; Löfgren-Mårtenson & Månsson, 2010), outras recorreram a outros meios para obter esse prazer. Ainda, contrariamente ao proposto por Weber et al. (2018), que concluiu que as mulheres vêm mais pornografia quando numa relação, a maior parte das mulheres que reportaram, no âmbito da questão aberta, ter os parceiros em casa, consideraram não necessitar de recorrer à pornografia. Desta forma, concluímos, à semelhança de outros autores que têm estudado a visualização de pornografia por parte da população feminina (e.g. Ashton et al., 2018; Attwood, 2005), que as experiências das mulheres com pornografia estão longe de serem lineares e devem ser enquadradas tendo em conta o contexto e vivências de cada uma.

O terceiro objetivo da presente investigação remetia para as alterações nas rotinas de trabalho devido à pandemia. Durante o DS, muitas pessoas começaram a trabalhar e estudar a partir de casa, ou a reduzir as deslocações para o local de trabalho ou de estudo ao essencial e, como indicam os resultados do presente estudo, apenas uma minoria (3.6% das participantes) continuou a deslocar-se diariamente para os mesmos.

No presente estudo, não foram observadas diferenças no impacto do DS na visualização de pornografia entre os participantes que trabalhavam a partir de casa, trabalhavam fora de casa ou que não trabalhavam, nem na FVP em nenhum dos grupos. Uma vez que esta questão não permitiu formulações ao nível do impacto que teria e, tendo em conta que não existem ainda dados suficientes na literatura relativos a este tema, remetemos o leitor para a discussão relativa às respostas obtidas na questão aberta.

Na questão aberta, foram poucas as participantes que se referiram diretamente à situação de trabalho. Neste sentido, não foi identificado, na análise temática, nenhum tema que remetesse diretamente para a mesma. Uma participante referiu que nos períodos em que não tinha aulas, tarefas de casa ou em que não estava a trabalhar, utilizava a pornografia de forma a evitar lidar com a angústia e vazio sentidos (a resposta encontra-se na p. 50), outra refere que

ter perdido o trabalho e deixar de ter de se deslocar para a faculdade permitiram um certo alívio da ansiedade, que se traduziu num maior apetite sexual (*“perder o trabalho e focar-me nas aulas sem ter de fazer viagens de 1 hora e meia para a faculdade e outras tantas para o trabalho permitiram-me ficar menos ansiosa e aliviada e recuperar o meu apetite sexual”*) e outras duas participantes referiram que a maior afluência de trabalho ou maior ocupação com o mesmo conduziram a uma diminuição na FVP (e.g. *“visualizo menos uma vez que ando mais ocupada com o trabalho”*).

Nestas respostas, observamos que o impacto da situação de trabalho na visualização de pornografia parece surgir de forma indireta (i.e., a situação de trabalho tem impacto na forma como as participantes se sentem e, conseqüentemente, na visualização de pornografia), exceto nas duas respostas nas quais as participantes referem estar mais ocupadas com o trabalho. Neste sentido, apesar de Zhang e colaboradores (2020) concluírem que os indivíduos que não estavam a trabalhar durante a pandemia reportavam níveis mais reduzidos de saúde mental do que indivíduos que trabalhassem a partir de casa ou do escritório (não havendo diferenças nos dois últimos grupos), no presente estudo, apenas duas participantes, no âmbito da questão aberta, estabeleceram uma relação entre a alteração da situação de trabalho e a forma como se sentiram durante o DS, sugerindo que, apesar de poder ser um fator que influencie a saúde mental, a situação de trabalho pareceu não ter um impacto significativo na forma como as participantes experienciaram a pornografia durante o DS.

Sublinhamos, ainda, apesar de não se enquadrar em nenhum dos temas aprofundados no âmbito do questionário, que algumas participantes, na questão aberta, referiram estar impossibilitadas de ver pornografia devido à presença de outros em casa durante o DS. Neste sentido, pensamos que estas respostas, que foram incluídas no âmbito da análise temática no tema *“Não há espaço para a pornografia”*, subtema *“Espaço externo”*, fornecem um contributo importante para a compreensão da experiência das mulheres com pornografia durante o DS. Na medida em que apenas 7.2% das participantes reportou viver sozinha durante o DS e que 75.3% reportaram estar a trabalhar/estudar a partir de casa, podemos conjecturar que a privacidade da maior parte das participantes tenha sido dificultada. Neste sentido, e tendo em conta que a visualização de pornografia é, geralmente, uma atividade privada, estes dados podem, em parte, explicar porquê que não se observou um aumento na FVP durante o DS.

Finalmente, apesar de não se observar uma alteração ao nível da FVP, várias participantes reportaram ter sentido um impacto do DS na sua visualização de pornografia. Destacamos, neste sentido, as respostas obtidas quer ao nível do questionário, quer da questão

aberta, relativas à visualização de pornografia de forma a escapar a sentimentos negativos e a eliminar o aborrecimento. Apesar da utilização de pornografia de forma a escapar/evitar sentimentos negativos e ao aborrecimento não ser necessariamente problemática (Bóthe et al., 2020b), estas motivações constituem factores de risco para uma UPP (Bóthe et al., 2020a, 2020c; Levin et al., 2019; Wéry & Billieux, 2016). Ainda que não tenha sido aplicada uma escala de forma a avaliar a UPP, na medida em que não seria esse o objectivo da presente investigação, e uma vez que a UPP se define, principalmente, pelos impactos negativos que a pornografia tem na vida que quem a vê (Bóthe et al., 2020b), destacamos as respostas dadas pelas participantes à questão que inquiria sobre o impacto da pornografia nas suas vidas (antes e durante o DS). Enquanto que antes do DS apenas 4.7% das participantes responderam que a pornografia tinha um impacto negativo nas suas vidas, durante o DS este valor subiu para 8.3% (1.2% dos quais reportaram um efeito muito negativo). Em suma, apesar da maior parte das participantes parecer estar a utilizar a pornografia de forma adaptativa, tal como sugerido por Grubbs (2020), uma minoria pode estar a experienciar uma UPP devido às alterações provocadas pela pandemia, tornando-se necessário compreender, em futuras investigações, a experiência das mesmas, de forma a poder delinear a melhor estratégia de intervenção para cada caso.

### **Limitações e Futura Investigação**

Apesar do esforço no sentido de realizar a presente investigação de forma rigorosa, podemos destacar diversas limitações. Em primeiro lugar a alteração no questionário, especificamente na questão “Com que frequência vê pornografia?” limitou, de forma significativa, o número de respostas numa questão essencial para a análise.

Em segundo lugar, apesar desta limitação ter sido atenuada pela existência de uma questão aberta que deu oportunidade às participantes de explicitarem as suas experiências durante o DS, os sentimentos avaliados no âmbito do questionário foram apenas a solidão, o aborrecimento e a ansiedade, e consideramos que seria pertinente incluir outros sentimentos como o stress e sentimentos depressivos, uma vez que a literatura tem indicado um aumento dos mesmos durante a pandemia (e.g. S. Li et al., 2020; Wang et al., 2020; Zhang & Ma, 2020) e são ambos motivos apontados para a visualização de pornografia (Bóthe et al., 2020a; Grubbs et al., 2019), estando o stress também associado positivamente à FVP (Bóthe et al., 2020a) e à utilização problemática da mesma (Bóthe et al., 2020a, 2020c). Ainda, apesar de termos optado por um questionário mais aberto devido ao carácter mais exploratório da investigação, consideramos que seria pertinente em investigações futuras a utilização de escalas que

medissem os sentimentos em questão, bem como a utilização de uma medição mais fina da FVP, que permitisse medir de forma mais objetiva quantas vezes as participantes visualizam pornografia e, desta forma, que facilitasse a medição de alterações na FVP.

Considerámos também, que a ausência de uma definição de DS no questionário pode constituir uma limitação. Neste sentido, apesar de no consentimento informado as participantes terem recebido a informação de que o presente estudo se destinava a compreender a visualização de pornografia durante o período de confinamento, ao longo do questionário não existe uma definição de DS. Futuramente dever-se-iam definir os conceitos de forma a evitar enviesamentos.

Outra limitação do presente estudo é a não representatividade da amostra, o que impossibilita a generalização dos resultados. Neste sentido, como referido na discussão, observou-se que a maioria das participantes viviam na região de Lisboa, eram licenciadas, solteiras com e tinham idades compreendidas entre os 18 e os 25 anos.

Consideramos também, que investigações futuras beneficiariam da realização de entrevistas, que visassem explorar, em profundidade, as vivências das mulheres durante o DS e a sua visualização de pornografia durante o mesmo. Também, consideramos que seria pertinente a realização de uma investigação que explorasse o consumo de pornografia, por parte da população masculina, durante o DS, na medida em que essa população fugiu do âmbito da presente dissertação. Ainda, de forma a compreender se as alterações na visualização de pornografia podem constituir uma utilização problemática, esta variável deveria também ser medida, não existindo, ainda, no entanto, uma escala que meça a UPP validada para a população portuguesa.

Finalmente, e tendo em conta o número de pessoas que tiveram de se submeter a um período de quarentena, quer devido à contração da doença, quer devido ao contacto próximo com alguém que tenha testado positivo, consideramos que seria interessante distinguir, em futuras investigações, os indivíduos que estiveram em confinamento, mas que continuaram a poder sair de casa e entrar em contacto com outros (se bem que de forma mais limitada), dos que passaram por uma quarentena ou isolamento profilático.

## Conclusão e Implicações

No final de 2019, assistimos ao aparecimento de um vírus que viria a propagar-se a nível mundial e afetar muitas vidas. No presente estudo, muitas mulheres portuguesas reportaram experienciar alterações no seu dia-a-dia, por exemplo, aumento do tempo passado em casa, aumento dos sentimentos de solidão, ansiedade e aborrecimento, alterações nos hábitos sexuais, entre outras. Estas e outras alterações levantaram questões relativamente ao impacto que iriam ter na visualização de pornografia (e.g. Grubbs, 2020; Mestre-Bach et al., 2020), existindo uma preocupação com os efeitos negativos que poderiam surgir como consequência destas mudanças. A primeira preocupação, divulgada através dos *media* (e.g. Durães, 2020; Lehmilller, 2020) e que veio motivar a realização da presente investigação, foi a observação de um aumento da FVP a nível global e o consequente receio das implicações que esse aumento pudesse representar (e.g. Mestre-Bach et al., 2020).

