

Polo Cobos M, Cabello Triguero CM, Ruiz Vera J. Efectos del consumo de pornografía en la salud mental de los adolescentes: una revisión bibliográfica

---

# Efectos del consumo de pornografía en la salud mental de los adolescentes: una revisión bibliográfica

Effects of pornography consumption on the mental health of adolescents: a literature review

## Autores:

- **Moisés Polo Cobos**  . Hospital Universitario Reina Sofía. Córdoba. España.
- **Carmen María Cabello Triguero**. Hospital de Montilla. Montilla. España.
- **Jesús Ruiz Vera**. INGESA Ceuta-Atención Primaria. Ceuta. España.

## Autor de correspondencia:

- **Moisés Polo Cobos**  . Hospital Universitario Reina Sofía. Córdoba. España.  
Correo electrónico: [moises.polo.sspa@juntadeandalucia.es](mailto:moises.polo.sspa@juntadeandalucia.es).

## Fecha de recepción:

- 28/07/2024

## Fecha de aceptación:

- 12/09/2024

## DOI:

- <https://doi.org/10.51326/ec.8.7604307>.

## Modo de referenciar el artículo:

- Polo Cobos M, Cabello Triguero CM, Ruiz Vera J. Effects of pornography consumption on the mental health of adolescents: a bibliographic review. *Enferm Cuid*. 2025;8. <https://doi.org/10.51326/ec.8.7604307>.



Las obras se publican en esta revista bajo una licencia Creative Commons Attribution 4.0 International License (CC BY 4.0) que permite a terceros utilizar lo publicado siempre que mencionen la autoría del trabajo y a la primera publicación en esta revista.

## Resumen

**Introducción:** En la era digital actual, el acceso a la pornografía se ha incrementado, lo que ha llevado a varios Gobiernos a regular el acceso de los menores a este contenido. Esta revisión bibliográfica explora la relación entre el consumo de pornografía y los problemas de salud mental en adolescentes, con el fin de sintetizar la evidencia y orientar futuras políticas públicas.

**Métodos:** Se realizó una revisión de la literatura siguiendo la metodología PRISMA. La búsqueda bibliográfica se llevó a cabo en bases de datos como PubMed, Scopus, Embase, WoS y CINAHL. Se incluyeron artículos publicados entre 2019 y 2024.

**Resultados:** De los 236 artículos identificados, 10 estudios fueron finalmente incluidos en la revisión. Los hallazgos revelan una asociación significativa entre la exposición a la pornografía y un aumento en síntomas depresivos, ansiedad, y comportamientos sexuales de riesgo. También se observaron variaciones según el género y el contexto cultural.

**Conclusiones:** La visualización de pornografía tiene un efecto negativo en la salud mental de los adolescentes, especialmente cuando la exposición a dicho contenido es de forma intencional. Futuras investigaciones deberían continuar explorando los mecanismos neurofisiológicos de la adicción a la pornografía, nuevas formas de diagnóstico y mecanismos para mitigar el sesgo de reporte. Es crucial desarrollar programas de educación sexual que permitan a los adolescentes manejar de forma segura la exposición a este tipo de contenido y revisar políticas públicas.

**Palabras clave:** Adolescentes; Adicción; Desregulación emocional; Pornografía; Salud Mental; Salud Pública.

## Abstract

**Introduction:** In today's digital era, access to pornography has increased, prompting several governments to regulate minors' access to this content. This literature review explores the relationship between pornography consumption and mental health issues in adolescents, aiming to synthesize the evidence and guide future public policies.

**Methods:** A bibliographic review was conducted following the PRISMA methodology. The literature search was carried out in databases such as PubMed, Scopus, Embase, WoS, and CINAHL. Articles published between 2019 and 2024 were included.

**Results:** Out of 236 identified articles, 10 studies were finally included in the review. The findings reveal a significant association between pornography exposure and an increase in depressive symptoms, anxiety, and risky sexual behaviors. Variations were also observed based on gender and cultural context.

**Conclusions:** Watching pornography has a negative impact on adolescents' mental health, especially when exposure to such content is intentional. Future research should continue exploring the neurophysiological mechanisms of pornography addiction, new diagnostic methods, and ways to reduce reporting bias. It is crucial to develop sexual education programs that enable adolescents to safely manage exposure to this type of content and to review public policies.

**Keywords:** Addiction; Adolescents; Emotional Dysregulation; Mental Health; Pornography; Public Health.

## Introducción

En la era digital, la accesibilidad al contenido pornográfico ha aumentado exponencialmente, lo que ha llevado a varios Gobiernos a implementar medidas para regular el acceso de los menores a este tipo de material. Recientemente, el Gobierno español ha anunciado nuevas regulaciones que obligan a los usuarios a identificarse mediante una aplicación para verificar su edad, antes de poder acceder a contenido pornográfico<sup>1</sup>. Esta medida busca proteger a los adolescentes de los posibles efectos perjudiciales de la pornografía. Sin embargo, estas regulaciones han generado una considerable controversia.

Este enfoque busca restringir el acceso de los menores a contenido pornográfico y se enmarca dentro de una serie de medidas a nivel europeo para proteger a los jóvenes de los posibles efectos negativos de este material<sup>2</sup>. La propuesta ha generado controversia, con críticos que argumentan que puede ser una invasión de la privacidad y que la efectividad de la medida es cuestionable<sup>3</sup>. Sin embargo, esta medida también refleja una creciente preocupación por los posibles efectos adversos del consumo de pornografía en la salud mental de los adolescentes.

En la literatura científica se explora la posible relación entre el consumo de pornografía y diversos problemas de salud mental en adolescentes. Chatterjee y Kar<sup>4</sup> destacan que el acceso a la pornografía puede llevar a una adicción que afecta negativamente la salud emocional y psicológica de los jóvenes. Este consumo problemático puede manifestarse en la forma de distorsiones en la percepción de la sexualidad y un aumento en los comportamientos sexuales de riesgo. Este punto es corroborado por el estudio de Adarsh y Sahoo<sup>5</sup>, quienes explican que la exposición temprana a la pornografía puede tener efectos perjudiciales a largo plazo en el desarrollo sexual y la identidad personal de los adolescentes, incluyendo una mayor predisposición a la adicción a internet y problemas de regulación emocional.

Mattebo et al.<sup>6</sup> refuerzan estos hallazgos al encontrar una asociación entre el consumo frecuente de pornografía y síntomas psicósomáticos y depresivos entre adolescentes. Su investigación muestra que el uso excesivo de pornografía está correlacionado con un aumento en los síntomas de ansiedad y depresión, sugiriendo que la pornografía puede ser un factor de estrés significativo para los jóvenes. Además, el estudio de Mennig et al.<sup>7</sup> revela que los adolescentes que

reconocen tener un uso problemático de la pornografía experimentan sentimientos de culpa y vergüenza, los cuales pueden exacerbar los problemas de salud mental existentes.

Otro estudio relevante es el de Nebot-García et al.<sup>8</sup>, que explora cómo el impacto del consumo de pornografía varía según el género y el contexto socioeconómico. Sus hallazgos indican que los adolescentes en contextos socioeconómicos desfavorecidos pueden ser particularmente vulnerables a desarrollar síntomas de ansiedad y depresión asociados con el consumo de pornografía.

En este contexto, el objetivo principal de esta revisión bibliográfica es examinar y sintetizar la evidencia existente sobre la relación entre el consumo problemático de pornografía en adolescentes y la aparición de problemas de salud mental, como la depresión, la ansiedad y la desregulación emocional. Como objetivo secundario, buscamos identificar patrones comunes y diferencias en la investigación actual, para informar sobre posibles intervenciones y políticas públicas que puedan abordar estos problemas de manera efectiva.

