

Máster Universitario en Psicología General Sanitaria

Universidad Francisco de Vitoria



**Procesos Psicológicos Subyacentes a los
Motivos de Consumo de Pornografía en
Adolescentes y Adultos Emergentes: un
Modelo Explicativo Mediante Ecuaciones
Estructurales**

TRABAJO FIN DE MÁSTER

Patricia Muñoz Piedrabuena

Madrid, a 9 de marzo de 2026

A mi familia, por sostenerme y celebrar cada paso en el camino, por pequeño que fuera. Por animarme y ayudarme a confiar en mí cuando ni yo misma lo hacía.

A Helena, mi hermana y mejor amiga, que jamás me ha soltado la mano y ha estado ahí para hacerme ver que todo estaba bien, que podría lograr todo aquello que me propusiera.

A mis amigos, por acompañarme con comprensión, cariño y paciencia durante todo el proceso. En especial a Mónica, Marta y Alex, por su ayuda y paciencia infinita.

A Eduar, mi tutor, por acompañarme en este trabajo y guiarlo con paciencia, implicación y criterio. Por enseñarme a confiar en el proceso, y por recordarme que el trabajo constante siempre da sus frutos.

A mí, que empecé este camino con miedo e ilusión. Hoy puedo decir que estoy un paso más cerca de lograr ser la psicóloga que siempre quise ser, porque con amor, constancia y esfuerzo todo encuentra su lugar.

Gracias

Índice

Resumen.....	5
Abstract	5
Introducción	6
Internet Como Agente de Socialización Sexual en la Adolescencia y Adultez Emergente	8
Pornografía: Conceptualización e Impacto en Población Joven	9
<i>Consecuencias Individuales y Relacionales Derivadas del Consumo de Pornografía</i>	10
<i>Marco Explicativo del Impacto de la Pornografía en Jóvenes</i>	11
Motivos de Consumo de Pornografía en Jóvenes	12
<i>Consumo de Pornografía Como Estrategia de Evitación Experiencial</i>	12
Objetivos del Estudio	14
Método	15
Diseño	15
Participantes	15
Variables e Instrumentos.....	16
Procedimiento	19
Análisis de Datos.....	20
Resultados	21
Discusión.....	25
Conclusiones	32
Limitaciones.....	33
Referencias.....	34
Anexos.....	52

Índice de Tablas

Tabla 1	23
Tabla 2	25

Índice de Figuras

Figura 1	24
----------------	----

Índice de Anexos

Anexo A.....	52
Anexo B.....	53
Anexo C.....	54
Anexo D.....	55

Resumen

El consumo de pornografía en la adolescencia y adultez emergente tiene un impacto relevante en el desarrollo identitario y afectivo-sexual de quienes lo consumen, especialmente si el acceso a este tipo de contenidos se produce por motivos de evitación experiencial o gestión emocional desadaptativa. Mediante un diseño ex post facto prospectivo de corte transversal, en el que participaron 115 sujetos de entre 18 y 35 años, se analizan los motivos de consumo de pornografía y su relación con diferentes variables psicológicas, proponiendo un modelo del perfil de los jóvenes consumidores de pornografía. Los resultados, en especial el modelo SEM, mostraron una alta prevalencia de consumo en la muestra y señalaron que determinadas variables psicológicas relacionadas con el malestar emocional y la autorregulación conductual se asocian con los motivos de consumo de pornografía. De forma general, los hallazgos muestran la importancia de considerar el perfil emocional y autorregulatorio para comprender de forma funcional el patrón de consumo de pornografía en jóvenes.

Palabras clave. Pornografía, motivos de consumo, evitación experiencial, SEM.

Abstract

The consumption of pornography during adolescence and early adulthood has a significant impact on the identity and affective-sexual development of those who consume it, especially if access to this type of content occurs for reasons of experiential avoidance or maladaptive emotional management. Using a prospective cross-sectional ex post facto design, in which 115 subjects between the ages of 18 and 35 participated, the reasons for pornography consumption and its relationship with different psychological variables were analyzed, proposing a model of the profile of young pornography consumers. The results, especially the SEM model, showed a high prevalence of consumption in the sample and indicated that certain psychological variables related to emotional distress and behavioral self-regulation are associated with the reasons for pornography consumption. Overall, the findings show the importance of considering the emotional and self-regulatory profile in order to functionally understand the pattern of pornography consumption in young people. The study also suggests that the emotional profile is associated with the consumption of pornography,

Keywords. Pornography, motives for pornography consumption, experiential avoidance, SEM.

Introducción

La adolescencia y la adultez emergente constituyen períodos evolutivos sensibles del desarrollo humano en las que tienen lugar importantes cambios neurobiológicos, psicológicos, cognitivos y sociales (Dahl, 2004; Crone y Dahl, 2012; Arnett, 2000, Arnett et al., 2014). La adolescencia es aquella etapa caracterizada por la aparición de cambios físicos y puberales, la maduración sexual y la reorganización neurobiológica (Dahl, 2004; Dahl et al., 2018; Backes y Bonnie, 2019), en la que funciones tales como la toma de decisiones, el control de impulsos, la regulación comportamental y emocional se encuentran en desarrollo (Casey et al., 2008; Forbes y Dahl, 2010; Crone y Dahl, 2012; Blakemore y Robbins, 2012; Fryt y Czernecka, 2015), lo que contribuye a explicar la mayor asunción de riesgos, la sensibilidad a la evaluación social, el incremento de intereses románticos y sexuales, así como la búsqueda de sensaciones y la preferencia por la gratificación inmediata (Dahl, 2004; Casey et al., 2008; Crone y Dahl, 2012; Dahl et al., 2018). Además, en esta etapa se inicia el proceso de construcción de la propia identidad, definida por los valores y metas personales (Arab y Díaz, 2015; Dahl et al., 2018) e influenciada por las de las relaciones sociales que se van consolidando (van den Bos, 2013).

Todos estos cambios podrían llegar a extenderse hasta la tercera década de la vida, lo cual apoyaría la actual comprensión del desarrollo como un proceso continuo y progresivo (Johnson et al., 2009; Mousley et al., 2025). De esta manera, la adultez emergente — concepto introducido por Arnett (2000) — puede ser entendida como una prolongación y transformación de los procesos iniciados durante la adolescencia, y no como una etapa independiente y aislada (Valde, 1996). Pese a ello, presenta características propias, entre las que destacan la exploración de la identidad y el autoconocimiento (Higley, 2019), el estrés e inestabilidad derivados de los cambios académicos, laborales y relacionales, el autoenfoque, y la sensación de encontrarse en un punto intermedio entre la adolescencia y la edad adulta (Arnett, 2000; Spišáková y Ráčzová, 2020; Reifman y Niehuis, 2023; Rod et al., 2025). La gestión de estas demandas y cambios puede asociarse a mayores niveles de vulnerabilidad psicológica, manifestados en síntomas de estrés, ansiedad y depresión (Keskiner et al, 2024).

En este contexto de cambios evolutivos, el desarrollo de la sexualidad se configura como una tarea central en la adolescencia y la adultez emergente (Boislard et al., 2016), constituyendo una faceta importante de la identidad personal (Corona y Funes, 2015).

Garantizar un desarrollo sexual saludable en estas etapas resulta fundamental (Guerrero-Núñez et al., 2025), por lo que es necesario promover la alfabetización sexual, las actitudes de género igualitarias, el respeto y comprensión del consentimiento, el desarrollo de habilidades de reflexión crítica, de afrontamiento y relación social, la autoeficacia sexual, el empoderamiento — entendido como un proceso de adquisición de mayor control, poder y autonomía sobre las propias decisiones (Úcar-Martínez et al., 2017) — (Kågesten y van Reeuwijk, 2021), las actitudes positivas hacia el placer (Kotiuga et al., 2022), la percepción y valoración positiva del propio cuerpo, la comunicación asertiva, la aceptación de la diversidad sexual y la educación sexual integral (De Meyer et al., 2022), ya que estos factores son considerados por la literatura, elementos protectores frente a prácticas de riesgo e interiorización de dinámicas relacionales disfuncionales (Goldfarb y Lieberman, 2021).

En ausencia de una educación afectivo-sexual adecuada que responda a las dudas y curiosidades sobre sexualidad de la población (Sedano et al., 2024), tanto adolescentes como adultos jóvenes pueden verse expuestos a representaciones irreales de la misma, como las mostradas en la pornografía, convirtiéndose esta en una fuente informal de aprendizaje sexual, lo que puede afectar de forma significativa a su comprensión de la sexualidad y las relaciones saludables (Miras y Areste, 2025).

En este sentido, la exposición a contenido pornográfico en etapas vulnerables del desarrollo, influye en la construcción de actitudes sexistas (Feijóo et al., 2025), el aumento de la desigualdad de género (Sánchez-González et al., 2021), la interiorización de guiones sexuales que influyen las actitudes sexuales y dan lugar a prácticas de riesgo (Sinković et al., 2013; Wright et al., 2023; González-Hernández et al., 2024), la normalización de la violencia, la humillación, cosificación y mantenimiento de relaciones sexuales no consentidas (Miras y Areste, 2025), entre otros, afectando así al desarrollo de las bases sobre las que se construyen las relaciones románticas y sexuales sanas y placenteras (Pathmendra et al., 2023).