Apesar de não termos observado um aumento na FVP por parte da maioria das mulheres, a presente investigação permitiu-nos ter uma visão das experiências das mulheres com pornografia durante estes tempos de mudança, e aprofundar as suas respostas e estratégias para lidar com tais alterações.

Posto isto, concluímos que as experiências das mulheres com pornografia durante o DS foram muito diversificadas e, por vezes, até contraditórias. Algumas mulheres utilizaram a pornografia como ferramenta para lidar com sentimentos negativos, com o aborrecimento, para se entreterem ou ocuparem o tempo e, ainda, como alternativa face à ausência de opções. Outras, viram-na como algo dispensável, na medida em que consideraram ter alternativas mais adequadas ou porque, simplesmente, não tiveram desejo de assistir a pornografia. Ainda, outro grupo de mulheres, reportou não ter espaço para a pornografia, espaço esse que poderia ser interno, na medida em que a presença de sentimentos negativos ou outras preocupações não deixaram espaço para a visualização de pornografia, ou externo, devido aos constrangimentos do dia-a-dia como a presença de outros em casa ou a carga de trabalhos. Posto isto, e apesar da elaboração e identificação de temas, relembramos que os mesmos não são estanques e observou-se, por vezes, sobreposições de temas, onde a mesma mulher experienciou a pornografia de formas diversas.

Em jeito de conclusão, consideramos que, apesar de não se observar um aumento significativo ao nível da FVP durante o DS, a pornografia está a ser utilizada por diversos motivos e para diversas funções, destacando-se a função de *coping* que observámos nas

respostas das participantes. Ainda, apesar algumas das motivações para a visualização de pornografia (e.g. escapar a sentimentos negativos ou evitamento do aborrecimento) estarem associadas, na literatura, a uma UPP (Bóthe et al., 2020a, 2020c; Levin et al., 2019; Schenk, 2009; Wéry & Billieux, 2016), o presente trabalho não teve a pretensão de atribuir um carácter problemático à visualização de pornografia das participantes ou de tecer considerações sobre o desenvolvimento do mesmo, ou seja, sobre a evolução que este consumo terá.

## Referências

- Afonso, P. (2020). O Impacto da Pandemia COVID-19 na Saúde Mental. *Acta Médica Portuguesa*, 33(5), 356. <https://doi.org/10.20344/amp.13877>
- Alves, C. D. B., & Cavaliheri, K. E. (2020). Self-perceived Problematic Pornography Use: An Integrative Model from a Research Domain Criteria and Ecological Perspective. *Sexuality and Culture*, 24(5), 1619–1640. <https://doi.org/10.1007/s12119-019-09680-w>
- Ashton, S., McDonald, K., & Kirkman, M. (2018). Women’s Experiences of Pornography: A Systematic Review of Research Using Qualitative Methods. *Journal of Sex Research*, 55(3), 334–347. <https://doi.org/10.1080/00224499.2017.1364337>
- Ashton, S., McDonald, K., & Kirkman, M. (2019a). What does ‘pornography’ mean in the digital age? Revisiting a definition for social science researchers. *Porn Studies*, 6(2), 144–168. <https://doi.org/10.1080/23268743.2018.1544096>
- Ashton, S., McDonald, K., & Kirkman, M. (2019b). Pornography and women’s sexual pleasure: Accounts from young women in Australia. *Feminism & Psychology*, 29(3), 409–432. <https://doi.org/10.1177/0959353519833410>
- Attwood, F. (2002). Reading Porn: The Paradigm Shift in Pornography Research. *Sexualities*, 5(1), 91–105. <https://doi.org/10.1177/1363460702005001005>
- Attwood, F. (2005). What do people do with porn? Qualitative research into the consumption, use, and experience of pornography and other sexually explicit media. *Sexuality and Culture*, 9(2), 65–86. <https://doi.org/10.1007/s12119-005-1008-7>
- Attwood, F., Smith, C., & Barker, M. (2018). ‘I’m just curious and still exploring myself’: Young people and pornography. *New Media and Society*, 20(10), 3738–3759. <https://doi.org/10.1177/1461444818759271>
- Attwood, F., Smith, C., & Barker, M. (2019). Engaging with pornography: an examination of women aged 18–26 as porn consumers. *Feminist Media Studies*, 00(00), 1–16. <https://doi.org/10.1080/14680777.2019.1681490>

- Baranowski, A. M., Vogl, R., & Stark, R. (2019). Prevalence and Determinants of Problematic Online Pornography Use in a Sample of German Women. *Journal of Sexual Medicine*, 16(8), 1274–1282. <https://doi.org/10.1016/j.jsxm.2019.05.010>
- Benjamin, O., & Tlusten, D. (2010). Intimacy and/or degradation: Heterosexual images of togetherness and women's embracement of pornography. *Sexualities*, 13(5), 599–623. <https://doi.org/10.1177/1363460710376492>
- Binnie, J., & Reavey, P. (2019a). Development and implications of pornography use: a narrative review. *Sexual and Relationship Therapy*, 35(2), 178–194. <https://doi.org/10.1080/14681994.2019.1635250>
- Binnie, J., & Reavey, P. (2019b). Problematic pornography use: narrative review and a preliminary model. *Sexual and Relationship Therapy*, 35(2), 137–161. <https://doi.org/10.1080/14681994.2019.1694142>
- Black, P. (2014). Pornography. In H. Copes & C. Forsyth (Eds.), *Encyclopedia of Social Deviance* (pp. 532–535). Sage.
- Bois, S. C. (2002). University Students's uses of and reactions to online sexual information and entertainment: links to online and offline sexual behaviour. *The Canadian Journal of Human Sexuality*, 11(2), 77–90.
- Bóthe, B., Tóth-Király, I., Zsila, Á., Griffiths, M. D., Demetrovics, Z., & Orosz, G. (2017). The Development of the Problematic Pornography Consumption Scale (PPCS). *The Journal of Sex Research*, 55(3), 395–406. <https://doi.org/10.1080/00224499.2017.1291798>
- Bóthe, B., Tóth-Király, I., Bella, N., Potenza, M. N., Demetrovics, Z., & Orosz, G. (2020a). Why Do People Watch Pornography? The Motivational Basis of Pornography Use. *Psychology of Addictive Behaviors*. <https://doi.org/10.1037/adb0000603>
- Bóthe, B., Tóth-Király, I., Potenza, M. N., Orosz, G., & Demetrovics, Z. (2020b). High-Frequency Pornography Use May Not Always Be Problematic. *Journal of Sexual Medicine*, 17(4), 793–811. <https://doi.org/10.1016/j.jsxm.2020.01.007>

- Bóthe, B., Tóth-Király, I., Griffiths, M. D., Potenza, M. N., Orosz, G., & Demetrovics, Z. (2020c). Are sexual functioning problems associated with frequent pornography use and/or problematic pornography use? Results from a large community survey including males and females. *Addictive Behaviors*, *112* (August 2020c). <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2020.106603>
- Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, *3*(2), 77–101. <https://doi.org/10.1191/1478088706qp063oa>
- Brodeur, A., Clark, A. E., Fleche, S., & Powdthavee, N. (2020). Assessing the impact of the coronavirus lockdown on unhappiness, loneliness, and boredom using Google Trends. *arXiv preprint arXiv:2004.12129*.
- Byrne, D., & Kelley, K. (1984). Introduction: Pornography and Sex Research. In N. M. Malamuth & E. Donnerstein (Eds), *Pornography and Sexual Agression* (1-15). Orlando: Academic Press.
- Cao, W., Fang, Z., Hou, G., Han, M., Xu, X., Dong, J., & Zheng, J. (2020). The psychological impact of the COVID-19 epidemic on college students in China. *Psychiatry Research*, *287*, 112934. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2020.112934>
- Chen, A. S., Leung, M., Chen, C. H., & Yang, S. C. (2013). Exposure to internet pornography among Taiwanese adolescents. *Social Behavior and Personality*, *41*(1), 157–164. <https://doi.org/10.2224/sbp.2013.41.1.157>
- Chesser, S., Parry, D., & Penny Light, T. (2018). Nurturing the erotic self: Benefits of women consuming sexually explicit materials. *Sexualities*, *22*(7–8), 1234–1252. <https://doi.org/10.1177/1363460718791898>
- Chéu, C. L. (2020, 5 de Agosto). Pornografia – o que procuram as mulheres? *Comunidade Cultura e Arte*. <https://www.comunidadeculturaearte.com/pornografia-o-que-procuram-as-mulheres/>
- Ciclitira, K. (2004). Pornography, Women and Feminism: Between Pleasure and Politics. *Sexualities*, *7*(3), 281–301. <https://doi.org/10.1177/1363460704040143>

- D'Abreu, L. C. F., & Krahe, B. (2014). Predicting sexual aggression in male college students in Brazil. *Psychology of Men and Masculinity*, 15(2), 152–162. <https://doi.org/10.1037/a0032789>
- Daileader, C. R. (1997) The uses of ambivalence: Pornography and female heterosexual identity, *Women's Studies*, 26(1), 73-88. <https://doi.org/10.1080/00497878.1997.9979151>
- D'Amato, A. (2006). Porn up, rape down. Northwestern Public Law Research Paper No. 913013.
- Daskalopoulou, A., & Zanette, M. C. (2020). Women's Consumption of Pornography: Pleasure, Contestation, and Empowerment. *Sociology*. <https://doi.org/10.1177/0038038520918847>
- Davis, A. C., Temple-Smith, M. J., Carrotte, E., Hellard, M. E., & Lim, M. S. C. (2020). A descriptive analysis of young women's pornography use: A tale of exploration and harm. *Sexual Health*, 17(1), 69–76. <https://doi.org/10.1071/SH19131>
- Dawson, K., Nic Gabhainn, S., & MacNeela, P. (2020). Toward a Model of Porn Literacy: Core Concepts, Rationales, and Approaches. *Journal of Sex Research*, 57(1), 1–15. <https://doi.org/10.1080/00224499.2018.1556238>
- Decreto do Presidente da República n.º 14-A/2020 de 18 de Março* (2020). Diário da República, 1ª série, nº 55. Acedido a 18 de Outubro 2020. Disponível em <https://dre.pt/home/-/dre/130399862/details/maximized>
- Diamond, M. (2009). Pornography, public acceptance and sex related crime: A review. *International Journal of Law and Psychiatry*, 32(5), 304–314. <https://doi.org/10.1016/j.ijlp.2009.06.004>
- Droit-Volet, S., Gil, S., Martinelli, N., Andant, N., Clinchamps, M., Parreira, L., ... Dutheil, F. (2020). Time and Covid-19 stress in the lockdown situation: Time free, «Dying» of boredom and sadness. *PLoS ONE*, 15(8 August), 1–16. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0236465>