## Material y Métodos

De acuerdo a los objetivos, se consideró adecuado realizar una revisión bibliográfica conforme al método PRISMA<sup>9</sup>. La búsqueda bibliográfica se realizó en las siguientes bases de datos: Pubmed, Scopus, Embase, WoS, y CINAHL. Se definió una estrategia de búsqueda de acuerdo con operadores booleanos "AND" y "OR". Algunas palabras clave usadas fueron: Adolescence, pornography, mental health, addiction, emotional dysregulation y variaciones de estas. Se puede consultar con más detalle la estrategia de búsqueda en la Tabla A1 (ver Anexo A). Se limitó la búsqueda a publicaciones entre 2019 y 2024.

Tras la fase de identificación, se realizó una lectura crítica de títulos y resúmenes por dos revisores de forma independiente. Para esta fase, se utilizó el software Rayyan<sup>10</sup> con el modo cegamiento activado para los dos revisores independientes. Para la lectura crítica se tuvieron en cuenta los siguientes criterios:

- Criterios de Inclusión
  - 1. Población de estudio:
    - Estudios que involucren a adolescentes (definidos como individuos entre 10 y 19 años).
  - 2. Temática:

Polo Cobos M, Cabello Triguero CM, Ruiz Vera J. Efectos del consumo de pornografía en la salud mental de los adolescentes: una revisión bibliográfica

- Estudios que investiguen la relación entre el consumo de pornografía y problemas de salud mental en adolescentes.
- Estudios que aborden específicamente la adicción o el uso problemático de la pornografía en adolescentes.
- 3. Tipos de estudios:
  - Estudios empíricos, incluyendo ensayos clínicos, estudios de cohorte, estudios transversales y estudios de caso-control.
  - Revisiones sistemáticas y metaanálisis relevantes al tema.
- 4. Resultados:
  - Estudios que reporten efectos en la salud mental, como depresión, ansiedad, desregulación emocional, y otros trastornos psicológicos.
- 5. Publicación:
  - Publicaciones en inglés y español.
  - Estudios publicados desde el año 2019 hasta 2024.
- Criterios de Exclusión
  - 1. Población de estudio:
    - Estudios que no incluyan a adolescentes o que se centren en poblaciones adultas o infantiles.
  - 2. Temática:
    - Estudios que no aborden la adicción o el uso problemático de la pornografía.
  - 3. Tipos de estudios:
    - Editoriales, cartas al editor, comentarios, y artículos de opinión
  - 4. Resultados:
    - Estudios que no reporten medidas específicas de salud mental o que no presenten datos relevantes para la relación entre pornografía y salud mental.
  - 5. Publicación:
    - Publicaciones en idiomas distintos al inglés o español.
    - Estudios publicados antes del año 2019.

Posteriormente, se llevó a cabo un segundo cribado tras la lectura completa de los mismos, aplicando de nuevo los criterios de inclusión y exclusión. Para evaluar el riesgo de sesgo de los artículos elegidos, utilizamos las herramientas de evaluación crítica del Instituto Joanna Briggs (JBI Critical Appraisal Tools). Se consideró un riesgo alto cuando las respuestas positivas son  $\leq 49\%$ , un riesgo moderado cuando están entre 50% y 69%; y riesgo bajo cuando las respuestas positivas estaban por encima del 70% (Tabla A2, A3, A4 y A5)<sup>11,12</sup> (ver Anexo A).

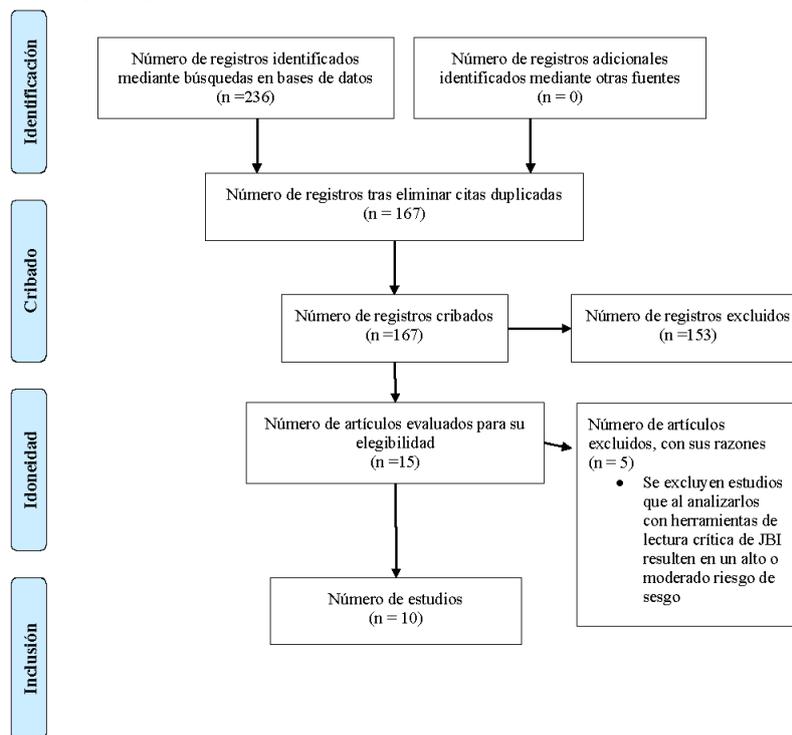


Figura 1: *Flujograma PRISMA*<sup>9</sup>.

Polo Cobos M, Cabello Triguero CM, Ruiz Vera J. Efectos del consumo de pornografía en la salud mental de los adolescentes: una revisión bibliográfica

---

## Resultados

Siguiendo los criterios mencionados, fueron obtenidos un total de 236 artículos en las diferentes bases de datos consultadas (Pubmed, Embase, Scopus, WoS y CINAHL) y tras excluir las citas duplicadas se obtuvieron 167 publicaciones. Se excluyeron 153 resultados por no cumplir con los criterios de inclusión establecidos. Fueron eliminados 5 estudios por presentar un moderado o alto riesgo de sesgo al analizarlos con las herramientas de lectura crítica del instituto Joanna Briggs (tabla A5) (ver Anexo A), de manera que, finalmente, fueron 10 los estudios incluidos en la presente revisión (Figura 1).

En la Tabla B1 (ver Anexo B), se muestran los resultados de los artículos revisados que analizan los efectos de la exposición a la pornografía en adolescentes. Se analizaron un total de diez estudios que abordan la relación entre la exposición a la pornografía y diversos impactos en la salud mental y comportamientos de riesgo en adolescentes. Estos estudios fueron realizados en diferentes contextos geográficos, incluyendo Asia, Europa y África, y emplearon metodologías tanto cualitativas como cuantitativas, con poblaciones que variaban en tamaño desde 1 (estudio de caso) hasta más de 200.000 participantes.

En general, los estudios utilizaron una variedad de herramientas estandarizadas y validadas, como cuestionarios de autoinforme y escalas de adicción a la pornografía, para medir la exposición a la pornografía y sus efectos en la salud mental. Los estudios variaron en sus enfoques, desde encuestas transversales hasta estudios longitudinales y revisiones sistemáticas, con objetivos que incluían la identificación de correlaciones entre la exposición a la pornografía y problemas de salud mental, el análisis de la adicción a la pornografía, y la evaluación de comportamientos sexuales de riesgo asociados.