Investigaciones recientes señalan que, además del consumo con motivos de aprendizaje sobre prácticas sexuales (Torrado et al., 2024), los jóvenes acceden a este tipo de contenidos por motivos de excitación sexual, curiosidad y exploración de fantasías (Peter y Valkenburg, 2016), para gestionar el aburrimiento o la soledad (Bóthe et al., 2020; Ballester et al., 2022) y con motivos de evitación emocional o experiencial (Doornwaard et al., 2016), siendo estos últimos los que la literatura ha relacionado de forma consistente con patrones de consumo problemático (Brand et al., 2016; Grubbs et

al., 2019; Vines et al., 2025).

Internet Como Agente de Socialización Sexual en la Adolescencia y Adulthood Emergente

La sexualidad es definida por la OMS (2002) como aquel aspecto central en la vida de todo ser humano, que engloba “el sexo, las identidades de género, el placer, el erotismo, la intimidad, la reproducción y la orientación sexual”. Esta se expresa a través de pensamientos, valores y conductas, y es influida por la interacción de factores biológicos, psicológicos, sociales y culturales. De acuerdo con esto, Hegde y colaboradores (2022) señalan que los estilos de crianza, las relaciones con los iguales, la cultura, la comunidad y el entorno familiar influyen de forma determinante en la transmisión de valores, normas, conocimientos y actitudes relacionados con la sexualidad (Widman et al., 2016; Peçi, 2017; Cabrera-Fajardo, 2022).

En la actualidad, Internet y las nuevas tecnologías se posicionan como nuevos y principales agentes de socialización y aprendizaje sexual (Hidalgo de la Rosa, 2023) gracias a características como el anonimato, la asequibilidad, el acceso inmediato y su carácter atractivo y estimulante, pues facilitan el acceso continuo a información y contenidos sexuales en cualquier momento y lugar (Cooper, 1998).

Así, el proceso de digitalización tiene un impacto especialmente relevante en el ámbito de la sexualidad, pues modifica los modos de acceso, consumo y construcción de significados en torno al sexo, el placer, el cuerpo y la construcción de la experiencia sexual durante la adolescencia y la juventud a través de la búsqueda de información sexual, la visualización de contenidos eróticos, y la exposición a materiales sexuales en línea, entre los que destaca la pornografía (Ward, 2003; Ballester et al., 2011; Hegde et al., 2022). De este modo, los contenidos sexuales no solo constituyen una fuente informal de aprendizaje (Davis et al., 2017), sino que actúan como un modelo de comportamiento sexual (Hegde et al., 2022), haciendo que los jóvenes puedan interiorizar estándares poco realistas sobre la actividad sexual y la imagen corporal, al tomar como referentes los cuerpos y prácticas sexuales expuestos en la pornografía. Esto puede dar lugar a una disminución de la autoestima y favorecer el desarrollo de formas inadecuadas de expresión de las necesidades sexuales (Hegde et al., 2022).

Teniendo en cuenta que la adolescencia y adulthood emergente son etapas que se caracterizan por la necesidad de exploración y comprensión de la sexualidad, así como por la construcción de la propia identidad (Kar et al., 2015), la exposición a contenidos

pornográficos puede tener un impacto significativo en su desarrollo identitario y afectivo-sexual (Hidalgo de la Rosa, 2023), en la medida en la que estos procesos no están plenamente consolidados.

Pornografía: Conceptualización e Impacto en Población Joven

Actualmente, no existe una definición operativa sobre el concepto “pornografía”, pues está formado por elementos muy variados y difíciles de conceptualizar (Ballester et al., 2020). No obstante, esta podría definirse como aquel material sexual explícito (imágenes, textos, vídeos) que exhibe la sexualidad de una persona o grupo de personas (Martínez-Fernández et al., 2025) por medio de la representación de cuerpos desnudos y actividades sexuales explícitas, con el objetivo de excitar a quien la consume (Ballester et al., 2020).

Cabe señalar que la pornografía no nace con la aparición de Internet, sino que se remonta al inicio de las civilizaciones (Eko, 2016), no obstante, es el desarrollo de las nuevas tecnologías lo que ha favorecido su producción y distribución de forma exponencial (Varnet y Cartes-Velásquez, 2021).

En este contexto, la pornografía contemporánea se caracteriza por el anonimato, la calidad de imagen, la ausencia de límite en las prácticas sexuales que se proyectan, la accesibilidad y la asequibilidad (Merlyn et al., 2020; Ballester et al., 2022; Sedano et al., 2024), lo que contribuye a que su repercusión a nivel individual y relacional sea significativa (Merlyn et al., 2020), teniendo el mayor impacto en los adolescentes y adultos jóvenes, pues, además de que son los que mayor uso hacen de estas tecnologías (Dahl et al., 2018; Díaz-Hernández et al., 2023), no se debe olvidar que en estas etapas hay un notable aumento de la plasticidad cerebral, lo que hace a los jóvenes más sensibles y vulnerables a las exposiciones ambientales, ya sean negativas o positivas (Higley, 2019; Sisk y Gee, 2022; Hidalgo de la Rosa, 2023).

Estas características, junto con la mayor autonomía en el uso de las nuevas tecnologías y la menor supervisión parental (Livingstone y Helsper, 2008), han facilitado al adelanto progresivo en el consumo de pornografía. Así, la edad media de primer acceso a contenido pornográfico se sitúa a los 12 años (Ballester et al., 2022), aunque hay quienes acceden a este tipo de contenidos antes de los 10 años (Sanjuán, 2020). Además, la investigación apunta que los varones suelen tener su primer contacto con la pornografía casi un año antes que las mujeres, y que acceden a este tipo de contenidos con mayor frecuencia (Gómez-Miguel et al., 2023).

En estas etapas, las habilidades emocionales que permiten analizar de forma crítica lo representado en la pornografía, se encuentran en proceso de maduración (Vertongen et al., 2022), lo que puede dificultar el desarrollo de una sexualidad saludable y facilitar la normalización de los mitos y prácticas reflejadas en dichos contenidos (Fernández-Rouco et al., 2019). Por ello, aunque para la mayoría de los jóvenes este consumo es considerado como una forma de entretenimiento sexual sin consecuencias clínicas aparentes, en una parte importante de ellos puede favorecer el desarrollo de patrones de uso problemático, asociados a malestar psicológico y a posibles dificultades a nivel individual, sexual, social y relacional (De Alarcón et al., 2019; Merlyn et al., 2020; Díaz-Hernández et al., 2023).

Pese a que el uso de pornografía no tiene los mismos efectos en quienes la consumen, una elevada proporción de investigaciones y trabajos muestran evidencia sólida sobre la relación entre la exposición regular a este tipo de contenidos y el desarrollo de consecuencias negativas en los jóvenes consumidores (Braithwaite et al., 2015).

Consecuencias Individuales y Relacionales Derivadas del Consumo de Pornografía

Entre las consecuencias individuales derivadas del consumo de pornografía se destacan las siguientes: desarrollo de actitudes sexistas, realización de prácticas sexuales violentas (Ballester et al., 2022) debido a la aceptación de la violencia en la sexualidad (Merlyn et al., 2020), cosificación de la mujer (Braithwaite et al., 2015), aumento de las prácticas sexuales de riesgo (Ballester et al., 2022; Harkness et al., 2015), aumento de la tendencia a no usar preservativos en las relaciones sexuales (Peter y Valkenburg, 2016), baja satisfacción sexual y mayor preocupación y ansiedad por el acto sexual (Villena y Chiclana, 2018), inseguridad con su aspecto físico (Johnson et al., 2019), disminución de la autoestima al compararse con el cuerpo de actores y actrices (Hegde et al., 2022; Villena y Chiclana, 2018) y desarrollo de formas inadecuadas de expresión de necesidades sexuales (Hegde et al., 2022), entre otras.

Asimismo, a nivel relacional la evidencia reporta las siguientes consecuencias derivadas del consumo: expectativas sobre la relación sexual influenciadas y distorsionadas por lo visto en la pornografía (Villena y Chiclana, 2018; Tylka, 2015), disminución de la excitación sexual en las relaciones de pareja, dificultades para llegar al orgasmo y pérdida de interés sexual (Poulsen et al., 2013), reproducción de lo visto en la pornografía en las relaciones sexuales (Rothman y Adhia, 2015, citado en Merlyn

et al, 2020; Ballester et al, 2019), cambios en la frecuencia e intensidad de la actividad sexual en las relaciones de pareja (Esteban, 2017), alteración en la percepción y trato a los miembros del género opuesto (De Angelis, 2007, citado en Zoie y Rashid, 2021) y distorsiones sobre el consentimiento en las relaciones (Vall-Castelló et al., 2025).

Además, la literatura actual adopta una perspectiva de género para profundizar en el impacto que la pornografía tiene en los jóvenes, de manera que algunos estudios muestran que mujeres y hombres se ven afectados de manera diferente. En sus trabajos, Zoie y Rashid (2021) señalan que las mujeres tienden a desarrollar depresión, ansiedad, baja autoestima, trastornos de la conducta alimentaria y comportamientos sexuales de riesgo, con más frecuencia que los hombres. Por otro lado, trabajos de Ballester y colaboradores (2019), señalan que el consumo de pornografía aumenta la tendencia a la agresividad sexual en los varones.

Marco Explicativo del Impacto de la Pornografía en Jóvenes

Para comprender el desarrollo de este impacto, conviene atender a los mecanismos psicológicos implicados.

Desde la Psicología Conductista la pornografía podría entenderse como reforzador. La excitación sexual y el orgasmo son experiencias gratificantes que, de acuerdo con el condicionamiento operante (Skinner, 1983), actúan como reforzadores positivos de la conducta de ver pornografía, aumentando la probabilidad de consumir nuevamente contenido explícito (Abalo-Rodríguez et al., 2023). Por otro lado, esta es utilizada como estrategia de evitación de emociones desagradables, la pornografía operaría como refuerzo negativo, aumentando igualmente la probabilidad de su consumo (Putnam, 2000; Levin et al., 2012; Hald et al., 2014).