- Durães, M. (2020, 5 de Abril). De portas fechadas, Portugal abriu a janela do Pornhub: Visitas sobem 36,5%. *Público*. <https://www.publico.pt/2020/04/05/p3/noticia/portas-fechadas-portugal-abriu-janela-pornhub-visitadas-sobem-365-1908800>
- Dworkin, A., & MacKinnon, C. A. (1989). *Pornography and civil rights: A new day for women's equality* (2<sup>a</sup> ed.). Minnesota: Organizing Against Pornography.
- Fritz, N., & Paul, B. (2017). From Orgasms to Spanking: A Content Analysis of the Agentic and Objectifying Sexual Scripts in Feminist, for Women, and Mainstream Pornography. *Sex Roles*, 77(9–10), 639–652. <https://doi.org/10.1007/s11199-017-0759-6>
- 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>
- Goldenberg, J. L., McCoy, S. K., Pyszczynski, T., Greenberg, J., & Solomon, S. (2000). The body as a source of self-esteem: The effect of mortality salience on identification with one's body, interest in sex, and appearance monitoring. *Journal of Personality and Social Psychology*, 79(1), 118–130. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.79.1.118>
- 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>
- Grubbs, J. B. (2020, 8 de Abril). Porn use is up, thanks to the pandemic. *The Conversation*. <https://theconversation.com/porn-use-is-up-thanks-to-the-pandemic-134972>
- Hald, G. M. (2006). Gender differences in pornography consumption among young heterosexual danish adults. *Archives of Sexual Behavior*, 35(5), 577–585. <https://doi.org/10.1007/s10508-006-9064-0>
- Hald, G. M., & Malamuth, N. M. (2008). Self-perceived effects of pornography consumption. *Archives of Sexual Behavior*, 37(4), 614–625. <https://doi.org/10.1007/s10508-007-9212-1>

- Hald, G. M., Malamuth, N. N., & Lange, T. (2013). Pornography and Sexist Attitudes Among Heterosexuals. *Journal of Communication*, 63(4), 638–660. <https://doi.org/10.1111/jcom.12037>
- Hald, G. M., & Malamuth, N. N. (2014). Experimental Effects of Exposure to Pornography: The Moderating Effect of Personality and Mediating Effect of Sexual Arousal. *Archives of Sexual Behavior*, 44(1), 99–109. <https://doi.org/10.1007/s10508-014-0291-5>
- Hald, G. M., Seaman, C., & Linz, D. (2014). Sexuality and pornography. *APA Handbook of Sexuality and Psychology, Vol. 2: Contextual Approaches.*, 2, 3–35. <https://doi.org/10.1037/14194-001>
- Hägström-Nordin, E., Sandberg, J., Hanson, U., & Tydén, T. (2006). “It’s everywhere!” Young Swedish people’s thoughts and reflections about pornography. *Scandinavian Journal of Caring Sciences*, 20(4), 386–393. <https://doi.org/10.1111/j.1471-6712.2006.00417.x>
- Hare, K., Gahagan, J., Jackson, L., & Steenbeek, A. (2014). Perspectives on Pornography: Exploring sexually explicit Internet movies’ influences on Canadian young adults’ holistic sexual health. *Canadian Journal of Human Sexuality*, 23(3), 148–158. <https://doi.org/10.3138/cjhs.2732>
- Huntley, R. (1998). Slippery when wet: The shifting boundaries of the pornographic (a class analysis). *Continuum*, 12(1), 69–81. <https://doi.org/10.1080/10304319809365753>
- Jacob, L., Smith, L., Butler, L., Barnett, Y., Grabovac, I., McDermott, D., ... Tully, M. A. (2020). Challenges in the Practice of Sexual Medicine in the Time of COVID-19 in the United Kingdom. *Journal of Sexual Medicine*, 17(7), 1229–1236. <https://doi.org/10.1016/j.jsxm.2020.05.001>
- Jacobellis v. Ohio, U. S. (1964). 378 U.S. 184.
- Kenrick, D. T., Gutierrez, S. E., & Goldberg, L. L. (1989). Influence of popular erotica on judgments of strangers and mates. *Journal of Experimental Social Psychology*, 25(2), 159–167. [https://doi.org/10.1016/0022-1031\(89\)90010-3](https://doi.org/10.1016/0022-1031(89)90010-3)

- 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>
- Király, O., Potenza, M. N., Stein, D. J., King, D. L., Hodgins, D. C., Saunders, J. B., ... Demetrovics, Z. (2020). Preventing problematic internet use during the COVID-19 pandemic : Consensus guidance. *100*, 1–4. <https://doi.org/10.1016/j.comppsy.2020.152180>
- Kohut, T., Baer, J. L., & Watts, B. (2016). Is Pornography Really about “Making Hate to Women”? Pornography Users Hold More Gender Egalitarian Attitudes Than Nonusers in a Representative American Sample. *Journal of Sex Research*, *53*(1), 1–11. <https://doi.org/10.1080/00224499.2015.1023427>
- Kor, A., Zilcha-Mano, S., Fogel, Y. A., Mikulincer, M., Reid, R. C., & Potenza, M. N. (2014). Psychometric development of the Problematic Pornography Use Scale. *Addictive Behaviors*, *39*(5), 861–868. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2014.01.027>
- Kvalem, I. L., Træen, B., Lewin, B., & Štulhofer, A. (2014). Self-perceived effects of internet pornography use, Genital appearance satisfaction, And sexual self-esteem among young scandinavian adults. *Cyberpsychology*, *8*(4). <https://doi.org/10.5817/CP2014-4-4>
- Lehmiller, J. J. (2020, 23 de Março). How the pandemic is changing pornography: COVID-19 is affecting porn production and porn searches on popular sites. *Psychology Today*. <https://www.psychologytoday.com/intl/blog/the-myths-sex/202003/how-the-pandemic-is-changing-pornography>
- Lehmiller, J. J., Garcia, J. R., Gesselman, A. N., & Mark, K. P. (2020). Less Sex, but More Sexual Diversity: Changes in Sexual Behavior during the COVID-19 Coronavirus Pandemic. *Leisure Sciences*, *0*(0), 1–10. <https://doi.org/10.1080/01490400.2020.1774016>
- Levin, M. E., Lee, E. B., & Twohig, M. P. (2019). The Role of Experiential Avoidance in Problematic Pornography Viewing. *Psychological Record*, *69*(1), 1–12. <https://doi.org/10.1007/s40732-018-0302-3>

- Lewczuk, K., Szmyd, J., Skorko, M., & Gola, M. (2017). Treatment seeking for problematic pornography use among women. *Journal of Behavioral Addictions*, 6(4), 445–456. <https://doi.org/10.1556/2006.6.2017.063>
- Li, G., Tang, D., Song, B., Wang, C., Qunshan, S., Xu, C., ... Cao, Y. (2020). Impact of the COVID-19 pandemic on partner relationships and sexual and reproductive health: Cross-sectional, online survey study. *Journal of Medical Internet Research*, 22(8), 1–7. <https://doi.org/10.2196/20961>
- Li, S., Wang, Y., Xue, J., Zhao, N., & Zhu, T. (2020). The impact of covid-19 epidemic declaration on psychological consequences: A study on active weibo users. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(6). <https://doi.org/10.3390/ijerph17062032>
- Liu, N., Zhang, F., Wei, C., Jia, Y., Shang, Z., Sun, L., ... Liu, W. (2020). Prevalence and predictors of PTSS during COVID-19 outbreak in China hardest-hit areas: Gender differences matter. *Psychiatry Research*, 287(March), 112921. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2020.112921>
- Löfgren-Mårtenson, L., & Månsson, S. A. (2010). Lust, love, and life: A qualitative study of swedish adolescents' perceptions and experiences with pornography. *Journal of Sex Research*, 47(6), 568–579. <https://doi.org/10.1080/00224490903151374>
- Maddox, A. M., Rhoades, G. K., & Markman, H. J. (2011). Viewing sexually-explicit materials alone or together: Associations with relationship quality. *Archives of Sexual Behavior*, 40(2), 441–448. <https://doi.org/10.1007/s10508-009-9585-4>
- Malamuth, N. M. (1999). Pornography. In J. Kurtz, L. R., & Turpin (Ed.), *Encyclopedia of Violence, Peace, and Conflict, Volume 3* (Academic Press, pp. 77–89).
- Marôco, J. (2018). *Análise estatística com o SPSS statistics* (7ª ed.). ReportNumber, Lda.
- Mattebo, M., Larsson, M., Tydén, T., Olsson, T., & Hggström-Nordin, E. (2012). Hercules and Barbie? reflections on the influence of pornography and its spread in the media and society in groups of adolescents in Sweden. *European Journal of Contraception and Reproductive Health Care*, 17(1), 40–49. <https://doi.org/10.3109/13625187.2011.617853>