Uno de los hallazgos más comunes en los estudios revisados, es la relación significativa entre la exposición a la pornografía y diversos problemas de salud mental en adolescentes. Investigaciones como las de Yunengsih y Setiawan (2021)<sup>13</sup>, Surbakti y Effendy (2023)<sup>14</sup>, Ma (2019)<sup>15</sup>, y Min Kim et al. (2020)<sup>16</sup>, coinciden en que los adolescentes expuestos a la pornografía, especialmente de manera temprana, muestran una mayor prevalencia de síntomas depresivos, ansiedad, trastornos del sueño y problemas psicosomáticos. Estos estudios subrayan la vulnerabilidad de los adolescentes ante el impacto psicológico negativo de la pornografía.

Otro punto de consenso es la asociación entre la exposición a la pornografía y un aumento en los comportamientos sexuales de riesgo. Los estudios de Yunengsih y Setiawan (2021)<sup>13</sup>, Surbakti y Effendy (2023)<sup>14</sup>, y To et al. (2019)<sup>17</sup> destacan que la adicción a la pornografía está correlacionada con una mayor probabilidad de que los adolescentes participen en comportamientos sexuales de riesgo, como la actividad sexual sin protección o con múltiples parejas. Esta tendencia es especialmente pronunciada en aquellos adolescentes que han desarrollado una dependencia de la pornografía.

Además, varios estudios enfatizan las diferencias en los efectos de la exposición a la pornografía según el género y el contexto cultural. Por ejemplo, Andrie et al. (2021)<sup>18</sup>, Suwarni y Widyanto (2019)<sup>19</sup>, y Vera Cruz y Sheridan (2022)<sup>20</sup> observan que los varones tienden a ser más susceptibles a los efectos negativos de la pornografía, como el desarrollo de comportamientos sexuales de riesgo y problemas de salud mental, en comparación con las mujeres. Asimismo, estos estudios sugieren que las diferencias culturales pueden influir en cómo la pornografía afecta a los adolescentes, con variaciones en la prevalencia y la gravedad de estos efectos según el país o la región.

Sin embargo, no todos los estudios coinciden en todos los aspectos, y algunas discrepancias son notables. Por ejemplo, el estudio de Andrie et al. (2021)<sup>18</sup> reporta que la exposición a la pornografía, además de estar asociada con comportamientos sexuales de riesgo, también podría relacionarse con comportamientos sociales positivos, como un mayor nivel de competencia social en ciertas situaciones. Este hallazgo contrasta con la mayoría de los otros estudios, que se centran casi exclusivamente en los aspectos negativos de la exposición a la pornografía.

Otra discrepancia relevante se encuentra en la diferenciación entre la exposición intencional y no intencional a la pornografía, como lo destaca Ma (2019)<sup>15</sup>. Este estudio encontró que la exposición intencional tenía un impacto más negativo en la salud mental de los adolescentes, aumentando los síntomas depresivos y reduciendo la satisfacción con la vida, mientras que la exposición no intencional no mostraba una relación tan fuerte con estos problemas. Esta distinción, que no es abordada en detalle en otros estudios, resalta la importancia de considerar la naturaleza de la exposición al evaluar sus efectos en la salud mental y el comportamiento de los adolescentes.

La revisión sistemática de Kang et al. (2020)<sup>21</sup> proporciona una perspectiva innovadora al utilizar señales EEG para identificar la adicción a la pornografía

Polo Cobos M, Cabello Triguero CM, Ruiz Vera J. Efectos del consumo de pornografía en la salud mental de los adolescentes: una revisión bibliográfica

---

en niños. Este enfoque no solo confirma la presencia de problemas de salud mental, como mayor impulsividad y déficit en la regulación emocional, sino que también resalta la necesidad de métodos más precisos y menos subjetivos para identificar y tratar la adicción a la pornografía.

Finalmente, estudios como los de Chao y Yu (2023)<sup>22</sup> y Kang et al. (2020)<sup>21</sup> introducen perspectivas adicionales sobre cómo la exposición a la pornografía puede interactuar con otros factores, como la autoconciencia, las relaciones entre pares, y el uso problemático de internet. Estas investigaciones señalan que, además de los problemas de salud mental y comportamientos de riesgo, la pornografía también puede afectar aspectos más amplios del desarrollo social y cognitivo en los adolescentes, lo que añade otra capa de complejidad al análisis de sus efectos.

## Discusión

La presente revisión muestra que la exposición a la pornografía está significativamente asociada con síntomas depresivos, ansiedad y otros problemas de salud mental en adolescentes. Estos resultados son consistentes con los reportados por Principi et al. (2019)<sup>23</sup>, quienes en su revisión sistemática también identificaron una relación significativa entre el consumo de material sexualmente explícito en internet y varios resultados negativos en la salud psicosocial de los menores, incluyendo síntomas de ansiedad, depresión y compulsividad en el uso de la pornografía.

Asimismo, Raine et al. (2020)<sup>24</sup> señalaron en su revisión que el consumo de pornografía en adolescentes está asociado con un aumento en la internalización de normas y expectativas sexuales disfuncionales, lo cual puede exacerbar problemas preexistentes de salud mental, como la baja autoestima y la ansiedad. Estos hallazgos, en conjunto con los de esta revisión, refuerzan la idea de que la pornografía actúa como un factor estresante que puede agravar vulnerabilidades psicológicas preexistentes en los adolescentes.

Otro hallazgo relevante que se pudo observar es que la adicción a la pornografía está correlacionada con un aumento en los comportamientos sexuales de riesgo, una observación que es corroborada por Pathmendra et al. (2022)<sup>25</sup>, quienes en su revisión sistemática también encontraron una fuerte asociación entre la exposición a la pornografía y la adopción de comportamientos

sexuales de riesgo, como el sexo sin protección y múltiples parejas sexuales.

Esta asociación también es respaldada por los hallazgos de Hakkim et al. (2022)<sup>26</sup>, quienes documentaron que los adolescentes expuestos a la pornografía tienden a desarrollar actitudes más permisivas hacia el sexo casual y comportamientos que aumentan el riesgo de infecciones de transmisión sexual (ITS). Esto sugiere que la pornografía no solo influye en la salud mental, sino que también moldea las normas sexuales y comportamentales, aumentando la vulnerabilidad de los adolescentes a consecuencias adversas en su salud sexual.

Este estudio identificó también diferencias significativas en los efectos de la pornografía según el género, con los varones mostrando una mayor susceptibilidad a desarrollar comportamientos sexuales de riesgo y problemas de salud mental en comparación con las mujeres. Esto es coherente con los resultados de Román-García et al. (2021)<sup>27</sup>, quienes encontraron que las normas de género y los estereotipos representados en la pornografía tienden a reforzar conductas de dominación masculina y sumisión femenina, lo cual puede exacerbar las disparidades de género en la experiencia de la sexualidad y la salud mental.

Además, Kamaruddin et al. (2019)<sup>28</sup> observaron en su revisión que los efectos de la pornografía pueden variar según el contexto cultural, con diferencias en cómo los adolescentes de diferentes culturas interpretan y responden a los contenidos pornográficos. Esta variabilidad cultural también ha sido observada en la presente revisión, subrayando la necesidad de considerar las influencias culturales al desarrollar intervenciones y políticas destinadas a mitigar los efectos negativos de la pornografía en los adolescentes.