Desde la Teoría del Aprendizaje Social-Cognitivo de Bandura (2001), la pornografía puede funcionar como modelo de comportamiento sexual al mostrar conductas sexuales explícitas reforzadas, sin mostrar las consecuencias o castigos asociados, lo cual favorece la imitación, normalización e internalización de estas conductas en jóvenes (Harkness et al., 2015; Peter y Valkenburg, 2010).

Esto se complementa con la Teoría de los Guiones Sexuales de Simon y Gagnon (2003), la cual sostiene que las influencias contextuales y socioculturales juegan un papel fundamental en el aprendizaje de los comportamientos sexuales. Así, la exposición continuada a contenido pornográfico no solo favorece la imitación, sino que refuerza, modifica o construye nuevos guiones sexuales en los jóvenes (Harkness et al.,

2015; Sun et al, 2016; González-Hernández et al., 2024).

La elevada y repetida exposición a material sexualmente explícito hace que el cerebro se habitúe y se desensibilice, normalizando ciertas conductas y prácticas violentas, y disminuyendo la percepción de esta conducta como algo problemático (Kühn y Gallinat, 2014).

Motivos de Consumo de Pornografía en Jóvenes

El consumo de pornografía en general, o su frecuencia de uso, pueden no considerarse problemáticos en sí mismos (Vaillancourt-Morel et al., 2017), por ello deben tenerse en cuenta los motivos que llevan a los jóvenes a consumir contenido sexualmente explícito (Campbell y Kohut, 2017; Bóthe et al., 2022). La literatura actual clasifica estas motivaciones en positivas y negativas (Csányi et al., 2025). Entre las motivaciones positivas se encuentra el consumo como forma de entretenimiento (Ballester et al., 2022), como búsqueda de placer o excitación sexual (Bóthe et al., 2022), como recurso ante la falta de satisfacción sexual en las relaciones íntimas, como forma de autoexploración (Bóthe et al., 2020), como fuente de información sobre sexualidad (Ramiro et al., 2023) y aprendizaje sexual (Hare et al., 2015; Ballester et al., 2022) en ausencia de una adecuada educación sexual (Tolman y McClelland, 2011), o como exploración de fantasías (Csányi et al., 2025). Asimismo, entre las motivaciones negativas se encuentra el consumo como estrategia de evitación experiencial (Bóthe et al, 2020), como forma de aliviar del estrés, como estrategia desadaptativa de regulación emocional, como forma de aliviar el sentimiento de soledad (Cardoso et al., 2022) o como forma de escape emocional (Csányi et al., 2025).

Esta distinción entre las motivaciones de consumo no se basa en una simple descripción, sino que se relaciona con los resultados psicológicos derivados del mismo. Así las motivaciones positivas tienden a predecir un uso intencional y autorregulado, mientras que las negativas se asocian a la desregulación emocional y a una mayor probabilidad de uso problemático (Csányi et al., 2025), lo cual resalta la importancia de estudiar e intervenir desde la clínica.

Consumo de Pornografía Como Estrategia de Evitación Experiencial

La literatura actual señala que los jóvenes emplean la pornografía como método de gestión de emociones como el estrés y el aburrimiento, como forma de distracción o supresión emocional (Bóthe et al, 2020), como forma de mejorar el estado anímico o como estrategia de evitación de emociones desagradables (Burtáverde et al., 2021).

Dado que el sufrimiento es una parte inherente de la vida y la experiencia humana, y que todas las personas, con independencia de su edad, deben hacer frente de forma recurrente a emociones desagradables, pensamientos o sensaciones corporales incómodas que forman parte del funcionamiento psicológico normal (Hayes, 2015), se hace necesario el adecuado desarrollo de habilidades adaptativas de regulación emocional (Young et al, 2019; Pozzi et al., 2021), pues, no es la presencia de estas experiencias internas lo que determina en sí el malestar y el sufrimiento, sino la manera en que el individuo se relaciona con ellas y las gestiona. La ausencia de estas habilidades hace que las emociones se vivan como desbordantes, difíciles de manejar y ajenas al control de la persona, lo que puede llevar a intentos de evitarlas o suprimirlas (Hervás, 2011).

Este concepto se introduce en la Terapia de Aceptación y Compromiso (ACT) (Hayes et al., 1999) bajo el nombre de evitación experiencial, definido por Hayes y colaboradores como aquel fenómeno que tiene lugar cuando una persona muestra resistencia a estar en contacto con sus emociones, pensamientos, sensaciones corporales y recuerdos, y pone en marcha conductas y acciones dirigidas a modificar su intensidad, frecuencia de aparición o contextos que los desencadenan (Valencia et al., 2017; Hayes et al., 1996). Estas estrategias, pese a que a corto plazo proporcionan una reducción del malestar, a medio y a largo plazo lo mantienen, haciendo que este se manifieste con mayor intensidad en algunas ocasiones (Patrón-Espinosa, 2010; Luciano y Valdivia-Salas, 2006).

En los últimos años, la literatura ha reflejado el papel transdiagnóstico de la evitación experiencial en el desarrollo y mantenimiento de una amplia variedad de problemas psicológicos (Gerdan y Salcioglu, 2025), entre los que se encuentran: los trastornos de ansiedad y depresión (Gerdan y Salcioglu, 2025; Hayes et al, 2004), el trastorno obsesivo-compulsivo (Den Ouden et al, 2020), el trastorno de estrés postraumático (Gerdan y Salcioglu, 2025), los trastornos de la alimentación (Rawal et al., 2010) y los trastornos por uso de sustancias (Cooper et al., 1992). Así, la evitación experiencial debe ser entendida un proceso transversal que conforma un patrón desadaptativo general de regulación emocional, y no como un síntoma específico (Hayes, 2015).

Ante la presencia de emociones desagradables, las personas tienden a elegir aquellas estrategias que les proporcionan un alivio inmediato, puesto que suele aparecer un deseo intenso y urgente de aliviar o eliminar ese malestar (Hayes et al., 1996). Es por

ello que, resulta frecuente la elección de conductas o estrategias con una baja exigencia cognitiva y una gratificación inmediata, pese a que a largo plazo puedan ser desadaptativas (Tice et al., 2001). Entre ellas, podría encontrarse el consumo de pornografía.

Siguiendo la lógica de la ACT, que otorga mayor importancia a la funcionalidad de la conducta que a su topografía (Twohig, 2012), se considera importante atender a la función reguladora que cumple el consumo de pornografía, dejando de lado la visión centrada exclusivamente en su frecuencia de consumo.

En este sentido, dicha conducta ha comenzado a estudiarse de forma creciente como posible estrategia de afrontamiento o evitación emocional (Nguyen, 2025). Tal es así, que, distintas investigaciones muestran que las dificultades en la regulación emocional y los elevados niveles de evitación experiencial se asocian a un consumo problemático de pornografía en línea, especialmente cuando esta se utiliza para gestionar emociones desagradables (Böthe et al., 2021; Laier y Brand, 2017; Wery y Billieux, 2016).

La evidencia señala que la evitación experiencial explica tanto una mayor frecuencia de consumo como sus consecuencias negativas, las cuales parecen estar más relacionadas con el uso como estrategia de evitación emocional que con la frecuencia de consumo o con el uso como forma de obtener placer o responder a su curiosidad (Levin et al., 2019).

En base a este planteamiento, parece relevante analizar los motivos de consumo de pornografía y no limitar el estudio a la frecuencia de consumo, pues, si el consumo de este tipo de contenidos puede cumplir distintas funciones reguladoras, tales como distracción o alivio de emociones desagradables, entonces los motivos que las personas reportan para consumir ofrecen información valiosa sobre la función psicológica que cumple dicha conducta. En este sentido, la suma de motivos podría ser entendida como un indicador de la cantidad de funciones que el consumo cumple en la vida emocional de los jóvenes. De modo que, se considera conveniente explorar qué variables emocionales y autorregulatorias son las que podrían estar implicadas en hacer uso de la pornografía como estrategia de regulación emocional.

Objetivos del Estudio

Por todo ello, el objetivo general del presente trabajo es analizar los motivos de consumo de la población joven, estudiando su relación con variables psicológicas, así

como, desarrollar un modelo que explique y estudie el perfil psicológico de los jóvenes consumidores de pornografía. Además, como objetivos específicos, este trabajo pretende: describir la prevalencia de consumo en la muestra; examinar la relación entre el género y el consumo de pornografía; analizar la existencia de diferencias en función del género en la frecuencia y los motivos de consumo; explorar la relación entre la suma de motivos de consumo y distintas variables psicológicas; determinar qué variables psicológicas predicen la suma de motivos de consumo y evaluar un modelo explicativo que permita comprender qué variables clínicas y de autorregulación se articulan para influir en la configuración de los motivos de consumo de pornografía.

Método

Diseño

En el presente estudio se ha empleado un diseño ex post facto prospectivo de corte transversal (León y Montero, 2020), puesto que no se manipulan las variables, la recogida de datos se realiza al inicio de la investigación y esta se lleva a cabo en un único momento temporal.