- McElroy, W. (1990). A Feminist Defense of Pornography. *Free Inquiry*, 17(4), 1–5.
- McKee, A. (2007). The relationship between attitudes towards women, consumption of pornography, and other demographic variables in a survey of 1,023 consumers of pornography. *International Journal of Sexual Health*, 19(1), 31–45. [https://doi.org/10.1300/J514v19n01\\_05](https://doi.org/10.1300/J514v19n01_05)
- Mellor, E., & Duff, S. (2019). The use of pornography and the relationship between pornography exposure and sexual offending in males: A systematic review. *Aggression and Violent Behavior*, 46 (February), 116–126. <https://doi.org/10.1016/j.avb.2019.02.003>
- Mestre-Bach, G., Blycker, G. R., & Potenza, M. N. (2020). Pornography use in the setting of the COVID-19 pandemic. *Journal of Behavioral Addictions*, 9(2), 181–183. <https://doi.org/10.1556/2006.2020.00015>
- Miller, D. J., Kidd, G., Raggatt, P. T. F., McBain, K. A., & Li, W. (2020). Pornography use and sexism among heterosexual men. *Communication Research Reports*, 37(3), 110–121. <https://doi.org/10.1080/08824096.2020.1777396>
- Pfefferbaum, B., & North, C. S. (2020). Mental Health and the Covid-19 Pandemic. *New England Journal of Medicine*, 383(6), 510–512. <https://doi.org/10.1056/NEJMp2008017>
- Pinto, P., Nogueira, M. D. C., & Oliveira, J. M. D. (2010). Debates feministas sobre pornografia heteronormativa: estéticas e ideologias da sexualização. *Psicologia: reflexão e crítica*, 23(2), 374-383.
- Pornhub Insights (2015, 7 de Janeiro). *2014 Year in review*. <https://www.pornhub.com/insights/2014-year-in-review>
- Pornhub Insights (2019, 11 de Dezembro). *The 2019 year in review*. <https://www.pornhub.com/insights/2019-year-in-review>
- Pornhub Insights (2020a, 23 de Março). *Coronavirus insights*. <https://www.pornhub.com/insights/corona-virus>
- Pornhub Insights (2020b, 26 de Maio). *Coronavirus update- May 26*. <https://www.pornhub.com/insights/coronavirus-update-may-26>

- Pornhub Insights (2020c, 18 de Junho). *Corona Virus Update- June 18*.  
<https://www.pornhub.com/insights/coronavirus-update-june-18>
- Qiu, J., Shen, B., Zhao, M., Wang, Z., Xie, B., & Xu, Y. (2020). A nationwide survey of psychological distress among Chinese people in the COVID-19 epidemic: Implications and policy recommendations. *General Psychiatry*, 33(2), 19–21.  
<https://doi.org/10.1136/gpsych-2020-100213>
- Queen, C. (2002). Anti-Pornography Feminists Harm the Women’s Movement. In H. Colthran (Ed), *Pornography: Opposing Viewpoints* (pp.152-163). California: Greenhaven Press.
- Ramlagun, P. (2012). “Don’t call me weird, but I normally watch porn” - Girls, sexuality and porn. *Agenda*, 26(3), 31–37. <https://doi.org/10.1080/10130950.2012.716652>
- Rea, M. C. (2001). What is pornography?. *Noûs*, 35(1), 118-145.
- Reid, R. C., Li, D. S., Gilliland, R., Stein, J. A., & Fong, T. (2011). Reliability, validity, and psychometric development of the pornography consumption inventory in a sample of hypersexual men. *Journal of Sex and Marital Therapy*, 37(5), 359–385.  
<https://doi.org/10.1080/0092623X.2011.607047>
- Rogala, C., & Tydén, T. (2003). Does pornography influence young women’s sexual behavior? *Women’s Health Issues*, 13(1), 39–43. [https://doi.org/10.1016/S1049-3867\(02\)00174-3](https://doi.org/10.1016/S1049-3867(02)00174-3)
- Rothman, E. F., Kaczmarzky, C., Burke, N., Jansen, E., & Baughman, A. (2015). “without Porn. i Wouldn’t Know Half the Things i Know Now”: A Qualitative Study of Pornography Use among a Sample of Urban, Low-Income, Black and Hispanic Youth. *Journal of Sex Research*, 52(7), 736–746. <https://doi.org/10.1080/00224499.2014.960908>
- Schauer, T. (2005). Women’s porno: The heterosexual female gaze in porn sites “for women.” *Sexuality and Culture*, 9(2), 42–64. <https://doi.org/10.1007/s12119-005-1007-8>
- Schenk, C. B., Widmer, M. A., Lundberg, N. R., Burraston, B. O., & Carroll, J. S. (2009). *Pornography as a Leisure Behavior: An Investigation of Pornography Use and Leisure Boredom*.

- Schiavi, M. C., Spina, V., Zullo, M. A., Colagiovanni, V., Luffarelli, P., Rago, R., & Palazzetti, P. (2020). Love in the Time of COVID-19: Sexual Function and Quality of Life Analysis During the Social Distancing Measures in a Group of Italian Reproductive-Age Women. *Journal of Sexual Medicine*, 17(8), 1407–1413. <https://doi.org/10.1016/j.jsxm.2020.06.006>
- Segal, L. (2002). Feminists Should Not Oppose Pornography. In H. Colthran (Ed), *Pornography: Opposing Viewpoints* (pp.145-152). California: Greenhaven Press.
- Shaw, S. M. (1999). Men's leisure and women's lives: The impact of pornography on women. *Leisure Studies*, 18(3), 197–212. <https://doi.org/10.1080/026143699374925>
- Smith, M. (2013). Youth viewing sexually explicit material online: Addressing the elephant on the screen. *Sexuality Research and Social Policy*, 10(1), 62–75. <https://doi.org/10.1007/s13178-012-0103-4>
- Sniewski, L., Farvid, P., & Carter, P. (2018). The assessment and treatment of adult heterosexual men with self-perceived problematic pornography use: A review. *Addictive Behaviors*, 77, 217–224. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2017.10.010>
- SNS24 (2020, 16 Outubro). *Temas da Saúde: COVID-19*. Retirado a 17 de Outubro 2020 de <https://www.sns24.gov.pt/tema/doencas-infecciosas/covid-19/#sec-0>
- Stoltenberg, J. (2002). Feminists Sould Oppose Pornography. In H. Colthran (Ed), *Pornography: Opposing Viewpoints* (pp.138-144). California: Greenhaven Press.
- Tydén, T., Olsson, S. E., & Häggström-Nordin, E. (2001). Improved use of contraceptives, attitudes toward pornography, and sexual harassment among female university students. *Women's Health Issues*, 11(2), 87–94. [https://doi.org/10.1016/S1049-3867\(00\)00096-7](https://doi.org/10.1016/S1049-3867(00)00096-7)
- Tydén, T., & Rogala, C. (2004). Sexual behaviour among young men in Sweden and the impact of pornography. *International Journal of STD and AIDS*, 15(9), 590–593. <https://doi.org/10.1258/0956462041724299>
- 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(2), 104–117. <https://doi.org/10.1002/ab.20172>

- Wang, C., Pan, R., Wan, X., Tan, Y., Xu, L., Ho, C. S., & Ho, R. C. (2020). Immediate Psychological Responses and Associated Factors during the Initial Stage of the 2019 Coronavirus Disease (COVID-19) Epidemic among the General Population in China. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(5), 1729. <https://doi.org/10.3390/ijerph17051729>
- Ware, J. E. (2000). SF-36 Health Survey update. *Spine*, 25(24), 3130–3139. <https://doi.org/10.1097/00007632-200012150-00008>
- Weber, M., Aufenanger, S., Dreier, M., Quiring, O., Reinecke, L., Wölfling, K., ... Beutel, M. E. (2018). Gender Differences in Escapist Uses of Sexually Explicit Internet Material: Results from a German Probability Sample. *Sexuality and Culture*, 22(4), 1171–1188. <https://doi.org/10.1007/s12119-018-9518-2>
- Weinstein, N. (1989). Optimistic biases about personal risks. *Science*, 246(4935), 1232–1233. <https://doi.org/10.1126/science.2686031>
- Wéry, A., & Billieux, J. (2016). Online sexual activities: An exploratory study of problematic and non-problematic usage patterns in a sample of men. *Computers in Human Behavior*, 56, 257–266. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2015.11.046>
- Wright, P. J., Tokunaga, R. S., & Kraus, A. (2016). A Meta-Analysis of Pornography Consumption and Actual Acts of Sexual Aggression in General Population Studies. *Journal of Communication*, 66(1), 183–205. <https://doi.org/10.1111/jcom.12201>
- 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>
- Yoder, V. C., Virden, T. B., & Amin, K. (2005). Internet pornography and loneliness: Na association? *Sexual Addiction and Compulsivity*, 12(1), 19–44. <https://doi.org/10.1080/10720160590933653>
- Zattoni, F., Gül, M., Soligo, M., Morlacco, A., Motterle, G., Collavino, J., ... Moro, F. D. (2020). The impact of COVID-19 pandemic on pornography habits: a global analysis of Google Trends. *International Journal of Impotence Research*. <https://doi.org/10.1038/s41443-020-00380-w>

Zhang, Y., & Ma, Z. F. (2020). Impact of the COVID-19 Pandemic on Mental Health and Quality of Life among Local Residents in Liaoning Province, China: A Cross-Sectional Study. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(7), 2381. <https://doi.org/10.3390/ijerph17072381>

Zhang, S. X., Wang, Y., Rauch, A., & Wei, F. (2020). Unprecedented disruption of lives and work: Health, distress and life satisfaction of working adults in China one month into the COVID-19 outbreak. *Psychiatry Research*, 288(April), 112958. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2020.112958>

## Anexos

### Anexo A- Teste de Wilcoxon para amostras emparelhadas (FVP antes e durante o DS)

#### Wilcoxon

#### Ranks

		N	Mean Rank	Sum of Ranks
FVP durante o DS - FVP antes do DS	Negative Ranks	31 <sup>a</sup>	23.03	714.00
	Positive Ranks	17 <sup>b</sup>	27.18	462.00
	Ties	48 <sup>c</sup>		
	Total	96		

- a. FVP durante o DS < FVP antes do DS
- b. FVP durante o DS > FVP antes do DS
- c. FVP durante o DS = FVP antes do DS

#### Test Statistics<sup>a</sup>

		FVP durante o DS - FVP antes do DS
Z		-1.353 <sup>b</sup>
Asymp. Sig. (2-tailed)		.176

- a. Wilcoxon Signed Ranks Test
- b. Based on positive ranks.