En cuanto al impacto de la pornografía que incluye contenidos violentos, esta revisión ha observado comportamientos imitadores y un aumento en la agresividad sexual en adolescentes. Este hallazgo es respaldado por Principi et al. (2019)<sup>23</sup>, quienes señalaron que la exposición a material sexualmente explícito y violento puede conducir a la internalización de normas agresivas y a la perpetuación de la violencia sexual en las relaciones de los adolescentes. En la misma línea Kamaruddin et al. (2019)<sup>28</sup> enfatizaron que los adolescentes expuestos a la pornografía son más propensos a replicar los comportamientos observados en estos contenidos, como actitudes de dominación y sumisión, reforzando estereotipos de género nocivos y aumentando la probabilidad de comportamientos

Polo Cobos M, Cabello Triguero CM, Ruiz Vera J. Efectos del consumo de pornografía en la salud mental de los adolescentes: una revisión bibliográfica

sexualmente agresivos. Estos hallazgos refuerzan la necesidad de abordar de manera crítica el impacto de la pornografía en la conducta violenta y el riesgo de imitación en adolescentes.

Un aspecto interesante observado en este estudio, fue la distinción entre la exposición intencional y no intencional a la pornografía. Esta revisión mostró que la exposición intencional está más fuertemente asociada con efectos negativos en la salud mental de los adolescentes, como un aumento en los síntomas depresivos y una disminución en la satisfacción con la vida. Este hallazgo es respaldado por Efrati (2020)<sup>29</sup>, quien encontró que los adolescentes que buscan activamente pornografía tienen una mayor probabilidad de desarrollar adicciones y experimentar consecuencias psicológicas negativas en comparación con aquellos expuestos de manera accidental o no intencional. Ello sugiere que la motivación y el contexto de la exposición son factores críticos a considerar a la hora de evaluar los efectos de la pornografía en la salud adolescente.

Estudios recientes, como los de Amilah et al. (2021)<sup>30</sup>, van en la misma dirección que lo observado en el presente estudio, comenzando a explorar los efectos neurofisiológicos de la adicción a la pornografía en adolescentes, utilizando técnicas como la electroencefalografía cuantitativa (QEEG) para mapear la actividad cerebral y demostrar cómo la exposición a la pornografía puede afectar las funciones cognitivas, especialmente en áreas relacionadas con el control inhibitorio y la toma de decisiones. Estos hallazgos proporcionan un respaldo neurofisiológico a las observaciones conductuales y psicológicas identificadas en este trabajo, sugiriendo que la pornografía puede tener efectos duraderos en el desarrollo cerebral de los adolescentes.

## Limitaciones

A pesar de los hallazgos obtenidos, esta revisión bibliográfica presenta varias limitaciones que deben ser consideradas al interpretar los resultados. En primer lugar, la mayoría de los estudios incluidos en esta revisión son de diseño transversal. Los estudios transversales son útiles para identificar asociaciones y correlaciones entre variables, pero no permiten establecer relaciones causales<sup>13,16-20</sup>. Esto significa que, aunque se ha observado una relación significativa entre la exposición a la pornografía y diversos problemas de salud mental y conductuales en adolescentes, no podemos concluir con certeza que la exposición a la pornografía sea la causa directa de estos problemas.

Otra limitación importante es la presencia de errores y sesgos de reporte. La investigación sobre la exposición a la pornografía y sus efectos en adolescentes es un tema muy controvertido y sensible, lo que puede influir en la exactitud de las respuestas proporcionadas por los participantes. Los adolescentes pueden sentirse avergonzados o incómodos al reportar su consumo de pornografía, lo que podría llevar a una subestimación de la verdadera prevalencia y los efectos de la exposición. Este sesgo de reporte puede afectar la validez de los resultados y limitar la capacidad de generalización de los hallazgos.

Además, existe el riesgo de sesgo de publicación, donde los estudios que encuentran resultados significativos son más propensos a ser publicados que aquellos que no encuentran efectos significativos. Este sesgo puede llevar a una representación desproporcionada de los efectos negativos de la pornografía en la literatura revisada, lo que podría distorsionar nuestra comprensión del fenómeno.

Otra consideración es la diversidad metodológica entre los estudios. Los estudios incluidos en esta revisión utilizaron diferentes herramientas y escalas para medir la exposición a la pornografía y sus efectos, lo que puede introducir variabilidad en los resultados. Aunque se han utilizado herramientas estandarizadas y validadas en muchos de los estudios, la falta de uniformidad en las medidas utilizadas puede dificultar la comparación directa de los hallazgos entre investigaciones.

Finalmente, la variabilidad cultural y contextual entre los estudios incluidos puede limitar la aplicabilidad de los resultados a otras poblaciones. La exposición a la pornografía y sus efectos pueden estar influenciados por factores culturales, sociales y educativos que varían significativamente entre países y regiones. Por ejemplo, los hallazgos de Andrie et al. (2021) mostraron diferencias notables en la exposición a la pornografía entre países europeos, sugiriendo que los factores culturales y educativos influyen en la prevalencia y el impacto de la exposición a la pornografía<sup>18</sup>.

## Conclusiones

Según los hallazgos de esta revisión, parece evidente que la exposición a la pornografía durante la adolescencia está relacionada con una amplia gama de efectos adversos en la salud mental y el comportamiento sexual. Entre los hallazgos más relevantes, se encuentra la fuerte asociación entre el consumo de pornografía y un aumento en la prevalencia de síntomas depresivos,

Polo Cobos M, Cabello Triguero CM, Ruiz Vera J. Efectos del consumo de pornografía en la salud mental de los adolescentes: una revisión bibliográfica

ansiedad y otros trastornos psicosomáticos en adolescentes. Estos efectos parecen ser especialmente pronunciados cuando la exposición es intencional, lo que subraya la importancia de las motivaciones subyacentes en el consumo de este tipo de contenido. La exposición intencional a la pornografía no solo exacerba los problemas de salud mental, sino que también se relaciona con una mayor propensión a desarrollar adicciones y experimentar una disminución en la satisfacción con la vida.

Además, la revisión confirma que la pornografía actúa como un catalizador de comportamientos sexuales de riesgo, lo que incluye prácticas sexuales inseguras y la adopción de actitudes permisivas hacia el sexo casual. Este fenómeno se ve reflejado en un patrón de comportamiento que desinhibe las normas sexuales seguras, poniendo a los adolescentes en un riesgo mayor de sufrir consecuencias adversas como infecciones de transmisión sexual y embarazos no deseados. Los hallazgos también sugieren que los varones son particularmente susceptibles a estos efectos, lo que podría estar vinculado a la internalización de estereotipos de género presentes en el contenido pornográfico.

También es destacada la influencia de factores contextuales, como el género y la cultura, en la forma en que los adolescentes procesan y responden a la pornografía. Esta variabilidad sugiere que las intervenciones preventivas y educativas deben ser culturalmente sensibles y adaptadas a las particularidades de cada grupo. Asimismo, los contenidos violentos y degradantes en la pornografía parecen reforzar conductas agresivas e imitadoras en los adolescentes. En conjunto, estos hallazgos refuerzan la necesidad urgente de implementar estrategias de educación sexual integrales que aborden los riesgos asociados con la pornografía, fomentando un enfoque crítico en el consumo de contenidos sexuales explícitos durante la adolescencia.

### Perspectivas / Líneas futuras

Es crucial que se continúe explorando los mecanismos neurofisiológicos subyacentes a la adicción a la pornografía y cómo estos interactúan con factores psicológicos y sociales para afectar el bienestar de los adolescentes. Además, se recomienda el desarrollo de programas de educación sexual que capaciten a los adolescentes para manejar de manera crítica y segura la exposición a contenidos sexualmente explícitos.

Para futuras investigaciones, es fundamental adoptar diseños longitudinales que permitan explorar las relaciones causales entre la exposición a la pornografía y los problemas de salud mental en adolescentes. Además, es necesario estandarizar las herramientas de medición y ampliar el enfoque para incluir poblaciones diversas, considerando las influencias culturales y contextuales. También se recomienda abordar los sesgos de reporte mediante metodologías que garanticen la confidencialidad de los participantes y explorar estrategias para mitigar el sesgo de publicación, asegurando una representación más equilibrada de los resultados en la literatura científica.