Participantes

La muestra del presente estudio se obtuvo mediante la técnica de muestreo no probabilístico de bola de nieve (León y Montero, 2020), a fin de garantizar un tamaño muestral adecuado, pese a las limitaciones que conlleva. El tamaño muestral fue de 115 participantes, con edades comprendidas entre los 18 y los 35 años ($M = 25.44$; $DS = 3.93$). Respecto al género, 71 son mujeres (64,3%) y 41 hombres (35,7%).

En cuanto al nivel educativo de la muestra, el 35,7% de los participantes contaba con Estudios Universitarios de Grado ($n = 41$), el 29,6% con Estudios Universitarios de Máster ($n = 34$), el 13% con estudios de Formación Profesional de Grado Superior ($n = 15$), el 10,4% con estudios de Bachillerato ($n = 12$), el 5,2% con estudios de Educación Secundaria Obligatoria ($n = 6$), el 3,5% con estudios de Formación Profesional de Grado Medio ($n = 4$), y tan solo un 2,6% contaba con estudios de Doctorado ($n = 3$).

Con el fin de garantizar la adecuación de la muestra a los objetivos del presente estudio, se establecieron una serie de criterios de inclusión y exclusión. El cuestionario fue administrado únicamente a población con mayoría de edad y usuaria de entornos digitales, siendo un requisito imprescindible haber dado de forma previa el consentimiento informado para la participación en la investigación. Asimismo, se excluyó a participantes mayores de 35 años y también a población clínica a fin de evitar

posibles sesgos en los análisis, para lo cual fueron tenidas en cuenta las puntuaciones obtenidas en el PHQ-9, un instrumento de cribado de síntomas depresivos.

Variables e Instrumentos

Para la investigación se elaboró un protocolo online conformado por diferentes cuestionarios, todos ellos validados al castellano. Dicho cuestionario puede consultarse en: [Cuestionario Estudio Google Forms](#).

A continuación, se presentan los instrumentos de medida empleados para la investigación.

Cuestionario Ad Hoc

Datos Demográficos. Con el fin de recabar información de interés se incluyeron preguntas que recogen datos demográficos de los participantes, tales como: la edad, el género, el estado civil actual y el nivel educativo.

Datos Referidos al Consumo de Pornografía. Con el objetivo de conocer información sobre el consumo de pornografía de los participantes, se incluyeron preguntas referidas al consumo, a la frecuencia con la que se consume, a las plataformas a las que se accede y a los motivos de consumo.

Datos del Impacto Cognitivo-Relacional. Se realizaron preguntas dirigidas a valorar la percepción de la influencia del consumo de pornografía en las relaciones afectivas, en las expectativas sobre el sexo y en la seguridad en las relaciones románticas (Anexo A).

Patient Health Questionnaire-9 (PHQ-9)

Para la evaluación de los síntomas depresivos se administra la versión validada en población española de Muñoz-Navarro et al. (2017) del Patient Health Questionnaire-9 (PHQ-9), desarrollado originalmente por Kroenke, Spitzer y Williams (2001), puesto que muestra una elevada consistencia interna ($\omega = .89$). Se trata de un cuestionario autoadministrado de 9 ítems que explora la presencia de síntomas depresivos durante las últimas dos semanas, con un formato de respuesta de cuatro categorías tipo Likert de frecuencia (0 = nada, 3 = todos los días).

Escala Breve de Comportamiento Impulsivo (UPPS-P)

Para la evaluación de la impulsividad se administra la adaptación española de Cándido y colaboradores (2012) de la escala breve de comportamiento impulsivo UPPS-P, desarrollada originalmente por Whiteside y Lynam (2001). Está formada por 20 ítems divididos en cinco subescalas que se relacionan con el comportamiento

impulsivo: Urgencia Positiva (ítems: 2, 10, 15 y 20), Urgencia Negativa (ítems: 4, 7, 12 y 17), Falta de Perseverancia (ítems: 5, 8, 11 y 16), Falta de Premeditación (ítems: 1, 6, 13 y 19) y Búsqueda de Sensaciones (3, 9, 14 y 18). Todos ellos se responden con una escala tipo Likert (1 = rotundamente de acuerdo, 4 = rotundamente en desacuerdo).

La Urgencia Positiva hace referencia a la tendencia a actuar impulsivamente cuando se experimentan emociones positivas intensas, la Urgencia Negativa alude a la tendencia a actuar impulsivamente cuando se experimentan emociones negativas intensas, la Falta de Perseverancia se refiere a la dificultad para mantener la atención y finalizar tareas largas o costosas, la Falta de premeditación se refiere a la tendencia a actuar sin pensar previamente en las consecuencias, y la Búsqueda de Sensaciones alude a la necesidad de buscar experiencias nuevas, intensas y estimulantes.

La versión corta española del UPPS-P presenta unos índices adecuados de consistencia interna en todas sus subescalas, con valores de $\alpha = .68$ para Urgencia Negativa, $\alpha = .78$ para Falta de Premeditación, $\alpha = .79$ para Falta de Perseverancia, $\alpha = .81$ para Búsqueda de Sensaciones y $\alpha = .61$ para Urgencia Positiva.

Trait Meta-Mood Scale-24 (TMMS-24)

Para evaluar la regulación emocional se aplica la TMMS-24, adaptación española abreviada de la Trait Meta-Mood Scale (TMMS), diseñada originalmente por Salovey y colaboradores (1995). Dicha adaptación española fue realizada por Fernández-Berrocal, Extremera y Ramos (2004), y mostró una alta consistencia interna ($\alpha \approx .90$ para Atención y Claridad Emocional; $\alpha \approx .86$ para Reparación Emocional).

Esta escala consta de 24 ítems distribuidos en tres dimensiones: Atención Emocional (del ítem 1 al 8), Claridad Emocional (del ítem 9 al 16) y Reparación Emocional (del ítem 17 al 24), los cuales presentan un formato de respuesta tipo Likert (1 = nada de acuerdo, 5 = totalmente de acuerdo).

La Atención Emocional hace referencia a la capacidad de sentir y expresar sentimientos de forma adecuada, la Claridad Emocional se refiere a la capacidad de comprender bien los estados emocionales propios, y la Reparación Emocional alude a la capacidad de regular correctamente los estados emocionales.

Escala de Habilidades Sociales (EHS)

Para la evaluación de la aserción y las habilidades sociales se administra la EHS, Escala de Habilidades Sociales de Gismero (2022), instrumento con una elevada consistencia interna ($\alpha = .88$) y baremado en población de adolescentes y adultos españoles. La EHS está formada por 33 ítems con 4 alternativas de respuesta, que van

desde “No me identifico en absoluto, la mayoría de las veces no me ocurre o no lo haría” hasta “Muy de acuerdo, me sentiría así o actuaría así en la mayoría de los casos”. Esta escala está formada por 6 factores: “Autoexpresión en situaciones sociales, Defensa de los derechos como consumidor, Expresión de enfado, Decir no y cortar interacciones, Hacer peticiones, e Inicial interacciones positivas con personas del sexo opuesto que puedan resultar atractivas” (Gismero, 2022).

Escala de Autoestima de Rosenberg (RSE)

Para la evaluación de la autoestima se aplica la Escala de Autoestima de Rosenberg (RSE), adaptación española de la Rosenberg Self-Esteem Scale (RSE), diseñada originalmente por Morris Rosenberg (1965). Dicha adaptación española fue realizada por González y colaboradores (2000) y mostró una buena consistencia interna ($\alpha = .86$). Se trata de una escala formada por 10 ítems que evalúan la autoestima global, entendida como la valoración general que una persona hace de sí misma. Los ítems se responden mediante una escala de tipo Likert de cuatro categorías (1 = muy en desacuerdo, 4 = muy de acuerdo).

Escala de Autoestima Corporal (EAC)

Para evaluar la autoestima corporal se administra la Escala de Autoestima Corporal (EAC) de Peris y colaboradores (2016), una escala validada en población española que pretende valorar la dimensión física de las partes del cuerpo y el atractivo social del mismo por medio de un cuestionario autoadministrado formado por 26 ítems, distribuidos en dos dimensiones: Satisfacción Corporal (SC) y Atractivo Corporal (AC). La subescala de Satisfacción Corporal la conforman 20 ítems dirigidos a valorar el grado de satisfacción con distintas partes del cuerpo y características físicas, mientras que la subescala de Atractivo Corporal la forman 6 ítems que valoran la percepción del propio atractivo físico y social. Estas se responden haciendo uso de una escala tipo Likert de 10 categorías (1 = nada satisfecho/a, 10 = muy satisfecho/a).

Los resultados del Alpha de Cronbach muestran una elevada consistencia interna, pues los valores de las mujeres fueron: $\alpha = .95$ en la EAC, $\alpha = .95$ en la SC y $\alpha = .92$ en el AC, y los de los hombres fueron: $\alpha = .96$ en la EAC, $\alpha = .95$ en la SC y $\alpha = .92$ en el AC (Peris et al., 2016).

Escala de Autovalía y Satisfacción Sexual (SWSS)

Esta escala fue elaborada específicamente para el presente estudio ante la ausencia de instrumentos breves que evaluaran, en población española y para los rangos de edad de la muestra del estudio, la percepción subjetiva de la valía sexual, la

confianza en las propias capacidades sexuales y el grado de satisfacción de la persona con su vida sexual (Anexo B). Dicha escala está formada por 4 ítems, contestados mediante una escala tipo Likert de frecuencia (1= nunca, 5 = siempre).

Se analizó con JASP la consistencia interna de la SWSS mediante los coeficientes de McDonald (ω) y alfa de Cronbach (α). Asimismo, se realizó un análisis factorial exploratorio donde se observó una estructura unidimensional coherente con el planteamiento del instrumento. Se encontró que la SWSS muestra una alta fiabilidad ($\omega = .87$; $\alpha = .87$), y que explica el 66,4% de la varianza.