**Anexo B- Teste de Mann-Whitney para diferenças entre grupos (Sentimentos e Visualização de pornografia)**

**Mann-Whitney**

**Ranks**

	Solidão	N	Mean Rank	Sum of Ranks
Impacto do distanciamento social na visualização de pornografia	Não se sentiu mais sozinha	71	75.83	5384.00
	Sentiu-se mais sozinha	98	91.64	8981.00
	Total	169		

**Test Statistics<sup>a</sup>**

Impacto do distanciamento social na visualização de pornografia

Mann-Whitney U	2828.000
Wilcoxon W	5384.000
Z	-2.304
Asymp. Sig. (2-tailed)	.021

a. Grouping Variable: Solidão (variável dicotômica)

**Ranks**

	Aborrecimento	N	Mean Rank	Sum of Ranks
Impacto do distanciamento social na visualização de pornografia	Não se sentiu mais aborrecida	51	72.34	3689.50
	Sentiu-se mais aborrecida	118	90.47	10675.50
	Total	169		

### Test Statistics<sup>a</sup>

Impacto do distanciamento social na visualização de pornografia

Mann-Whitney U	2363.500
Wilcoxon W	3689.500
Z	-2.456
Asymp. Sig. (2-tailed)	.014

a. Grouping Variable: Aborrecimento (variável dicotômica)

### Ranks

		Ansiedade	N	Mean Rank	Sum of Ranks
Impacto do distanciamento social na visualização de pornografia	Não se sentiu mais ansiosa		46	74.62	3432.50
	Sentiu-se mais ansiosa		123	88.88	10932.50
	Total		169		

### Test Statistics<sup>a</sup>

Impacto do distanciamento social na visualização de pornografia

Mann-Whitney U	2351.500
Wilcoxon W	3432.500
Z	-1.874
Asymp. Sig. (2-tailed)	.061

a. Grouping Variable: Ansiedade (variável dicotômica)

**Anexo C- Teste de Wilcoxon para amostras emparelhadas (Sentimentos e visualização de pornografia)**

		<b>Ranks</b>		
Solidão		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Não se sentiu mais sozinha	FVP durante o DS - FVP antes do DS	15 <sup>a</sup>	11.23	168.50
		7 <sup>b</sup>	12.07	84.50
		19 <sup>c</sup>		
		41		
Sentiu-se mais sozinha	FVP durante o DS - FVP antes do DS	16 <sup>a</sup>	12.28	196.50
		10 <sup>b</sup>	15.45	154.50
		29 <sup>c</sup>		
		55		

a. FVP durante o DS < FVP antes do DS

b. FVP durante o DS > FVP antes do DS

c. FVP durante o DS = FVP antes do DS

**Test Statistics<sup>a</sup>**

Solidão		FVP durante o DS - FVP antes do DS
Não se sentiu mais sozinha	Z	-1.444 <sup>b</sup>
	Asymp. Sig. (2-tailed)	.149
Sentiu-se mais sozinha	Z	-.553 <sup>b</sup>
	Asymp. Sig. (2-tailed)	.580

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on positive ranks.

		<b>Ranks</b>		
Aborrecimento		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Não se sentiu mais aborrecida	FVP durante o DS < FVP antes do DS	10 <sup>a</sup>	7.80	78.00
	FVP durante o DS > FVP antes do DS	5 <sup>b</sup>	8.40	42.00
	FVP durante o DS = FVP antes do DS	13 <sup>c</sup>		
	Total	28		
Sentiu-se mais aborrecida	FVP durante o DS < FVP antes do DS	21 <sup>a</sup>	15.71	330.00
	FVP durante o DS > FVP antes do DS	12 <sup>b</sup>	19.25	231.00
	FVP durante o DS = FVP antes do DS	35 <sup>c</sup>		
	Total	68		

a. FVP durante o DS < FVP antes do DS

b. FVP durante o DS > FVP antes do DS

c. FVP durante o DS = FVP antes do DS

#### Test Statistics<sup>a</sup>

FVP durante o DS -  
FVP antes do DS

Aborrecimento		
Não se sentiu mais aborrecida	Z	-1.107 <sup>b</sup>
	Asymp. Sig. (2-tailed)	.268
Sentiu-se mais aborrecida	Z	-.915 <sup>b</sup>
	Asymp. Sig. (2-tailed)	.360

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on positive ranks.

### Ranks

Ansiedade		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Não se sentiu mais ansiosa	FVP durante o DS < FVP antes do DS - Negative Ranks	7 <sup>a</sup>	6.00	42.00
	Positive Ranks	6 <sup>b</sup>	8.17	49.00
	Ties	15 <sup>c</sup>		
	Total	28		
Sentiu-se mais ansiosa	FVP durante o DS > FVP antes do DS - Negative Ranks	24 <sup>a</sup>	17.13	411.00
	Positive Ranks	11 <sup>b</sup>	19.91	219.00
	Ties	33 <sup>c</sup>		
	Total	68		

a. FVP durante o DS < FVP antes do DS

b. FVP durante o DS > FVP antes do DS

c. FVP durante o DS = FVP antes do DS

### Test Statistics<sup>a</sup>

FVP durante o DS -  
FVP antes do DS

Ansiedade		
Não se sentiu mais ansiosa	Z	-.263 <sup>b</sup>
	Asymp. Sig. (2-tailed)	.793
Sentiu-se mais ansiosa	Z	-1.631 <sup>c</sup>
	Asymp. Sig. (2-tailed)	.103

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on negative ranks.

c. Based on positive ranks.

**Anexo D- Kruskal-Wallis para amostras independentes (Hábitos sexuais e visualização de pornografia)**

**Kruskal-Wallis**

		Ranks			
		Frequência de Relações Sexuais (RS)		N	Mean Rank
Impacto do DS na visualização de pornografia	Tiveram RS com menos frequência			100	89.78
	Tiveram RS com a mesma frequência			52	70.58
	Tiveram RS com mais frequência			17	101.03
	Total			169	

**Test Statistics<sup>a,b</sup>**

		Impacto do distanciamento social na visualização de pornografia
Kruskal-Wallis H		9.006
df		2
Asymp. Sig.		.011

a. Kruskal Wallis Test

b. Grouping Variable: Frequência de Relações Sexuais

**Pairwise Comparisons of Frequência de Relações Sexuais**

Sample 1-Sample 2	Test Statistic	Std. Error	Std. Test Statistic	Sig.	Adj. Sig. <sup>a</sup>
Tiveram RS a mesma frequência - Tiveram RS com menos frequência	19.198	7.529	2.550	.011	.032

Tiveram RS a mesma frequência - Tiveram RS com mais frequência	-30.452	12.303	-2.475	.013	.040
Tiveram RS com menos frequência - Tiveram RS com mais frequência	-11.254	11.553	-.974	.330	.990

Each row tests the null hypothesis that the Sample 1 and Sample 2 distributions are the same.

Asymptotic significances (2-sided tests) are displayed. The significance level is .05.

a. Significance values have been adjusted by the Bonferroni correction for multiple tests.

**Anexo E- Wilcoxon para amostras emparelhadas (Hábitos sexuais e visualização de pornografia)**

**Wilcoxon**

**Ranks**

Frequência Relações Sexuais (RS) durante o DS	N	Mean Rank	Sum of Ranks	
Tiveram RS com FVP durante o DS - menos frequência FVP antes do DS	Negative Ranks	22 <sup>a</sup>	15.55	342.00
	Positive Ranks	11 <sup>b</sup>	19.91	219.00
	Ties	29 <sup>c</sup>		
	Total	62		
Tiveram RS com a FVP durante o DS - mesma frequência FVP antes do DS	Negative Ranks	5 <sup>a</sup>	5.40	27.00
	Positive Ranks	4 <sup>b</sup>	4.50	18.00
	Ties	15 <sup>c</sup>		
	Total	24		
Tiveram RS com FVP durante o DS - mais frequência FVP antes do DS	Negative Ranks	4 <sup>a</sup>	3.75	15.00
	Positive Ranks	2 <sup>b</sup>	3.00	6.00
	Ties	4 <sup>c</sup>		
	Total	10		

a. FVP durante o DS < FVP antes do DS

b. FVP durante o DS > FVP antes do DS

c. FVP durante o DS = FVP antes do DS

### Test Statistics<sup>a</sup>

FVP durante o DS -  
FVP antes do DS

#### Frequência Relações Sexuais (RS) durante o DS

Tiveram RS com menos frequência	Z	-1.154 <sup>b</sup>
	Asymp. Sig. (2-tailed)	.249
Tiveram RS com a mesma frequência	Z	-.551 <sup>b</sup>
	Asymp. Sig. (2-tailed)	.582
Tiveram RS com mais frequência	Z	-1.000 <sup>b</sup>
	Asymp. Sig. (2-tailed)	.317

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on positive ranks.

**Anexo F- Kruskal-Wallis para amostras independentes (Rotinas de trabalho e visualização de pornografia)**

**Kruskal-Wallis**

**Ranks**

Situação de Trabalho		N	Mean Rank
Impacto do distanciamento social na visualização de pornografia	Trabalha/estuda a partir de casa	125	89.03
	Tem obrigações de trabalho fora de casa	15	67.70
	Não trabalha/estuda	29	76.57
	Total	169	

**Test Statistics<sup>a,b</sup>**

Impacto do distanciamento social na visualização de pornografia

Kruskal-Wallis H	4.426
df	2
Asymp. Sig.	.109

a. Kruskal Wallis Test

b. Grouping Variable: Situação de Trabalho

**Anexo G- Wilcoxon para amostras Emparelhadas (Rotinas de trabalho e visualização de pornografia)**

**Wilcoxon**

**Ranks**

Situação de Trabalho		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Trabalha/estuda a partir de casa	a FVP durante o DS - Negative Ranks	23 <sup>a</sup>	18.13	417.00
	Positive Ranks	14 <sup>b</sup>	20.43	286.00
	Ties	36 <sup>c</sup>		
	Total	73		
Tem obrigações de trabalho fora de casa	FVP durante o DS - Negative Ranks	4 <sup>a</sup>	3.13	12.50
	Positive Ranks	1 <sup>b</sup>	2.50	2.50
	Ties	6 <sup>c</sup>		
	Total	11		
Não trabalha/estuda	FVP durante o DS - Negative Ranks	4 <sup>a</sup>	3.25	13.00
	Positive Ranks	2 <sup>b</sup>	4.00	8.00
	Ties	6 <sup>c</sup>		
	Total	12		

a. FVP durante o DS < FVP antes do DS

b. FVP durante o DS > FVP antes do DS

c. FVP durante o DS = FVP antes do DS

**Test Statistics<sup>a</sup>**

Situação de Trabalho		FVP durante o DS - FVP antes do DS
Trabalha/estuda a partir de casa	Z	-1.038 <sup>b</sup>
	Asymp. Sig. (2-tailed)	.299
Tem obrigações de trabalho fora de casa	Z	-1.414 <sup>b</sup>
	Asymp. Sig. (2-tailed)	.157
Não trabalha/estuda	Z	-.541 <sup>b</sup>
	Asymp. Sig. (2-tailed)	.589

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on positive ranks.