Un avance prometedor identificado en la revisión, y que debería de seguir desarrollándose, es la incorporación de tecnologías innovadoras para el diagnóstico de la adicción a la pornografía. En particular, el uso de QEEG destaca como una herramienta potencialmente más precisa y objetiva para la detección temprana y la intervención en casos de adicción, lo que podría representar un paso significativo en la mejora del tratamiento de este problema.

Considerando los hallazgos de la revisión, es esencial cuestionar y revisar las políticas públicas actuales sobre la educación sexual y el acceso a la pornografía. La reciente iniciativa del Gobierno español para implementar la autenticación a través de la app Cartera Digital, que verifica la mayoría de edad antes de permitir el acceso a contenidos pornográficos, podría representar un paso significativo en la protección de los menores. Esta medida, aunque prometedora, también plantea dudas e interrogantes en términos de privacidad y efectividad, pues presenta desafíos técnicos y legales que deben de ser analizados por otros profesionales.

### Bibliografía

1. Ministerio de la Presidencia, Justicia y Relaciones con las Cortes. Cartera Digital Beta, la aplicación que incluye el sistema de verificación de la mayoría de edad en el acceso a contenidos para adultos, estará disponible al final del verano. Madrid: Ministerio de la Presidencia, Justicia y Relaciones con las Cortes; 1 de julio de 2024. Disponible en: <https://www.lamoncloa.gob.es/serviciosdeprensa/notasprensa/transformacion-digital-y-funcion-publica/Paginas/2024/010724-cartera-digital-beta.aspx> [Consultado 07-07-2024]

Polo Cobos M, Cabello Triguero CM, Ruiz Vera J. Efectos del consumo de pornografía en la salud mental de los adolescentes: una revisión bibliográfica

2. Toro P. Desde SIM con bloqueo a estimaciones de edad por foto: así se regula el porno en Europa para proteger a los menores. *Newtral*. 3 de julio de 2024. Disponible en: <https://www.newtral.es/regulacion-pornografia-menores-europa-2/20240703/> [Consultado 07-07-2024]
3. Alonso R. Acceso válido para 30 días y control de páginas en España: las claves de Cartera Digital Beta, la 'app' para vigilar el porno. *ABC*. 2 de julio de 2024. Disponible en: <https://www.abc.es/tecnologia/gobierno-obligara-adultos-usar-app-ver-porno-20240702124353-nt.html> [Consultado 07-07-2024]
4. Chatterjee S, Kar SK. Teen Pornography: An Emerging Mental Health Challenge. *J Psychosexual Health*. 2023;5(1):30-4. <https://doi.org/10.1177/26318318231154230>
5. Adarsh H, Sahoo S. Pornography and Its Impact on Adolescent/Teenage Sexuality. *J Psychosexual Health*. 2023;5(1):35-9. <https://doi.org/10.1177/26318318231153984>
6. Mattebo M, Tydén T, Häggström-Nordin E, Nilsson KW, Larsson M. Pornography consumption and psychosomatic and depressive symptoms among Swedish adolescents: a longitudinal study. *Ups J Med Sci*. 2018;123(4):237-46. <https://doi.org/10.1080/03009734.2018.1534907>
7. Mennig M, Tennie S, Barke A. Self-Perceived Problematic Use of Online Pornography Is Linked to Clinically Relevant Levels of Psychological Distress and Psychopathological Symptoms. *Arch Sex Behav*. 2022 Feb;51(2):1313-1321. <https://doi.org/10.1007/s10508-021-02101-w>
8. Nebot-García JE, Elipe Miravet M, García-Barba M, Antelo García A, Ballester-Arnal R, Consumo de pornografía y malestar asociado: diferencias entre hombres y mujeres. *Àgora Salut*. 2020;7:239-47. <http://dx.doi.org/10.6035/AgoraSalut.2020.7.24>
9. Page MJ, McKenzie JE, Bossuyt PM, Boutron I, Hoffmann TC, Mulrow CD, et al. Declaración PRISMA 2020: una guía actualizada para la publicación de revisiones sistemáticas. *Rev Esp Cardiol*. 2021;74(9):790-9. <https://doi.org/10.1016/j.recresp.2021.06.016>
10. Ouzzani M, Hammady H., Fedorowicz, Z. a web and mobile app for systematic reviews. *Syst Rev*. 2016;5:210. <https://doi.org/10.1186/s13643-016-0384-4>
11. Moola S, Tufanaru C, Aromataris E, Sears K, Currie M, Qureshi R, et al. Chapter 7: Systematic reviews of etiology and risk. En: Aromataris E, Lockwood C, Porritt K, Pilla B, Jordan Z, editors. *JBIMES-24-06*. <https://doi.org/10.46658/JBIMES-24-06>
12. Aromataris E, Fernandez R, Godfrey C, Holly C, Khalil H, Tungpunkom P. Chapter 9: Umbrella reviews. En: Aromataris E, Lockwood C, Porritt K, Pilla B, Jordan Z, editors. *JBIMES-24-08*. <https://doi.org/10.46658/JBIMES-24-08>
13. Yunengsih W, Setiawan A. Contribution of pornographic exposure and addiction to risky sexual behavior in adolescents. *J Public Health Res*. 2021;10(s1):jphr.2021.2333. <https://doi.org/10.4081/jphr.2021.2333>
14. Surbakti B, Effendy E. Pornography Addiction in Children and Teenagers Caused by Feelings of Boredom, Loneliness, Anger, Stress, and Tiredness. En: Amin MM, et al. *Proceedings of the 6th International Conference of Neuroscience, Neurology and Psychiatry Universitas Sumatera Utara (ICONAP 2023)*. 2023; Medan (Indonesia). Dordrecht: Atlantic Press; 2023. [https://doi.org/10.2991/978-94-6463-310-8\\_5](https://doi.org/10.2991/978-94-6463-310-8_5)
15. Ma CMS. Relationships between Exposure to Online Pornography, Psychological Well-Being and Sexual Permissiveness among Hong Kong Chinese Adolescents: a Three-Wave Longitudinal Study. *Appl Res Qual Life*. 2019;14(2):423-39. <https://doi.org/10.1007/s11482-018-9604-5>
16. Kim KM, Kim H, Choi JW, Kim SY, Kim JW. What Types of Internet Services Make Adolescents Addicted? Correlates of Problematic Internet Use. *Neuropsychiatr Dis Treat*. 2020;16:1031-41. <https://doi.org/10.2147/ndt.s247292>
17. To S-M, Wong K-SP, Tam H-LC, Kwok DK, Lau CD. Sexual compulsivity, sexual self-concept, and cognitive outcomes of sexual behavior of young Chinese Hong Kong males with compulsive sexual behavior: Implications for intervention and prevention. *Child Youth Serv Rev*. 2019;104. <https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2019.104400>
18. Andrie EK, Sakou II, Tzavela EC, Richardson C, Tsitsika AK. Adolescents' Online Pornography Exposure and Its Relationship to Sociodemographic and Psychopathological Correlates: A Cross-Sectional Study in Six European Countries. *Children (Basel)*. 2021;8(10):925. <https://doi.org/10.3390/children8100925>
19. Suwarni L, Widyanto R. Determinants of the pornography exposure effects on Junior and Senior High School Adolescence in Sanggau District, West Kalimantan. *Ind J Public Health Res Dev*. 2019;10(3):941-5. Disponible en: [Consultado 20-08-2024]
20. Vera Cruz G, Sheridan T. The Normalization of Violence during Sex among Young Mozambicans Reportedly under the Influence of Pornography. *Sex Cult*. 2022;26:397-417. <https://doi.org/10.1007/s12119-021-09898-7>
21. Kang X, Handayani DOD, Chong PP, Acharya UR. Profiling of pornography addiction among children using EEG signals: A systematic literature review. *Comput Biol Med*. 2020;125:103970.