Escala de Desempeño Sexual Percibido (PSP)

Al igual que la SWSS, esta escala fue desarrollada ante la ausencia de instrumentos breves que evaluaran, en población española y para los rangos de edad de la muestra del estudio, la autoevaluación del rendimiento sexual y la percepción de adecuación y competencia durante la actividad sexual (Anexo C). Dicha escala está formada por 4 ítems, contestados mediante una escala tipo Likert de frecuencia (1= nunca, 5 = siempre). Se realizaron los mismos análisis que con la SWSS, encontrándose que la PSP presenta una consistencia interna aceptable ($\omega = .68$) y que explica el 46% de la varianza.

Escala de Ansiedad y Evitación Sexual (SAAS)

Igual que en los casos anteriores, se elaboró esta escala ante la ausencia de instrumentos breves que evaluaran, en población española y para los rangos de edad de la muestra del estudio, la presencia de ansiedad ante la actividad sexual, la tendencia a la evitación y la dificultad para relajarse y disfrutar durante las relaciones íntimas (Anexo D). Dicha escala está formada por 4 ítems, contestados mediante una escala tipo Likert de frecuencia (1= nunca, 5 = siempre). Se realizaron los mismos análisis que con la SWSS y la PSP, encontrándose que la SAAS muestra una alta fiabilidad, con un ($\omega = 0.86$; $\alpha = 0.86$) y explica un 71,9% de la varianza, con cargas factoriales elevadas en todos los ítems ($> .45$).

Procedimiento

Para la recogida de datos, se elaboró un cuestionario online con *Google Forms*, con una duración no superior a 20 minutos, el cual fue difundido mediante las plataformas online de WhatsApp e Instagram entre diciembre de 2025 y enero de 2026. Previamente a la realización del cuestionario, se informó a los participantes sobre el proyecto, la naturaleza voluntaria de colaboración y la confidencialidad de los datos, siendo

necesario marcar la opción “He leído la información y acepto participar de forma voluntaria” para poder continuar con la cumplimentación del mismo. De igual forma, se informó a los participantes sobre su derecho de abandonar el estudio en cualquier momento. Una vez finalizada la recogida de datos, se revisó la correcta cumplimentación del cuestionario por parte de los participantes para codificar los datos con el fin de garantizar el anonimato de los mismos y poder posteriormente analizarlos.

Análisis de Datos

El análisis de datos del presente trabajo se llevó a cabo en varias fases, haciendo uso en todas ellas de la versión 0.95.4 del software JASP, un programa de análisis estadístico de código abierto (JASP Team, 2025). En primer lugar, se realizaron análisis descriptivos de todas las variables de interés a fin de caracterizar la muestra del estudio y obtener una visión general del patrón de consumo y los motivos asociados. Para ello, se estimaron medias y desviaciones típicas para las variables cuantitativas, así como frecuencias y porcentajes en las variables categóricas. En segundo lugar, se empleó la prueba de Chi-cuadrado para analizar la asociación entre el género y el consumo de pornografía (Mateo Rivas y García Ferrando, 1990). Asimismo, se realizaron pruebas *t* para muestras independientes con el fin de analizar posibles diferencias en función del género en la frecuencia de consumo. Se calcularon los tamaños del efecto mediante la *d* de Cohen para las pruebas *t*, interpretándose como pequeños (.20), moderados (.50) y grandes (.80), según los criterios de Cohen (1988). Por otro lado, se analiza mediante las pruebas de Chi-cuadrado las diferencias en los motivos de consumo, en relación con el género. Previo a todo esto se comprobaron los supuestos de normalidad y homogeneidad de varianzas, y dado que este no se cumplía, se empleó la prueba de Welch, pues es considerada una alternativa robusta a la prueba *t* de Student en casos de varianzas desiguales (Delacre et al., 2017). El nivel de significación estadística se estableció en $p < .05$.

De igual manera, se realizó un análisis de consistencia interna y de validez estructural de las escalas desarrolladas para este estudio, siguiendo las recomendaciones de Abad y colaboradores (2015).

Posteriormente mediante un análisis de correlación de Pearson se examinaron relaciones bivariadas entre la suma de motivos de consumo y las variables psicológicas estudiadas (Mateo Rivas y García Ferrando, 1990). Tras esto, se realizó un análisis de regresión lineal múltiple basada en el método de entrada por pasos hacia atrás con el

objetivo de identificar qué variables psicológicas contribuían de forma significativa a explicar la suma total de motivos de consumo, actuando esta como variable dependiente. Se examinaron los coeficientes de regresión estandarizados y sus valores p ; además, se valoró la presencia de colinealidad entre los predictores mediante el coeficiente de inflación de la varianza (VIF), tomando valores inferiores a 5 como indicativo de una colinealidad aceptable (Kutner et al., 2005).

Finalmente, persiguiendo un objetivo más explicativo e integrador, se estimó un modelo de ecuaciones estructurales (de ahora en adelante SEM, por sus siglas en inglés) en el que se incluyeron las variables más relevantes identificadas en los análisis previos (Kline, 2023). Para ello, se siguió una estrategia de exploración de modelos fundamentada en la literatura previa. Tras comparar los parámetros de bondad de ajuste, se presenta el modelo que mostró la mejor representatividad de las relaciones observadas. La calidad de ajuste del modelo se evaluó con diferentes índices: el Comparative Fit Index (CFI) y el Tucker–Lewis Index (TLI), cuyos valores superiores a .95 indican un buen ajuste; el Root Mean Square Error of Approximation (RMSEA), donde valores inferiores a .05 señalan un ajuste excelente y valores inferiores a .08 un ajuste aceptable; y el Standardized Root Mean Square Residual (SRMR), considerándose adecuados aquellos valores inferiores a .08 (Hu y Bentler, 1999).

Resultados

Del total de la muestra ($n = 115$), el 12,2% de los participantes indicó no haber visto nunca contenido pornográfico ($n = 14$), mientras que el 87,8% señaló haber accedido a este tipo de contenidos ($n = 101$). Entre quienes refirieron consumir este tipo de contenidos, el motivo más frecuente fue la excitación (57,4%), seguido del consumo por curiosidad (27,7%). En menor proporción, los participantes refirieron consumir para evadirse de emociones desagradables (14,9%) o con fines de aprendizaje (12,9%), mientras que el consumo por hábito o costumbre fue el motivo menos señalado (1%).

Comparación de Frecuencias por Grupos

Tras estudiar de manera descriptiva la muestra, se examinó la asociación entre el género y el consumo de contenido pornográfico mediante una prueba χ^2 . Los resultados mostraron diferencias significativas, $\chi^2(1, N = 115) = 5.64, p = .017$, observándose una mayor tasa de consumo en hombres (97,6 %) que en mujeres (82,4 %).

En relación con los motivos de consumo, los resultados muestran que el 20% de los hombres y el 11,48% de las mujeres consumen por evitación emocional. No

obstante, no se encontraron diferencias estadísticamente significativas en función del género $\chi^2(1, n = 101) = 1.39, p = .24$.

En cuanto al consumo con motivos de excitación, el 72,50% de los hombres y el 47,54% de las mujeres de la muestra consumen por este motivo. En este caso, se encontraron diferencias estadísticamente significativas, $\chi^2(1, n = 101) = 6.16, p = .013$, encontrándose que los hombres tienen un mayor consumo de contenido pornográfico por motivos de excitación que las mujeres.

Respecto al consumo de contenido pornográfico por curiosidad, el 35% de los hombres y el 22,95% de las mujeres señalaron consumir por este motivo. Sin embargo, no se encontraron diferencias estadísticamente significativas según el género $\chi^2(1, n = 101) = 1.75, p = .186$.

En referencia al consumo de contenido pornográfico con motivos de aprendizaje, no se aprecian diferencias estadísticamente significativas $\chi^2(1, n = 101) = 3.66, p = .056$. No obstante, se observó una tendencia a que las mujeres (18,03%) accedieran más a este tipo de contenido por motivos de aprendizaje que los hombres (5%).

Por último, el consumo por hábito fue prácticamente inexistente en la muestra del estudio, pues ninguna mujer manifestó consumir contenido pornográfico por este motivo, mientras que únicamente un hombre (2,5%) refirió este tipo de consumo. La prueba χ^2 no mostró diferencias estadísticamente significativas, $\chi^2(1, n = 101) = 1.54, p = .22$. Estos resultados deben interpretarse con cautela debido al reducido número de casos ($n=1$).

Diferencias Entre Grupos

Entre los participantes que consumen contenido pornográfico, existen diferencias en función del género en cuanto a la frecuencia de consumo, encontrándose diferencias significativas $t(61.53) = -6.79, p < .001$, siendo los hombres ($M = 3.93, DS = 1.53$) quienes reportaron una mayor frecuencia de consumo en comparación con las mujeres ($M = 2.07, DS = 1.01$). Es decir, mientras que los hombres consumen pornografía cerca de 1-2 veces por semana, las mujeres lo hacen menos de 1 vez al mes. El tamaño del efecto fue grande ($d = 1.44$), lo que indica una diferencia importante entre ambos grupos.

Correlaciones

Las correlaciones mostraron que los motivos de consumo se asociaron de forma significativa y positiva con la falta de perseverancia ($\rho = .28, p = .003$). Asimismo, se observó una correlación negativa con la reparación emocional ($\rho = -.20, p = .029$). No

se encontraron correlaciones estadísticamente significativas con el resto de variables estudiadas ($p > .05$).