## **Anexo H- Consentimento Informado**

Durante o confinamento viu-se mais pornografia do que antes. Porque será que isto aconteceu? Algumas respostas serão óbvias, outras talvez menos. Ajude-nos a perceber melhor este fenómeno partilhando a sua experiência.

Este estudo é dirigido a mulheres com mais de 18 anos e demora cerca de 7 minutos. Todos os dados recolhidos são anónimos e apenas utilizados nesta investigação. A sua participação é voluntária, podendo a qualquer momento desistir do estudo.

Se decidir participar, irá falar da sua intimidade, por isso é importante que o faça num ambiente em que se sinta confortável.

Este trabalho é realizado por Francisca Morais e orientado pelo professor Csongor Juhos (cjuhos@ispa.pt), no âmbito de uma dissertação de mestrado em Psicologia Clínica no ISPA. Caso surja alguma dúvida, pode contactar-me através do email [fmouradocarmo@gmail.com](mailto:fmouradocarmo@gmail.com)

Ao prosseguir, estará a declarar que leu, compreendeu e concordou com as indicações acima referidas, e que aceita colaborar livre e voluntariamente nesta investigação.

- Aceito participar
- Não aceito participar

## Anexo I- Questionário

Nesta primeira parte irá encontrar algumas questões relativas aos seus dados demográficos.



### Género

Feminino

Masculino ou outro



### Nacionalidade

Idade

Localidade

Profissão



Estado Civil

Solteira

Casada

União de Facto

Divorciada

Viúva

## Orientação Sexual

Heterossexual

Homossexual

Bissexual

Outra



## Habilitações Literárias

Ensino Primário

Ensino Básico

Ensino Secundário

Licenciatura

Pós-graduação

Mestrado

Doutoramento

Pós- Doutoramento

Está numa relação de compromisso?

Não

Sim



Viu pornografia no último ano?

Nunca

Raramente

Às vezes

Muitas Vezes



Em seguida irá encontrar questões relativas ao período de distanciamento social que ocorreu devido à pandemia provocada pela Covid-19.

Há quanto tempo está em distanciamento social? Se já não está mas esteve, indique na sua resposta

Quem vive consigo durante o distanciamento social?

Vivo sozinha

Família Nuclear

Companheiro (a)

Amigos (as)

Outros

Tem filhos?

Não

Sim



Passou o distanciamento social com os seus filhos?

Não

Parte do tempo

Sim



Desde que começou o distanciamento social:

- Está a trabalhar/estudar a partir de casa
- Tanto se desloca para o local de trabalho/estudo como trabalha/estuda a partir de casa
- Desloca-se para o local de trabalho/estudo diariamente
- Não está a trabalhar/estudar

Exceptuando as pessoas com quem vive, entrou em contacto com alguém durante o distanciamento social? (Pode escolher mais do que uma opção)

- Ninguém
- Família
- Companheiro (a)
- Amigos (as)
- Outros

Manteve-se em contacto com amigos, família, etc. via videochamada ou telefone durante o distanciamento social?

Nunca

Raramente

Às vezes

Frequentemente

Diariamente



Durante o distanciamento social sentiu-se:

Muito mais sozinha

Mais sozinha

Igual

Menos sozinha

Muito menos sozinha

Durante o distanciamento social sentiu-se:

Muito mais aborrecida

Mais aborrecida

Igual

Menos aborrecida

Muito menos aborrecida

Durante o distanciamento social sentiu-se:

Muito mais inquieta e ansiosa

Mais inquieta e ansiosa

Igual

Menos inquieta e ansiosa

Muito menos inquieta e ansiosa



Em seguida irá encontrar questões relativas aos seus hábitos de visualização de pornografia, antes e durante o distanciamento social.

Importante: Responda a cada pergunta para ambas as secções (antes e durante o distanciamento social).

Nos casos em que se aplique, considere que "Antes do distanciamento social" se refere ao período de três meses antes do início do mesmo.

Com que frequência teve relações sexuais?

	Nunca	Raramente	Às vezes	Bastantes vezes	Muitas vezes
Antes do distanciamento social	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Durante o distanciamento social	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Quão satisfeita está com a sua vida sexual?

	Nada satisfeita	Pouco satisfeita	Moderadamente satisfeita	Bastante satisfeita	Muito satisfeita
Antes do distanciamento social	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Durante o distanciamento social	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>



## Com que frequência vê pornografia?

	Nunca	Raramente	Poucas vezes	Algumas vezes	Bastantes vezes	Muitas vezes
Antes do distanciamento social	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Durante o distanciamento social	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

## Quando acede a pornografia, fá-lo:

	Sozinha	Com um parceiro (a)	Com outras pessoas	Sozinha e com um parceiro	Sozinha e com outras pessoas	Com um parceiro e com outras pessoas	Todas as anteriores
Antes do distanciamento social	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Durante o distanciamento social	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

## Costuma masturbar-se quando acede a sites pornográficos?

	Nunca	Poucas vezes	Algumas vezes	Muitas vezes	Sempre
Antes do distanciamento social	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Durante o distanciamento social	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>



## Quais os motivos que a levam a ver pornografia? (Pode dar mais do que uma resposta)

Antes do distanciamento social



- Entretenimento
- Curiosidade
- Prazer (Masturbação)
- Aprendizagem
- Alívio de stress e ansiedade
- Estar aborrecida
- Faço-o com o meu parceiro porque nos excita
- Algo compulsivo que não consigo evitar
- Sentir-me sozinha
- Ausência de parceiros sexuais disponíveis
- Outro



Entretenimento

Curiosidade

Prazer (Masturbação)

Aprendizagem

Alívio de stress e ansiedade

Estar aborrecida

Faço-o com o meu parceiro porque nos excita

Algo compulsivo que não consigo evitar

Sentir-me sozinha

Ausência de parceiros sexuais disponíveis

Outro

Se respondeu "Outro" na última questão, quais são os outros motivos?

Que tipo de categorias procura? (pode dar mais do que uma resposta)

Antes do distanciamento



Nenhuma em particular

Amateur

Gay

Lesbian

Japanese

Threesome

Anal

For women

Hentai

Outras



Nenhuma em particular

Amateur

Gay

Lesbian

Japanese

Threesome

Anal

For women

Hentai

Outras

Se respondeu "outras" na pergunta anterior, quais são?  
(distinga para antes e depois do distanciamento)



Qual é o efeito que sente que a pornografia tem na sua vida?

	Muito negativo	Negativo	Nem positivo nem negativo	Positivo	Muito positivo
Antes do distanciamento social	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Durante o distanciamento social	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Considera que vê pornografia em excesso?

	Não	Às vezes	Sim
Antes do distanciamento social	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Durante o distanciamento social	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>



Considera que o distanciamento social teve impacto na sua visualização de pornografia?

Não teve impacto nenhum

Teve pouco impacto

Teve algum impacto

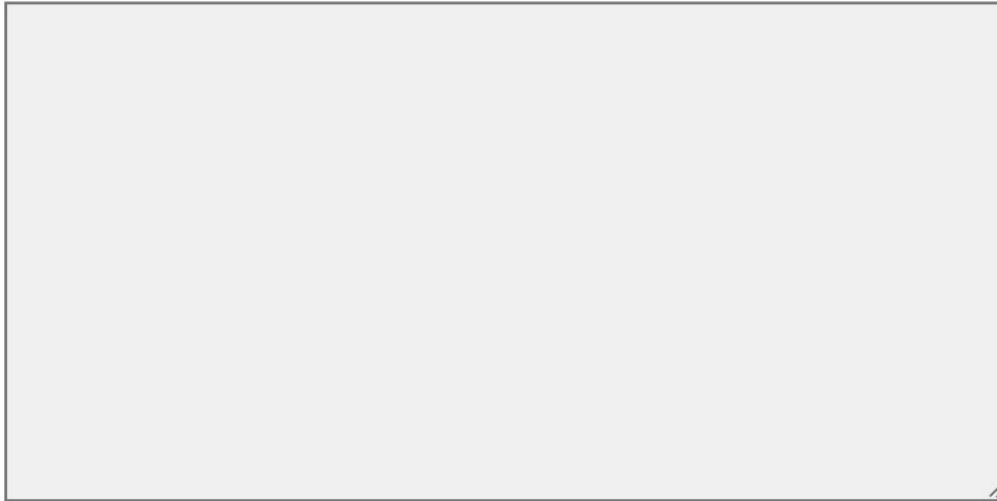
Teve bastante impacto

Teve muito impacto



Gostaria de propor-lhe que reflita um pouco sobre como se tem sentido durante o distanciamento social e como é que o mesmo teve impacto na sua visualização de pornografia.

Como é que a sua visualização de pornografia se alterou durante o distanciamento social e a que é que associa essa alteração? Peço-lhe que dê a resposta mais completa possível.