Polo Cobos M, Cabello Triguero CM, Ruiz Vera J. Efectos del consumo de pornografía en la salud mental de los adolescentes: una revisión bibliográfica

- <https://doi.org/10.1016/j.compbimed.2020.103970>
22. Chao CM, Yu TK. Internet Use and Adolescents' Physical and Mental Health: the Mediating Role of Self-consciousness and Peer Relationships. *Int J Ment Health Addict*. 2023;21(2):911-28. <https://doi.org/10.1007/s11469-021-00631-x>
  23. Principi N, Magnoni P, Grimoldi L, Carnevali D, Cavazzana L, Pellai A. Consumption of sexually explicit internet material and its effects on minors' health: latest evidence from the literature. *Minerva Pediatr (Torino)*. 2022;74(3):332-9. <https://doi.org/10.23736/s2724-5276.19.05367-2>
  24. Raine G, Khouja C, Scott R, Wright K, Sowden AJ. Pornography use and sexting amongst children and young people: a systematic overview of reviews. *Syst Rev*. 2020;9(1):283. <https://doi.org/10.1186/s13643-020-01541-0>
  25. Pathmendra P, Raggatt M, Lim MS, Marino JL, Skinner SR. Exposure to Pornography and Adolescent Sexual Behavior: Systematic Review. *J Med Internet Res*. 2023 Feb 28;25:e43116. <https://doi.org/10.2196/43116>
  26. Hakkim S, Parsa AD, Arafat SMY, Mahmud I, Sathian B, Sivasubramanian M, et al. Pornography—Is It Good for Sexual Health? A Systematic Review. *J Psychosex Health*. 2022;4(2):111-22. <https://doi.org/10.1177/26318318221088949>
  27. Román-García Ó, Bacigalupe A, Vaamonde-García C. Relación de la pornografía mainstream con la salud sexual y reproductiva de los/las adolescentes. Una revisión de alcance. *Rev Esp Salud Pública*. 2021;95:e202108102. Disponible en: [http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_abstract&pid=S1135-57272021000100182&lng=es&nrm=iso&tlng=es](http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S1135-57272021000100182&lng=es&nrm=iso&tlng=es) [Consultado 21-08-2024]
  28. Kamaruddin N, Wahab A, Rozaidi Y. Neurophysiological porn addiction detection using machine learning approach. *Indones J Electr Eng Comput Sci*. 2019;16(2):964-71. <http://doi.org/10.11591/ijeecs.v16.i2.pp964-971>
  29. Efrati Y. Problematic and Non-problematic Pornography Use and Compulsive Sexual Behaviors Among Understudied Populations: Children and Adolescents. *Curr Addict Rep*. 2020;7:68-75. <https://doi.org/10.1007/s40429-020-00300-4>
  30. Amilah N, Anisa YH, Sulaeman MK, Handayani N, Prawiroharjo P, Edison RE. QEEG-based Brain Mapping of Internet Pornography Addicted Adolescents. *J Health Med Sci*. 2021;4(4):67-72. <http://doi.org/10.31014/aior.1994.04.04.195>

## Anexo A. Estrategias de búsqueda

BASE DE DATOS	ESTRATEGIA DE BÚSQUEDA	FILTROS EMPLEADOS
Pubmed	((Adolescent* OR Teen* OR Youth OR Adolescence*) AND (Pornography OR "Pornographic content" OR "Sexually explicit material") AND (Addiction OR "Problematic use" OR "Compulsive use" OR Dependency OR "Habitual use" OR "Excessive use" OR "Problematic behavior" OR "Problem behavior") AND ("Mental health" OR Depression OR Anxiety OR "Emotional regulation" OR "Psychological distress" OR "Psychosomatic symptoms" OR "Emotional problems" OR "Mental disorders"))	Artículos publicados entre 2019 y 2024
Scopus	((Adolescent* OR Teen* OR Youth OR Adolescen*) AND (Pornography OR "Pornographic content" OR "Sexually explicit material") AND (Addiction OR "Problematic use" OR "Compulsive use" OR Dependency OR "Habitual use" OR "Excessive use" OR "Problematic behavior" OR "Problem behavior") AND ("Mental health" OR Depression OR Anxiety OR "Emotional regulation" OR "Psychological distress" OR "Psychosomatic symptoms" OR "Emotional problems" OR "Mental disorders"))	Artículos publicados entre 2019 y 2024
CINAHL	((Adolescent* OR Teen* OR Youth OR Adolescen*) AND (Pornography OR "Pornographic content" OR "Sexually explicit material") AND (Addiction OR "Problematic use" OR "Compulsive use" OR Dependency OR "Habitual use" OR "Excessive use" OR "Problematic behavior" OR "Problem behavior") AND ("Mental health" OR Depression OR Anxiety OR "Emotional regulation" OR "Psychological distress" OR "Psychosomatic symptoms" OR "Emotional problems" OR "Mental disorders"))	Artículos publicados entre 2019 y 2024
WoS (Web of Science)	: ((TS=(Adolescent* OR Teen* OR Youth OR Adolescen*)) AND (TS=(Pornography OR "Pornographic content" OR "Sexually explicit material"))) AND (TS=(Addiction OR "Problematic use" OR "Compulsive use" OR Dependency OR "Habitual use" OR "Excessive use" OR "Problematic behavior" OR "Problem behavior")) AND (TS=("Mental health" OR Depression OR Anxiety OR "Emotional regulation" OR "Psychological distress" OR "Psychosomatic symptoms" OR "Emotional problems" OR "Mental disorders"))	Artículos publicados entre 2019 y 2024
Embase	((Adolescent* OR Teen* OR Youth OR Adolescen*) AND (Pornography OR "Pornographic content" OR "Sexually explicit material") AND (Addiction OR "Problematic use" OR "Compulsive use" OR Dependency OR "Habitual use" OR "Excessive use" OR "Problematic behavior" OR "Problem behavior") AND ("Mental health" OR Depression OR Anxiety OR "Emotional regulation" OR "Psychological distress" OR "Psychosomatic symptoms" OR "Emotional problems" OR "Mental disorders"))	Artículos publicados entre 2019 y 2024

**Tabla A1:** Estrategia de búsqueda en las diferentes bases de datos consultadas.

Polo Cobos M, Cabello Triguero CM, Ruiz Vera J. Efectos del consumo de pornografía en la salud mental de los adolescentes: una revisión bibliográfica

	P 1	P 2	P 3	P 4	P 5	P 6	P 7	P 8	%Sí	Riesgo de sesgo
Andrie et al. - 2021 <sup>18</sup>	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	100%	BAJO
Min Kim et al. - 2020 <sup>16</sup>	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	100%	BAJO
Suwarni y Widyanto - 2019 <sup>19</sup>	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	100%	BAJO
To et al. - 2019 <sup>17</sup>	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	100%	BAJO
Vera Cruz y Sheridan - 2022 <sup>20</sup>	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	100%	BAJO
Yunengsih y Setiawan - 2021 <sup>13</sup>	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	100%	BAJO