Regresión Lineal

El modelo de regresión final resultó estadísticamente significativo, $F(9,105) = 17.88, p < .001$, explicando un 57,1% de la varianza de la variable dependiente ($R^2 = .61$; R^2 ajustado = .57). Estos resultados indican la elevada capacidad explicativa de los predictores incluidos en el modelo.

En cuanto a los predictores (véase Tabla 1), la falta de perseverancia mostró una asociación positiva significativa ($\beta = 0.283, p < .001$), siendo el predictor de mayor peso. De igual forma, la sintomatología depresiva se asoció de forma significativa y negativa con la variable criterio ($\beta = -0.27, p < .001$). El resto de variables consideradas no alcanzaron significación estadística, por lo que se excluyeron del modelo.

Tabla 1

Coefficientes de la regresión lineal múltiple

Predictor	<i>B</i>	<i>EE</i>	β	<i>t</i>	<i>p</i>
Sintomatología depresiva	-0.274	0.028	-1.790	-9.680	< 0.001
Reparación emocional	-0.013	0.010	-0.094	-1.370	0.174
Falta de perseverancia	0.283	0.027	1.990	10.300	< 0.001
Ansiedad sexual	-0.022	0.012	-0.121	-1.852	0.067
Asertividad Negativa	0.036	0.015	0.178	2.461	0.015
Asertividad Emocional	-0.029	0.027	-0.077	-1.050	0.296
Asertividad de Reclamación	0.039	0.037	0.067	1.039	0.301
Asertividad Positiva	-0.027	0.023	-0.081	-1.170	0.244
Impacto cognitivo-relacional	0.079	0.065	0.085	1.223	0.224

Modelo de los Procesos Psicológicos Subyacentes a los Motivos de Consumo

Los anteriores análisis permitieron identificar variables relevantes relacionadas con una mayor suma de motivos de consumo, lo que proporcionó una primera aproximación al modelo. Dado que se observaron relaciones simultáneas entre variables interrelacionadas, se elaboró un modelo de ecuaciones estructurales para comprender de forma integral los factores que influyen en la suma de motivos de consumo de pornografía.

El modelo de ecuaciones estructurales mostró un ajuste excelente, $\chi^2(5) = 5.31, p = .379$; $CFI = .999$; $TLI = .997$; $RMSEA = .023$, IC 90% [0.000, 0.133]; $SRMR =$

0.027. Todo ello señala que el modelo representa de forma adecuada las relaciones observadas entre las variables.

En cuanto a la varianza explicada del modelo, este explicó el 88.3% de la varianza de la falta de perseverancia ($R^2 = .883$), el 54.5% de la suma de motivos de consumo ($R^2 = .545$), el 16.3% del impacto cognitivo-relacional ($R^2 = .163$) y el 8.2% de la ansiedad o evitación sexual ($R^2 = .082$).

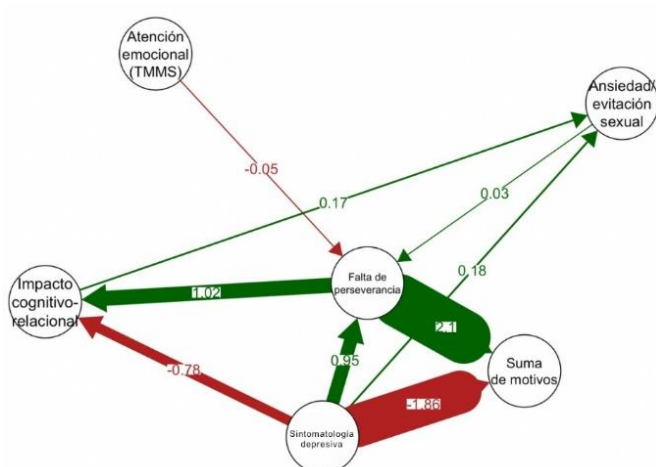
Respecto a las relaciones entre las variables (véase Figura 1 y Tabla 2), la sintomatología depresiva mostró un efecto significativo positivo sobre la falta de perseverancia ($\beta = 0.95, p < .001$), así como, sobre la ansiedad sexual ($\beta = 0.18, p = .044$). De igual forma, presentó un efecto negativo significativo sobre el impacto cognitivo-relacional ($\beta = -0.78, p = .002$) y sobre la suma de motivos de consumo ($\beta = -1.86, p < .001$).

La falta de perseverancia fue el predictor de mayor magnitud de la suma de motivos ($\beta = 2.10, p < .001$). Además, se asoció positivamente con el impacto cognitivo-relacional ($\beta = 1.02, p < .001$).

El impacto cognitivo-relacional mostró una asociación positiva con la ansiedad sexual, pero no alcanzó significación estadística ($\beta = 0.17, p = .078$). Por su parte, la atención emocional se relacionó negativamente con la falta de perseverancia, aunque sin significación estadística ($\beta = -0.05, p = .109$).

Figura 1

Modelo estructural de los procesos psicológicos asociados a la suma de motivos de consumo



Nota. Se presentan los coeficientes estandarizados (β) sobre cada trayectoria. Las líneas verdes indican asociaciones positivas y las rojas, negativas. El grosor muestra la magnitud del efecto.

Tabla 2*Coeficientes estandarizados del modelo*

Variable predictora	Variable criterio	β	z	p
Sintomatología depresiva	Impacto cognitivo-relacional	-0.78	-3.16	.002
Falta de perseverancia	Impacto cognitivo-relacional	1.02	4.10	< .001
Sintomatología depresiva	Ansiedad sexual	0.18	2.01	.044
Impacto cognitivo-relacional	Ansiedad sexual	0.17	1.77	.078
Sintomatología depresiva	Falta de perseverancia	0.95	27.66	< .001
Atención emocional	Falta de perseverancia	-0.05	-1.60	.109
Sintomatología depresiva	Suma de motivos	-1.86	-10.31	< .001
Falta de perseverancia	Suma de motivos	2.10	11.62	< .001

Los resultados, en conjunto, muestran que la sintomatología depresiva se asocia con la falta de perseverancia y con la ansiedad sexual, mientras que la suma de motivos de consumo se explica principalmente por la falta de perseverancia.

Discusión

El presente estudio tuvo como objetivo analizar los motivos de consumo de pornografía en población joven y su relación con distintas variables psicológicas, con el propósito de proponer un modelo explicativo del perfil psicológico de los jóvenes consumidores. De forma específica se describió la muestra examinando la prevalencia del consumo, así como las diferencias de motivos y frecuencia de consumo en función del género. Además, se exploró la relación entre las distintas variables psicológicas y la suma de motivos de consumo, y la capacidad predictiva de dichas variables.

Los resultados del presente trabajo muestran que los hombres son quienes consumen más pornografía y con más frecuencia, lo cual se reproduce en la mayor parte de la literatura científica que estudia el perfil de consumidores de pornografía (Flood, 2007; Ross et al., 2012; Carrol et al., 2017; Vaillancourt-Morel et al., 2017; Willoughby et al., 2018; Garmendia et al., 2019). Es posible que esto se deba a que las prácticas expuestas en la pornografía están más centradas en el placer del hombre y en la hipersexualización y cosificación de la mujer, incluyendo prácticas en las que se las violenta y degrada (Criado, 2022), lo que puede generar un mayor rechazo en las mujeres a este tipo de contenidos. Además, generalmente en sociedades occidentales es más aceptado el consumo de pornografía en hombres que en mujeres (Johansson y Hammarén, 2007), lo que podría explicar este resultado.

En cuanto a los motivos de consumo de pornografía, algunas investigaciones señalan que estas parecen diferir en función del género. Así, trabajos de Bóthe y colaboradores (2021) muestran que los hombres tienden a consumir pornografía por motivos de supresión emocional y disminución del estrés o del aburrimiento en mayor medida que las mujeres; mientras que estas tienden a consumir con más frecuencia por motivos de curiosidad. Estos mismos resultados se encuentran en la investigación de Czajeczny et al. (2023) y en los trabajos de Cini da Cunha et al. (2024). Pese a esto, los resultados obtenidos en el presente trabajo concuerdan con los trabajos de Esplin et al. (2021), al no encontrarse diferencias entre hombres y mujeres en el consumo de pornografía por motivos de curiosidad y evitación emocional.

Una posible explicación a estos hallazgos podría residir en que la adolescencia y la adultez emergente son etapas en las que surge el deseo e interés sexual, y en las que aún la identidad sexual se encuentra en desarrollo (Boislard et al., 2016; Dahl et al., 2018), lo que, en ausencia de una adecuada educación sexual puede favorecer el consumo de pornografía por igual en ambos géneros a fin de resolver sus dudas y explorar su sexualidad. Asimismo, las similitudes en el uso de pornografía como estrategia de evitación o supresión emocional podrían ser explicadas por el hecho de que la evitación experiencial constituye un proceso transdiagnóstico de regulación emocional presente por igual en ambos géneros (Hayes et al., 1996) en etapas en las que las habilidades de regulación emocional están en desarrollo (Silvers, 2022).