## **Anexo J- Respostas das Participantes à Questão Aberta**

Participante 1- *“Visualizo menos uma vez que ando mais ocupada com trabalho”*

Participante 2- *“Visualizei mais vezes por estar sozinha, mais stressada e mais ansiosa”*

Participante 3- *“Via com o meu companheiro, mais por iniciativa dele. Assim, como estivermos distantes, deixei de ver durante o distanciamento social”.*

Participante 4- *“Vi mais vezes pornografia do que antes do isolamento, mas nunca chegou a ser algo diário pelo que não acho que tenha sido algo negativo/em demasia. Não ter a oportunidade de ter relações com o meu parceiro teve um grande impacto no dia-a-dia de cada um, e a pornografia funcionou como atenuador”.*

Participante 5- *“Vi mais pornografia durante o distanciamento social porque estou longe do meu parceiro e senti necessidade de aliviar algum stress”.*

Participante 6- *“Vejo ligeiramente mais pornografia por mãos dificuldade em ter contacto sexual com outras pessoas em confinamento”.*

Participante 7- *“Tornou-se mais regular durante a quarentena e isto deve-se aumento da quantidade de tempo que tenho disponível e que passo em casa”.*

Participante 8- *“Teve que ser muito Mais regrada, dado estar mais acompanhada”.*

Participante 9- *“Talvez um pouco por andar mais em baixo, com menos estímulos sociais”.*

Participante 10- *“Talvez o faça mais vezes por aborrecimento”.*

Participante 11- *“Sempre fui uma pessoa muito activa sexualmente e nos últimos 2 anos, desde que eu e o meu noivo fomos viver juntos, sendo que somos ambos trabalhadores/estudantes o sexo reduziu imenso, pelo cansaço e disponibilidade horária e nós próprios estávamos muito cansados até para pensar em masturbação. Agora eu estou em casa e temos sexo mais vezes, o que me fez despertar sexualmente novamente com frequência. No entanto ele continuou sempre a trabalhar e a fazer horas extra, então tenho de recorrer a pornografia quando está a trabalhar”.*

Comentário Adicional (*“No meu caso perder o trabalho e focar-me nas aulas sem ter de fazer viagens de 1 hora e meia para a faculdade e outras tantas para o trabalho permitiram-me ficar menos ansiosa e aliviada e recuperar o meu apetite sexual. Estando*

*eu em casa para fazer a lida da casa e cuidar do meu noivo, também o ajudou muito a recuperar a dele. A nossa vida sexual”.)*

Participante 12- *“Pouco se alterou, pois nunca tive o hábito de visualizar pornografia, no entanto sinto mais curiosidade talvez por aborrecimento mas por vezes também sinto “necessidade””.*

Participante 13- *“Penso que diminuiu. Que já era algo que queria a algum tempo pois sinto que condiciona os meus orgasmos a um certo tipo de estímulo que não existe na vida real (tanto na masturbação a solo como em relações sexuais com outros). E penso que por vezes via demais e de categorias demasiado “hardcore” (o qual não queria que se tornasse um hábito)”.*

Participante 14- *“Para mim como cristã sei que é errado ver pornografia mas não consigo deixar de ver, é mais forte que eu. Sinto um alívio enorme depois de ver...tenho mais ânimo e estímulo para fazer até as coisas de casa”.*

Participante 15- *“O distanciamento social traz anexado sentimentos de solidão e carência, o que conseqüentemente, faz-nos procurar alternativas de alívio das circunstâncias dessa situação. A pornografia passa por um desses meios”.*

Participante 16- *“O distanciamento social tem-me feito sentir alguma frustração, muitas vezes sou confrontada com um sentimento de vazio que não estou habituada a sentir em períodos normais, porque se camufla com a rotina e as pessoas que preenchem o meu dia. Penso que na quarentena, quando estou num período em que não tenho aulas, trabalhos, tarefas de casa tento evitar um pouco esse período para não sentir este vazio, estou focada naquilo, tenho momentos de prazer e depois volto a outra atividade do dia-a-dia, mas não é propriamente um momento que me faça sentir melhor ou me deixe mais feliz/descansada, acho que serve a função de evitar lidar com essa angústia”.*

Participante 17- *“Normalmente vejo muito pouca pornografia, não sinto a necessidade para tal, talvez uma vez por mês se tanto dado que, uso a imaginação ou vídeos pessoais. Como não estive em contacto com o meu parceiro durante o distanciamento, isto levou-me a sentir mais curiosidade em ver pornografia mas foi também muito pouca”.*

Participante 18- *“No início do distanciamento a masturbação e visualização de pornografia seria um modo de “superar” o aborrecimento. No entanto, tendo em conta que “aprendi a viver” em isolamento, o aborrecimento que sentia tornou-se menos, e, por sua vez a visualização de pornografia também”.*

Participante 19- *“No geral não costumo ver muita pornografia, ou não acontece muitas vezes. Suponho que a isolamento e falta de actividade sexual tenham feito com que a masturbação seja mais regular (embora não haja grande diferença), muitas vezes por aborrecimento, e a pornografia é uma ajuda, ou um dos rituais que tenho quando me masturbo (embora nem sempre)”*.

Participante 20- *“Não se alterou significativamente, mas talvez tenha surgido mais como escape, e como resposta a uma certa ânsia de contacto físico ...”*.

Participante 21- *“Não se alterou significativamente... É algo casual que acontece 1 a 2 vezes por semana se tanto... Pessoalmente não considero que seja muitas vezes, no panorama geral talvez seja visto como tal... Acontece mais por estar solteira... Quando tenho parceiro sexual é algo a que se assiste muito raramente”*.

Comentário Adicional- *“Creio que possa haver aumento significativo apenas entre casais que não coabitem neste momento de distanciamento social... De resto quem o usa irá continuar a fazê-lo com mais ou menos a mesma frequência e quem não o usa talvez tenha experimentado pela primeira vez agora...”*.

Participante 22- *“Não se alterou muito, mas serviu para cortar a maior parte do aborrecimento diário de estar fechada em casa e isolada, proporcionando algum prazer e bem-estar, não só físico, como mental”*.

Participante 23- *“Não podendo estar com o meu companheiro durante tanto tempo, recorri à pornografia mais vezes do que anteriormente”*.

Participante 24- *“Não necessitei de visualizar pois estive sempre acompanhada pelo meu parceiro. E a nossa vida sexual melhorou durante o confinamento”*.

Participante 25- *“Não consumi pornografia durante o distanciamento social por estar sempre acompanhada pelo meu companheiro, pelo que não senti essa necessidade”*.

Participante 26- *“Mudou talvez a vontade de visualizar porque estar sempre em casa acompanhada, logo não havia tanta margem”*.

Participante 27- *“Menos opções físicas e nada para fazer em casa, dá vontade de consumir pornografia”*.

Participante 28- *“Maior distanciamento sexual do parceiro, que leva a uma maior acumulação do desejo”*.

Participante 29- *“Fez-me voltar a ver, visto que já não via há uns anos Associo que seja por falta de contacto físico ou falta de relações sexuais durante um período de tempo mais extenso”*.

Participante 30- *“Estava num humor muito mais depressivo e não sentia vontade de nada. Muito mais apática”*

Participante 31- *“Estar mais tempo sozinha deu-me a possibilidade de o fazer quase todos os dias”*

Participante 32- *“Encontro-me mais vezes aborrecida, sem nada para fazer. Talm como está situação de isolamento social me leva a ver mais séries e filmes, também me leva a ver mais pornografia”*.

Participante 33- *“Durante o distanciamento social a visualização de pornografia ficou um pouco mais elevada porque, enquanto que antes do distanciamento era raro ver depois do distanciamento ficou mais frequente e essa alteração associo à ansiedade”*.

Participante 34- *“Diminuiu a minha visualização de pornografia, não tenho tido vontade”*.

Participante 35- *“Devido a ter mais tempos livres e a ver menos o meu parceiro, tive mais necessidades sexuais”*.

Participante 36- *“Creio não ter mudado muita coisa. Pensei, eventualmente, que iria aumentar perante a solidão. Porém, senti meio que uma desmotivação tanto para fazer como para assistir. Assim sendo, mantive o mesmo padrão. Mas, neste mês, por exemplo, ainda não recorri”*.

Participante 37- *“Costumo masturbar-me com pornografia, mas durante o confinamento, por saudades da pessoa com que estava e isso tudo, acabei por fazer muito mais “phone sex” do que ver porno para me masturbar”*.

Participante 38- *“Como não podia usar o Tinder e não tinha tanta liberdade para andar a ter relações sexuais com outras pessoas, via pornografia para me ajudar na masturbação. Via mais pornografia do que antigamente”*.

Participante 39- *“Aumentou um pouco, mas não o que seria de esperar na ausência de parceiro sexual durante um grande período de tempo. Talvez outras preocupações associadas à situação que todos vivemos diminuam a procura que seria expectável”*.

Participante 40- *“Aumentou o número de vezes que visualizei pornografia para me entreter e sentir menos ansiosa”*.

Participante 41- *“Aumentou no número de vezes devido à impossibilidade de estar com a minha parceira”*.

Participante 42- *“Aumentou muito pouco pelo simples facto de estar mais tempo aborrecida e comigo mesma”*.

Participante 43- *“Apenas a falta de contacto com o parceiro sexual”*.

Participante 44- *“Alterou-se pouco, uma vez que vivo com a minha família e há pouca privacidade, pelo que não é uma atividade que me sinta segura a realizar. No entanto, vejo um pouco mais devido ao distanciamento social que me impede de estar com o meu namorado”*.

Participante 45- *“Alterou-se o ter de ver sozinha. Não tem tanta piada”*.

Participante 46- *“Alterou-se no sentido em que não é comum que visualize pornografia. Associo a alteração à quantidade de tempo passado em casa, e a algum aborrecimento”*.

Participante 47- *“Alterou-se a que passou a ser algo proibido devido à falta de tempo pessoal”*.

Participante 48- *“Acredito que a situação incerta que vivemos tenha contribuído para diminuir a minha vontade de ver pornografia uma vez que ando com outras preocupações”*.

Participante 50- *“Acho que foi simplesmente o facto de passar mais tempo em casa e porventura com algum aumento de aborrecimento, mas não mais do que isso”*.

Participante 51- *“Acho que estou a ver menos pornografia, quando me sinto mais em baixo durante o distanciamento social. Tristeza e aborrecimento são os sentimentos mais usuais. Os géneros de videos porno não se alteraram”*.