✓: Sí, X: No, ≈: Incierto

**Tabla A2:** JBI Checklist para estudios transversales<sup>11</sup>.

	P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P1 0	P1 1	%SI	Riesgo de sesgo
Chao y Yu - 2023 <sup>22</sup>	✓	✓	✓	✓	✓	≈	✓	✓	≈	≈	✓	72,72 %	BAJO
Ma - 2019 <sup>15</sup>	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	≈	≈	✓	81,81 %	BAJO

✓: Sí, X: No, ≈: Incierto

**Tabla A3:** JBI Checklist para estudios de cohortes<sup>11</sup>.

Polo Cobos M, Cabello Triguero CM, Ruiz Vera J. Efectos del consumo de pornografía en la salud mental de los adolescentes: una revisión bibliográfica

	P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	%Sí	Riesgo de sesgo
Surbakti y Effendy - 2023 <sup>14</sup>	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	100%	BAJO

✓: Sí, X: No, ≈: Incierto

**Tabla A4:** JBI Checklist para estudios de casos<sup>11</sup>.

	P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10	P11	%Sí	Riesgo de sesgo
Adarsh y Sahoo - 2023 <sup>5</sup>	✓	≈	≈	≈	≈	≈	≈	≈	X	✓	✓	27,27%	ALTO
Brown y Wisco - 2019 <sup>31</sup>	✓	≈	✓	✓	≈	≈	≈	≈	≈	✓	✓	45,45%	ALTO
Chatterjee y Kar - 2023 <sup>4</sup>	✓	≈	≈	≈	≈	≈	≈	≈	≈	✓	✓	27,27%	ALTO
Kang et al. - 2020 <sup>21</sup>	✓	✓	✓	✓	✓	≈	≈	✓	≈	✓	✓	72,72%	BAJO
Kostopoulou - 2023 <sup>32</sup>	✓	✓	✓	✓	≈	≈	≈	✓	≈	✓	✓	63,63%	MODERADO
Privara y Bob - 2023 <sup>33</sup>	✓	≈	≈	≈	≈	≈	≈	≈	≈	✓	✓	27,27%	ALTO

✓: Sí, X: No, ≈: Incierto

**Tabla A5:** JBI Checklist para revisiones sistemáticas<sup>12</sup>.

Polo Cobos M, Cabello Triguero CM, Ruiz Vera J. Efectos del consumo de pornografía en la salud mental de los adolescentes: una revisión bibliográfica

**ANEXO B. Resultados de los artículos revisados.**

Autor y año	País	Diseño del estudio	Objetivos	Población	Herramientas estándar/validadas	Exposición a pornografía	Principales hallazgos
Yunengsih y Setiawan, 2021 <sup>13</sup>	Indonesia	Estudio transversal, datos recolectados a través de encuestas en línea	Identificar la relación entre la exposición a la pornografía y la adicción con comportamientos sexuales de riesgo en adolescentes.	Adolescentes, la 14-19 años, 394 participantes, mayoría mujeres, Indonesia.	Youth Pornography Addiction Screening Test (YPAST-1na), Sexual Risk Survey (SRS).	Edad de primer contacto (mayoría entre 12-15 años), tipo de contenido (fotografía, vídeo), razones para ver pornografía (curiosidad, accidental).	El estudio encontró una relación significativa entre la adicción a la pornografía y comportamientos sexuales de riesgo, especialmente en aquellos expuestos a una edad temprana. La mayoría de los estudiantes fueron expuestos por primera vez a la pornografía entre los 12 y 15 años. Los estudiantes con mayor grado de adicción a la pornografía mostraron comportamientos sexuales de mayor riesgo. Además, la exposición temprana a la pornografía se asoció con un aumento en la incidencia de síntomas depresivos y problemas psicossomáticos.
Surbakti y Effendy, 2023 <sup>14</sup>	Indonesia	Estudio de caso	Analizar la adicción a la pornografía en un adolescente, identificando los factores emocionales y psicológicos subyacentes, como los sentimientos de aburrimiento, soledad, ira, estrés y cansancio (BLAST).	Un adolescente masculino de 14 años, Indonesia.	Evaluación psiquiátrica (Cypat test).	Adicción a la pornografía desarrollada durante la pandemia, con un consumo diario de menos, 3 horas, principalmente el contenido pornográfico y japonés.	La adicción a la pornografía estaba relacionada con sentimientos de aburrimiento, soledad, ira, estrés y cansancio. El tratamiento combinó terapia cognitivo-conductual y terapia familiar, mostrando una mejora significativa en el paciente en un periodo de 3.5 meses. Se destacó la importancia de la intervención parental y la educación sobre los sentimientos BLAST en la occidental y prevención de la adicción a la pornografía.
Andrie et al., 2021 <sup>18</sup>	Grecia, España, Polonia, Rumania, Países Bajos, Islandia	Estudio transversal, datos recolectados mediante encuestas escolares anónimas en seis países europeos	Evaluar la prevalencia de la exposición a la pornografía en línea entre adolescentes europeos y su relación con correlatos sociodemográficos y psicopatológicos.	Adolescentes de 14-17 años, 10,930 participantes (5211 hombres y 5719 mujeres).	Cuestionario de autoinforme de problemas juveniles (Youth Self-Report, YSR), Internet Addiction Test (IAT).	Pregunta sobre si habían visto contenido sexual explícito en internet en los últimos 12 meses, con opciones de frecuencia diaria, semanal o mensual o frecuente.	El estudio encontró que el 59% de los adolescentes había visto pornografía en el último año, y el 24% lo hacía al menos una vez por semana. La exposición fue mayor entre los varones (76.5%) en comparación con las mujeres (42.9%). Se observó que los adolescentes con mayor uso de internet y aquellos con comportamientos disfuncionales en internet tenían una mayor probabilidad de exposición a la pornografía. La exposición a la pornografía se asoció significativamente con problemas de comportamiento externo, como conductas agresivas y de ruptura de reglas. Sin embargo, también se encontró una asociación con

Polo Cobos M, Cabello Triguero CM, Ruiz Vera J. Efectos del consumo de pornografía en la salud mental de los adolescentes: una revisión bibliográfica