Por otro lado, pese a que los resultados de este trabajo no muestran diferencias significativas en el consumo de pornografía por motivos de aprendizaje en función del género, sí muestran una tendencia mayor en mujeres. Esto aparece reflejado en los trabajos de Cini da Cunha et al. (2024), los cuales señalan que las mujeres acceden al contenido pornográfico en mayor medida que los hombres por motivos de aprendizaje. Esto mismo se refleja en la investigación sobre las motivaciones de consumo de pornografía y su relación con el bienestar sexual de mujeres realizado por Gewirtz-Meydan et al. (2025), donde se encuentra que las mujeres consumen pornografía por motivos de aprendizaje e información sexual. La educación sexual limitada podría explicar que las mujeres accedan a este tipo de contenidos con el objetivo de ampliar sus conocimientos sexuales (Hempel, 2012), además, esta tendencia podría relacionarse con la visualización de pornografía como forma de autoconocimiento y comunicación de gustos personales a sus parejas (Litsou et al., 2024).

Con respecto al consumo de pornografía como hábito, fue prácticamente

inexistente en la muestra del estudio, contando únicamente con un caso masculino, por lo que, aunque este resultado coincida con lo reportado en la literatura sobre la asociación entre el género masculino y el patrón de consumo frecuente o problemático (Vinces et al., 2025), la baja frecuencia de casos del estudio impide contrastarlo.

Por último, los resultados de la presente investigación muestran que el consumo de pornografía con motivos de excitación sexual es mayor en hombres que en mujeres, lo cual es consistente con lo encontrado en la literatura científica (Abiala y Hernwall, 2013; Peter y Valkenburg, 2016). Esto puede deberse a la mayor activación masculina ante estímulos sexuales explícitos (Rupp y Wallen, 2008) y a la mayor legitimación social del consumo masculino, pues la gran mayoría de contenidos pornográficos se enfocan a este grupo en la medida que las prácticas sexuales reflejadas buscan satisfacer sus deseos frente a los de las mujeres (Abalo-Rodríguez et al., 2023; Cabrera-Meneses et al., 2025).

Con respecto a los análisis correlacionales, estos mostraron que la suma de motivos de consumo de pornografía se asoció positivamente con la falta de perseverancia. Aunque esta relación no se ha examinado de forma directa en estudios previos, investigaciones recientes de Müller y Antons (2023) encuentran una asociación positiva entre el consumo problemático de pornografía y la falta de perseverancia, lo que señala que determinados rasgos impulsivos podrían estar implicados en distintos patrones de uso. En esta línea, el modelo I-PACE de Brand et al. (2019) plantea que rasgos predisponentes, como la impulsividad, interactúan con factores afectivos y cognitivos, haciendo que se utilicen conductas online altamente reforzantes como estrategias de gratificación inmediata y regulación emocional. En este sentido, la asociación positiva entre la falta de perseverancia y la suma de motivos, podría sugerir que la pornografía estaría actuando como una estrategia de gratificación inmediata y bajo esfuerzo cognitivo (Laier y Brand, 2014), que hace que, personas con dificultades para sostener el esfuerzo accedan a ella ante distintas necesidades psicológicas.

Asimismo, los motivos de consumo en el presente estudio se correlacionan negativamente con la reparación emocional. Este hallazgo podría interpretarse como que las personas con menos estrategias de regulación emocional tenderían a recurrir al consumo de pornografía por una mayor diversidad de motivos. Estos resultados son coherentes con lo encontrado en trabajos previos (Vinces et al., 2025; Villena-Moya et al., 2025).

Por otro lado, el modelo de regresión mostró que, la falta de perseverancia y la

sintomatología depresiva son predictores centrales de los motivos de consumo de pornografía, lo cual refuerza lo mencionado con anterioridad en el análisis correlacional. Li et al., (2025) encontraron en sus investigaciones una asociación positiva entre el consumo por evitación y los síntomas de ansiedad y depresión, y una asociación negativa entre el consumo por motivos sociales y los síntomas ansioso-depresivos, lo que señala la existencia de efectos diferenciados en función de las motivaciones de consumo. En este sentido, la asociación negativa observada en el presente estudio podría indicar que los participantes con mayor sintomatología depresiva reportan una menor diversidad de razones para el consumo de pornografía. Esto no implica necesariamente una menor activación conductual, sino que podría representar un consumo automático, en coherencia con lo planteado en el modelo I-PACE de Brand y colaboradores (2019).

Para finalizar, dado que el objetivo principal del presente estudio fue proponer un modelo del perfil psicológico de los jóvenes consumidores de pornografía, se pasa a explicar el modelo final estructurado por argumentos para facilitar su comprensión y su posterior explicación integrada.

Argumento 1: La Sintomatología Depresiva Como Eje Organizador del Modelo

Uno de los hallazgos principales y más consistentes del modelo SEM es el papel central que juega la sintomatología depresiva. Esta no solo se asocia directamente con la suma de motivos de consumo de pornografía, sino que estructura el modelo al relacionarse con la falta de perseverancia, el impacto cognitivo-relacional del consumo y la ansiedad o evitación sexual.

En primer lugar, se encontró un efecto positivo y elevado de la sintomatología depresiva sobre la falta de perseverancia, lo que sugiere que los síntomas de depresión se acompañan de dificultades para mantener la atención, sostener el esfuerzo y finalizar tareas largas y costosas. Este patrón es coherente con los modelos clínicos propuestos en literatura, los cuales definen la depresión como un estado caracterizado por un estado de ánimo deprimido, anhedonia, enlentecimiento psicomotor, dificultades de concentración (American Psychiatric Association, 2014), dificultades de autorregulación emocional (Aksu et al., 2023) y dificultades para sostener el esfuerzo dirigido a metas o recompensas (Horne et al., 2021). De esta manera, la falta de perseverancia podría ser entendida como una manifestación de los síntomas depresivos más que como un rasgo independiente.

En segundo lugar, la sintomatología depresiva se asocia positivamente con la

ansiedad y evitación sexual. Este hallazgo es congruente con lo reportado en la literatura, pues se encuentra relación entre la depresión y la evitación de encuentros sexuales e íntimos debidos al menor interés sexual, deseo y placer (Marina et al., 2013; Rokach, 2019).

Por último, hay un efecto directo y negativo de la sintomatología depresiva sobre la suma de motivos de consumo, que, una vez controlada la falta de perseverancia, muestra un fenómeno de diferenciación funcional: cuando los niveles de sintomatología depresiva son elevados, el consumo no se produce por múltiples motivos diferenciados (tales como: curiosidad, excitación...), sino que responde a patrones menos elaborados y posiblemente automáticos o vinculados a la evitación general del malestar. Esto es coherente con lo planteado en el modelo I-PACE de Brand et al. (2019), pues este modelo muestra que los estados afectivos negativos pueden favorecer el uso de conductas online como estrategias de regulación emocional que se van automatizando de forma progresiva.

Además de este hallazgo, el modelo muestra que la relación entre la sintomatología depresiva y los motivos de consumo se entiende mejor cuando se tienen en consideración variables autorregulatorias como la falta de perseverancia. De esta manera el modelo indica que no es tanto la presencia de sintomatología depresiva en sí misma la que explica los motivos, sino su expresión en dificultades para sostener el esfuerzo y regular el malestar, lo que se asocia con patrones concretos de uso.

Si se eliminasen las variables autorregulatorias, la relación entre la sintomatología depresiva y los motivos de consumo aparecería más directa, pero también más imprecisa, haciendo que el modelo perdiese capacidad explicativa, ya que no permitiría identificar los mecanismos psicológicos a través de los cuales el malestar se vincula al consumo de pornografía.

Argumento 2: La Falta de Perseverancia como Motor Conductual de Los Motivos de Consumo de Pornografía

La falta de perseverancia aparece como el predictor más robusto de la suma de motivos de consumo, representando el efecto positivo de mayor magnitud en el modelo. Esto sugiere que los jóvenes con mayores dificultades para sostener el esfuerzo y atención, tienden a reportar un mayor número de motivos de consumo de pornografía, lo cual puede ser interpretado por una preferencia por gratificaciones inmediatas y dificultades para tolerar el esfuerzo cognitivo o emocional prolongado, lo que podría justificar que el consumo de pornografía cumpla simultáneamente varias funciones

(evitación emocional, distracción, gestión del aburrimiento...), lo cual se refleja en una mayor suma de motivos de consumo reportados. Esto es compatible con lo encontrado en la literatura (Laier y Brand, 2014; Brand et al., 2019) y que fue explicado con anterioridad en los análisis correlacionales.

Este hallazgo refuerza la idea de que el consumo de pornografía no debe ser entendido y estudiado únicamente desde la frecuencia de uso, sino desde el perfil de autorregulación de la persona, lo que parece reflejarse muy bien en la suma de motivos de consumo. Dichos hallazgos son coherentes con lo encontrado en literatura actual (Czajeczny et al., 2023; Bóthe et al., 2020; Gewirtz-Meydan et al. 2025).

Argumento 3: El Impacto Cognitivo-Relacional y su Papel Mediador en el Modelo

El impacto cognitivo-relacional ocupa un lugar intermedio en el modelo. Este se define como la percepción subjetiva que tiene la persona sobre cómo el consumo de pornografía ha influido en su forma de entender las relaciones afectivas, las expectativas sexuales, la manera de relacionarse con quienes le atraen y la confianza o seguridad en las relaciones románticas, por tanto, no representa el consumo de pornografía en sí mismo, sino la interpretación que hace la persona de sus efectos sobre su vida relacional.

Los resultados muestran que el impacto cognitivo-relacional se asocia negativamente con la sintomatología depresiva y positivamente con la falta de perseverancia. Una posible interpretación de estos resultados es que las personas con mayor sintomatología depresiva tienden a atribuir menos cambios relacionales al consumo de pornografía debido a la presencia de esquemas globales negativos que sesgan la percepción e interpretación (Gotlib y Joormann, 2010; LeMoult y Gotlib, 2019). En contraste, las personas con mayor falta de perseverancia pueden tender a implicarse de forma más repetitiva en el consumo de pornografía, experimentando mayor interferencia (Rømer-Thomsen et al., 2019), de manera que el consumo podría convertirse más fácilmente en un elemento explicativo de sus dificultades en el ámbito relacional.