Participante 52- *“Acho que estando mais tempo em casa principalmente apenas com o parceiro, como no meu caso, acaba por surgir tentar inventar algo mais do que aquilo que se fazia no dia a dia, seja para ocupar o tempo, seja para diversão, seja simplesmente*

*porque sim.... Acaba por acontecer um bocado naturalmente. Outra questão importante é que vimos a série valer a pena que contém muitas cenas sexuais e que influenciou também o nosso consumo deste tipo de conteúdos”.*

Comentário Adicional- *“Acho que este estudo se tornara mais notável em pessoas que vivam sozinhas ou afastadas dos parceiros pelo fato que todo e qualquer contacto visual com pessoa é considerado bom e benéfico, numa altura em que o mesmo não existe, e se estiver associado a uma atividade prazerosa, como o sexo, melhor”.*

Participante 52- *“A visualização de pornografia durante o distanciamento social aumentou consideravelmente devido à falta de atividade sexual e ao aborrecimento”.*

Participante 53- *“A visualização aumentou durante o distanciamento social. Senti necessidade de nutrir-me mais com prazer”.*

Participante 54- *“A minha visualização de pornografia mudou pelo facto de ter deixado de visitar certos tipos de sites pornográficos para ver de apenas 1 site exclusivamente feito por mulheres, para mulheres. Eu associo essa mudança a querer aprofundar o conhecimento nesse tema, pelo excesso de tempo durante o distanciamento social e ao ter explorado pornografia direccionada a mulheres”.*

Comentário Adicional- *“Bellesa.co Pornografia real, com pessoas reais, sem sémen/squirt falso ou orgasmos falsos”.*

Participante 55- *“A afluência de trabalhos provocou-me mais stress, a falta de contacto físico com parceiros também”*

## Anexo K- Tabela Final da Análise Temática

<b>Pornografia Enquanto Ferramenta</b>	
Pornografia como Alternativa	<p>“Não ter a oportunidade de ter relações com o meu parceiro teve um grande impacto no dia-a-dia de cada um, e a pornografia funcionou como atenuador”.</p> <p>“Vi mais pornografia durante o distanciamento social porque estou longe do meu parceiro”.</p> <p>“Vejo ligeiramente mais pornografia por mais dificuldade em ter contacto sexual com outras pessoas em confinamento”.</p> <p>Como não estive em contacto com o meu parceiro durante o distanciamento, isto levou-me a sentir mais curiosidade em ver pornografia mas foi também muito pouca.</p> <p>“Agora eu estou em casa e temos sexo mais vezes, o que me fez despertar sexualmente novamente com frequência. No entanto ele continuou sempre a trabalhar e a fazer horas extra, então tenho de recorrer a pornografia quando está a trabalhar”. (12)</p> <p>“Apenas a falta de contacto com o parceiro sexual”</p> <p>“Suponho que o isolamento e falta de actividade sexual tenham feito com que a masturbação seja mais regular (embora não haja grande diferença), muitas vezes por aborrecimento, e a pornografia é uma ajuda, ou um dos rituais que tenho quando me masturbo”</p> <p>Talvez tenha surgido mais (...) como resposta a uma certa ânsia de contacto físico.</p> <p>“Acontece mais por estar solteira.. Quando tenho parceiro sexual é algo a que se assiste muito raramente.”</p>

	<p>“Não podendo estar com o meu companheiro durante tanto tempo, recorri à pornografia mais vezes do que anteriormente”</p> <p>“Menos opções físicas (...) dá vontade de consumir pornografia”.</p> <p>“Maior distanciamento sexual do parceiro, que leva a uma maior acumulação do desejo”.</p> <p>“Fez-me voltar a ver, visto que já não via há uns anos Associo que seja por falta de contacto físico ou falta de relações sexuais durante um período de tempo mais extenso”.</p> <p>“devido (...) e a ver menos o meu parceiro, tive mais necessidades sexuais”</p> <p>“Como não podia usar o Tinder e não tinha tanta liberdade para andar a ter relações sexuais com outras pessoas, via pornografia para me ajudar na masturbação. Via mais pornografia do que antigamente”.</p> <p>“Aumentou um pouco mas não o que seria de esperar na ausência de parceiro sexual durante um grande período de tempo”</p> <p>“Aumentou no número de vezes devido à impossibilidade de estar com a minha parceira”.</p> <p>“Vejo um pouco mais devido ao distanciamento social que me impede de estar com o meu namorado”.</p> <p>“A visualização de pornografia durante o distanciamento social aumentou consideravelmente devido à falta de atividade sexual”.</p>
--	---

<p>Lidar com sentimentos Negativos</p>	<p>“Visualizei mais vezes por estar sozinha, mais stressada e mais ansiosa”.</p> <p>“O distanciamento social traz anexado sentimentos de solidão e carência, o que conseqüentemente, faz-nos procurar alternativas de alívio das circunstâncias dessa situação. A pornografia passa por um desses meios”.</p> <p>“O distanciamento social tem-me feito sentir alguma frustração, muitas vezes sou confrontada com um sentimento de vazio que não estou habituada a sentir em períodos normais, porque se camufla com a rotina e as pessoas que preenchem o meu dia.</p> <p>Penso que na quarentena, quando estou num período em que não tenho aulas, trabalhos, tarefas de casa tento evitar um pouco esse período para não sentir este vazio, estou focada naquilo, tenho momentos de prazer e depois volto a outra atividade do dia-a-dia, mas não é propriamente um momento que me faça sentir melhor ou me deixe mais feliz/descansada, acho que serve a função de evitar lidar com essa angústia.”</p> <p>“Enquanto que antes do distanciamento era raro ver depois do distanciamento ficou mais frequente e essa alteração associa à ansiedade”</p> <p>“Aumentou o número de vezes que visualizei pornografia para <i>me entreter</i> e sentir menos ansiosa”</p>
<p>Combater o Aborrecimento</p>	<p>“Talvez o faça mais vezes por aborrecimento.”</p> <p>“No entanto sinto mais curiosidade talvez por aborrecimento”</p>

	<p>“No início do distanciamento a masturbação e visualização de pornografia seria um modo de “superar” o aborrecimento”.</p> <p>“Serviu para cortar a maior parte do aborrecimento diário de estar fechada em casa e isolada, proporcionando algum prazer e bem-estar, não só físico, como mental.”</p> <p>“Encontro-me mais vezes aborrecida, sem nada para fazer”.</p> <p>“Aumentou muito pouco pelo simples facto de estar mais tempo aborrecida e comigo mesma”.</p> <p>“Associo a alteração à quantidade de tempo passado em casa, e a algum aborrecimento”.</p> <p>“Acho que foi simplesmente o facto de passar mais tempo em casa e porventura com algum aumento do aborrecimento, mas não mais do que isso”</p>
<p>Entretenimento/ Disponibilidade</p>	<p>“(…) nada para fazer em casa, dá vontade de consumir pornografia”.</p> <p>“Tornou-se mais regular durante a quarentena e isto deve-se aumento da quantidade de tempo que tenho disponível e que passo em casa”</p> <p>“Estar mais tempo sozinha deu-me a possibilidade de o fazer quase todos os dias”.</p> <p>“Perder o trabalho e focar-me nas aulas sem ter de fazer viagens de 1 hora e meia para a faculdade e outras tantas</p>

	<p>para o trabalho permitiram-me ficar menos ansiosa e aliviada e recuperar o meu apetite sexual.”</p> <p>“(…)Tal como esta situação de isolamento social me leva a ver mais séries e filmes, também me leva a ver mais pornografia.”</p> <p>“Devido a ter mais tempos livres (…) tive mais necessidades sexuais”</p> <p>“Aumentou o número de vezes que visualizei pornografia para me entreter (…)”</p> <p>“Acho que estando mais tempo em casa principalmente apenas com o parceiro, como no meu caso, acaba por surgir tentar inventar algo mais do que aquilo que se fazia no dia a dia, seja para ocupar o tempo, seja para diversão, seja simplesmente porque sim…”.</p> <p>“A minha visualização de pornografia mudou pelo facto de ter deixado de visitar certos tipos de sites pornograficos para ver de apenas 1 site exclusivamente feito por mulheres, para mulheres. Eu associo essa mudança a querer aprofundar o conhecimento nesse tema, pelo excesso de tempo durante o distanciamento social e ao ter explorado pornografia direccionada a mulheres”.</p>
<b>Pornografia como Prescindível</b>	
	<p>“Normalmente vejo muito pouca pornografia, não sinto a necessidade para tal, talvez uma vez por mês se tanto dado que, uso a imaginação ou vídeos pessoais”.</p> <p>“Não necessitei de visualizar pois estive sempre acompanhada pelo meu parceiro. E a nossa vida sexual melhorou durante o confinamento”.</p>

	<p>“Não consumi pornografia durante o distanciamento social por estar sempre acompanhada pelo meu companheiro, pelo que não senti essa necessidade”.</p> <p>“Costumo masturbar-me com pornografia, mas durante o confinamento, por saudades da pessoa com que estava e isso tudo, acabei por fazer muito mais “phone sex” do que ver porno para me masturbar.”</p> <p>“Tendo conta que “aprendi a viver” em isolamento, o aborrecimento que sentia tornou-se menos, e, por sua vez a visualização de pornografia também”.</p>
<b>Não há espaço para a Pornografia</b>	
Espaço Interno	<p>“(…) talvez um pouco por andar mais em baixo, com menos estímulos sociais”.</p> <p>“Estava num humor muito mais depressivo e não sentia vontade de nada. Muito mais apática”.</p> <p>“Acredito que a situação incerta que vivemos tenha contribuído para diminuir a minha vontade de ver pornografia uma vez que ando com outras preocupações”</p> <p>“Acho que estou a ver menos pornografia, quando me sinto mais em baixo durante o distanciamento social. Tristeza e aborrecimento são os sentimentos mais usuais”.</p>
Espaço Externo	<p>“Visualizo menos uma vez que ando mais ocupada com trabalho”.</p>

	<p>“Tive que ser muito mais regrada, dado estar mais acompanhada”.</p> <p>“Por estar sempre em casa acompanhada, logo não havia tanta margem”</p> <p>“(…)uma vez que vivo com a minha família e há pouca privacidade, pelo que não é uma atividade que me sinta segura a realizar (…)”.</p> <p>“Alterou-se a que passou a ser algo proibido devido à falta de tempo pessoal”.</p>
--	---