					mayores competencias en actividades y competencia social, lo que sugiere un patrón complejo de efectos. Las diferencias entre países indicaron que factores culturales y educativos pueden influir en la prevalencia y el impacto de la exposición a la pornografía.		
Chao y Yu, 2023 <sup>22</sup>	Taiwán	Estudio longitudinal de 2 años, datos recolectados mediante encuestas escolares anónimas en 15 escuelas secundarias	Analizar los roles mediadores de la autoconciencia y las relaciones entre pares en las relaciones entre los juegos en línea, la pornografía, y la salud física y mental.	Adolescentes de secundaria, 1838 participantes (996 en el primer año y 842 en el segundo año), la edades promedio de 16.99 y 18.49 años respectivamente.	Youth Self-Report, (YSR), Internet Addiction Test (IAT), escala de uso problemático de la pornografía, y escalas adaptadas para medir la autoconciencia y las relaciones entre pares.	Medida de exposición a la pornografía, frecuencia de uso, y tiempo dedicado a la actividad.	La exposición a la pornografía tuvo una influencia significativa y positiva en las relaciones entre pares y una influencia negativa en la autoconciencia, pero no tuvo un efecto significativo en la salud física y mental. Los juegos en línea tuvieron un efecto positivo en la salud física y mental, pero negativo en la autoconciencia. La autoconciencia y las relaciones entre pares mediaron las relaciones entre la exposición a la pornografía y la salud física y mental. Los adolescentes que se sumergieron en la pornografía y los juegos en línea perdieron la noción del tiempo y su autoconciencia, lo que afectó sus relaciones interpersonales.
Kang et al., 2020 <sup>21</sup>	Malasia, Singapur, Taiwán	Revisión sistemática de la literatura	Aumentar la comprensión de la adicción a la pornografía en niños, utilizando señales de electroencefalograma (EEG).	Se revisaron 46 estudios seleccionados de una búsqueda inicial de 815,554 artículos de cinco bases de datos	Utilización de bases de datos como IEEE, ACM, Science Direct, Springer y NCBI, y análisis de señales EEG para identificar comportamientos adictivos.	Análisis de estudios previos que identificaron niños con adicción a la pornografía mediante observaciones de manifestaciones psicológicas y señales EEG.	La revisión sistemática encontró que es posible identificar a los niños con adicción a la pornografía utilizando señales EEG. Se observó que la adicción a la pornografía en niños puede llevar a una mayor impulsividad, problemas de aprendizaje, mala toma de decisiones, problemas de memoria y déficit en la regulación emocional. Además, se destacó la necesidad de métodos precisos y fiables para identificar y tratar la adicción a la pornografía en niños, sugiriendo el uso de modelos de aprendizaje automático y análisis de señales EEG como un enfoque futuro prometedor.
Ma, 2019 <sup>15</sup>	Hong Kong, China	Estudio longitudinal de tres olas, con intervalos de 12 meses entre cada ola	Examinar las relaciones entre la exposición a la pornografía en línea y el bienestar psicológico (depresión y satisfacción con la vida) y las actitudes sexuales permisivas. También se exploró si estas	Adolescentes chinos de Hong Kong, 1401 participantes (758 varones, 643 mujeres) de 12.43 años de edad promedio en la primera ola.	Cuestionario de autoinforme (Youth Self-Report, YSR), Patient Health Questionnaire-9 (PHQ-9), Satisfaction with Life Scale (SWLS), y escala de actitudes sexuales	Medida de la exposición intencional y no intencional a la pornografía en línea mediante seis ítems que evaluaron la satisfacción con la vida. Las actitudes sexuales permisivas de exposición a diferentes tipos	La exposición intencional a la pornografía en línea se asoció con un aumento en los síntomas depresivos y una disminución en la satisfacción con la vida. La exposición no intencional no mostró una relación significativa con la depresión, pero sí con una menor satisfacción con la vida. Las actitudes sexuales permisivas predijeron una mayor exposición tanto intencional como no intencional a la pornografía. El

Polo Cobos M, Cabello Triguero CM, Ruiz Vera J. Efectos del consumo de pornografía en la salud mental de los adolescentes: una revisión bibliográfica

		relaciones difieren según la naturaleza de la exposición.	permisivas de de contenido Sprecher. pornográfico.	estudio resalta la importancia de diferenciar entre la exposición intencional y no intencional a la pornografía para entender mejor sus efectos en el bienestar psicológico de los adolescentes.	
Min Kim et al., 2020 <sup>16</sup>	Corea del Sur	Estudio transversal utilizando datos de la Encuesta de Comportamiento de Riesgo Juvenil de Corea (KYRBS) de 2008 a 2010	Investigar la prevalencia y los correlatos del uso problemático de Internet (PIU) en una gran muestra de adolescentes, según el tipo de servicio de Internet utilizado.	Escala de Propensión a la Adicción a Internet para Jóvenes - Forma Corta (Internet Addiction Proneness Scale for Youth - Short Form).	Los participantes informaron el servicio de Internet que más utilizaban, incluyendo opciones como búsqueda de información, juegos, ver películas, escuchar música, ver videos, correo electrónico, compras en línea, pornografía, blogs, entre otros.
Suwarni y Widyanto, 2019 <sup>19</sup>	Indonesia	Estudio transversal cuantitativo	Determinar los efectos de la exposición a la pornografía en y adolescentes de preparatoria, secundaria y preparatoria en el distrito de Sanggau, West Kalimantan.	Cuestionario autoadministrado estandarizado.	Evaluación de la exposición a pornografía a través de fotos, vídeos y otros medios, fueron el tiempo de acceso (p = 0.039, PR = 5.765), el género (p = 0.0001, PR = 3.600), la duración del acceso (p = 0.037, PR = 3.730) y el tipo de medio (p = 0.001, PR = 2.268). Los adolescentes que accedían a la pornografía durante el día, por períodos prolongados, y a través de medios electrónicos, mostraron mayores probabilidades de experimentar efectos negativos severos. Además, los varones mostraron una mayor susceptibilidad a estos efectos en comparación con las mujeres.

Polo Cobos M, Cabello Triguero CM, Ruiz Vera J. Efectos del consumo de pornografía en la salud mental de los adolescentes: una revisión bibliográfica

To et al., 2019 <sup>17</sup>	Hong Kong, China	Estudio transversal	Investigar los efectos mediadores de cinco dimensiones específicas del autoconcepto sexual en la relación entre la conducta sexual compulsiva (CSB) y los resultados cognitivos del comportamiento sexual.	144 jóvenes chinos de Hong Kong con CSB, hombres, edades 11-21 años.	Sexual Compulsivity Scale, Cognitive and Behavioral Outcomes of Sexual Behavior Scale, Multidimension al Sexual Self-Concept Questionnaire.	Evaluación de la exposición a materiales sexualmente explícitos en línea (SEOM) y su relación con la compulsión sexual.	La compulsividad sexual (CSB) se asoció significativamente con resultados cognitivos negativos del comportamiento sexual, así como con la conciencia sexual, la autoinculpción por problemas sexuales y la depresión sexual entre los jóvenes con CSB. La autoinculpción por problemas sexuales y la depresión sexual mediaron la relación entre la compulsividad sexual y los resultados cognitivos del comportamiento sexual. Los jóvenes con CSB que experimentaban autoinculpción y depresión sexual tenían mayores dificultades para procesar las consecuencias negativas de sus comportamientos sexuales, lo que sugiere que la percepción negativa de uno mismo y las emociones negativas desempeñan un papel crucial en los resultados cognitivos relacionados con la sexualidad.
Vera Cruz y Sheridan, 2022 <sup>20</sup>	Mozambique	Estudio transversal cualitativo y cuantitativo, mediante entrevistas semi-estructuradas	Medir la prevalencia de actos de violencia durante el sexo inspirados en la pornografía (VDSIP) entre adolescentes y jóvenes mozambiqueños, examinar las consecuencias de estas prácticas y los mecanismos cognitivos y psicosociales mediante las cuales estas prácticas son adoptadas y normalizadas.	105 adolescentes y jóvenes mozambiqueños, 57 hombres y 48 mujeres, edades 16-22 años	Entrevistas semi estructuradas que abordan: Prevalencia de VDSIP, consecuencias de su normalización y mecanismos asociados a su adopción	Evaluación de la frecuencia de visualización de videos pornográficos y su relación con comportamientos sexuales violentos durante el sexo.	La exposición a la pornografía llevó a la normalización de actos de violencia durante el sexo entre los participantes. Entre los hombres, entre el 77.6% y 89.2% participaron en actos de violencia física y psicológica inspirados en la pornografía en los 12 meses anteriores a la entrevista. Entre las mujeres, el 8.5% y 16.8% participaron en actos de violencia física y psicológica respectivamente. Las consecuencias negativas incluyeron depresión, baja autoestima, y trauma físico y psicológico, especialmente entre las mujeres (63.1%). Los mecanismos para la adopción y normalización de estos comportamientos incluyeron la imitación, el refuerzo, el deseo de reconocimiento, la adicción, la elaboración de guiones sexuales, malentendidos sobre el deseo sexual femenino, desigualdades de género, sesgos cognitivos y psicosociales, y la manipulación del consentimiento.

Tabla B1: Tabla de extracción de resultados.