Además, el impacto cognitivo-relacional se asocia de forma positiva con la ansiedad o evitación sexual, y es relevante tenerlo en cuenta pese a no alcanzar significación estadística, pues este resultado sugiere que tener una percepción de que el consumo ha moldeado negativamente las expectativas relacionales puede estar asociado a mayor inseguridad y evitación de relaciones sexuales. Esto es coherente con los hallazgos de Grubbs et al. (2019b) quienes señalan que en aquellos participantes que

percibieron que su consumo de pornografía era problemático había un mayor malestar psicológico asociado e impacto relacional. En este sentido, interpretar que el consumo ha moldeado de forma negativa las expectativas podría contribuir a mayores niveles de malestar, inseguridad y evitación sexual.

Es importante tener en consideración que el impacto cognitivo-relacional no predice en sí la suma de motivos de consumo de pornografía, sino que tiene un papel más explicativo a nivel psicológico.

Argumento 4: Regulación Emocional Como Factor Modulador del Modelo

La atención emocional muestra una relación negativa no significativa con la falta de perseverancia, es decir, que una mayor capacidad para sentir y expresar adecuadamente sentimientos y emociones podría facilitar la autorregulación y reducir las dificultades para sostener el esfuerzo y atención en tareas, lo cual es coherente con lo publicado en la literatura (Ferrer et al., 2019; Benita et al., 2021). Pese a esto, la ausencia de significación estadística encontrada sugiere que este efecto es débil, por lo que la atención emocional por sí sola podría no ser suficiente para contrarrestar dificultades de regulación emocional ante niveles elevados de sintomatología depresiva.

Integración General del Modelo

En conjunto, se propone un modelo que describe un sistema en el que la sintomatología depresiva actúa como un eje organizador central, influyendo tanto en los procesos de autorregulación como en la percepción de la vivencia sexual y relacional. De este modo, la presencia de malestar emocional no solo se asocia al consumo, sino que influye en la manera en la que la persona se regula y experimenta sus relaciones, lo que de manera indirecta acaba afectando al patrón de consumo de pornografía.

Por otro lado, la falta de perseverancia constituye el principal motor conductual de la suma de motivos de consumo de pornografía en jóvenes, lo que sugiere que las dificultades para sostener la atención, el esfuerzo y soportar el malestar, podría favorecer un patrón de consumo de contenido pornográfico que cumple múltiples funciones, lo que se refleja en una mayor suma de motivos reportados.

Por su parte, el impacto cognitivo-relacional no se relaciona de forma directa con los motivos de consumo, sino que funciona como un constructo que media y conecta el consumo con la evitación y ansiedad sexual, indicando así que la percepción de influencia del consumo puede relacionarse con mayores niveles de ansiedad e inseguridad en las relaciones íntimas.

Todo ello sugiere que comprender el consumo de pornografía en población

joven supone ir más allá de indicadores cuantitativos como la frecuencia de consumo, y señala la relevancia de considerar el perfil autorregulatorio de la persona y la interpretación subjetiva que esta hace del impacto del consumo de pornografía. Así, la suma de motivos de consumo se propone como un indicador especialmente sensible a la autorregulación emocional y conductual.

La literatura e investigaciones previas se han centrado en la identificación de perfiles de consumidores basados en la frecuencia, el género o las motivaciones de consumo, especialmente en adultos (Wetterneck et al., 2012; Vaillancourt-Morel et al., 2017; Maitland y Neilson, 2023; Díaz-Hernández et al., 2023). Por lo tanto, este modelo pretende aportar un marco útil para la clínica, que ayude a comprender no solo por qué se consume, sino qué características psicológicas configuran el patrón de consumo y su vivencia subjetiva.

Conclusiones

La adolescencia y la adultez emergente son periodos evolutivos sensibles de muchos cambios, en los que la construcción de la identidad personal y sexual se configuran como tareas centrales. En este contexto, el consumo de pornografía puede formar parte de los procesos de exploración propios de estas etapas, pero también puede llegar a convertirse en una estrategia desadaptativa de gestión del malestar cuando las habilidades de regulación están aún en consolidación.

El modelo propuesto sugiere que el consumo de pornografía no debe solo ser entendido únicamente en términos de frecuencia, sino que es necesario atender a las motivaciones de consumo que lo sostienen. En este sentido, el modelo propone que ciertas dificultades emocionales y de autorregulación pueden favorecer que el consumo de pornografía adopte un papel multifuncional. Atender a este modelo en estas etapas del ciclo vital es especialmente relevante, pues es donde se configuran los guiones sexuales y relacionales que conformarán sus comportamientos y actitudes afectivo-sexuales futuras.

En esta línea, el modelo plantea que los motivos de consumo se comprenden mejor en relación con la sintomatología depresiva cuando esta se expresa en dificultades de autorregulación, particularmente en la falta de perseverancia, lo cual es consistente con una interpretación en términos de evitación experiencial. Asimismo, el hallazgo de que a mayor sintomatología depresiva se reporten menos motivos de consumo no sugiere una menor importancia clínica del consumo de pornografía, sino una menor elaboración subjetiva del comportamiento y una mayor automatización de este. Por

tanto, en conjunto el modelo lo que señala es un desplazamiento del consumo deliberado a patrones más habituales, automáticos y menos conscientes.

Por tanto, el modelo propuesto pretende aportar a la Psicología Sanitaria una comprensión más amplia y funcional del consumo de pornografía en población joven, resaltando la importancia de no evaluar y atender únicamente la conducta de consumo en sí misma, sino los procesos emocionales y autorregulatorios que hay detrás de esta. Desde esta perspectiva, se resalta la importancia de intervenir en variables transdiagnósticas como la regulación emocional, la impulsividad y la tolerancia al malestar, especialmente en etapas tan vulnerables de desarrollo. De este modo, se propone que el abordaje clínico no se oriente solo a reducir el consumo, sino que se enfoque más en fortalecer todos aquellos recursos psicológicos que sienten las bases de un desarrollo afectivo-sexual saludable.

Limitaciones

Debido a la técnica empleada para reclutar participantes para el estudio, la generalización de los resultados a población joven es limitada, pues no es representativa. Además, los resultados deben ser interpretados con cautela dado que los instrumentos de medida empleados fueron en su mayoría autoinformes, lo que puede introducir sesgos asociados a la deseabilidad social, especialmente al tratarse de una temática sensible como lo es el consumo de pornografía. Pese a estas limitaciones, el presente estudio aporta una novedosa aproximación al análisis funcional del consumo de pornografía en población joven y sienta las bases para que futuras investigaciones puedan ampliar y validar el modelo que se propone.

Prospectiva

En base a lo anterior, sería recomendable que futuras investigaciones empleasen procedimientos de muestreo probabilístico y que alcanzasen un mayor tamaño muestral con el fin de mejorar la representatividad y generalización de los resultados, así como facilitar la replicación del modelo en distintos contextos socioculturales. Asimismo, sería recomendable el empleo de diseños longitudinales que permitan examinar la estabilidad temporal del modelo propuesto.

Referencias

- Abad, F. J., Olea, J., Ponsoda, V., & García, C. (2015). *Medición en ciencias sociales y de la salud*. Editorial Síntesis.
- Abalo-Rodríguez, I., Gavilán, M. A., Andrés-López, N., Saiz, L. A., Gálvez-Delgado, E., & Pardo-Cebrián, R. (2023). El consumo de pornografía en varones heterosexuales como contexto de aprendizaje. *Journal of Feminist, Gender and Women Studies*, (15), 5-35. <https://doi.org/10.15366/jfgws2023.15.001>
- Abiala, K., & Hernwall, P. (2013). Tweens negotiating identity online—Swedish girls' and boys' reflections on online experiences. *Journal of Youth Studies*, 16(8), 951-969. <https://doi.org/10.1080/13676261.2013.780124>
- Aksu, G., Eser, M. T., & Huseynbalayeva, S. (2023). The relationship between depression and emotion dysregulation: a meta-analytic study. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 13, 494-509. https://doi.org/10.17066/tpdrd.1292047_7
- American Psychiatric Association. (2014). *Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales (DSM-5)* (5.ª ed.). Editorial Médica Panamericana.
- Arab, E., & Díaz, A. (2015). Impacto de las redes sociales e internet en la adolescencia: aspectos positivos y negativos. *Revista Médica Clínica Las Condes*, 7-13. <https://doi.org/10.1016/j.rmclc.2014.12.001>
- Arnett, J. J. (2000). Emerging adulthood: A theory of development from the late teens through the twenties. *American Psychologist*, 55(5), 469–480. <https://doi.org/10.1037//0003-066X.55.5.469>
- Arnett, J., Žukauskienė, R., & Sugimura, K. (2014). The new life stage of emerging adulthood at ages 18–29 years: implications for mental health. *The Lancet Psychiatry*, 1(7), 569–576. doi:10.1016/s2215-0366(14)00080-7
- Backes, E. P., & Bonnie, R. J. (2019). Adolescent as a period of opportunity. Adolescent development en Backes, E. P., & Bonnie, R. J. (Eds.), *The promise of adolescence: realizing opportunity for all youth*. National Academies of Sciences, Engineering, and Medicine. <https://doi.org/10.17226/25388>
- Ballester, L., Orte, C., & Pozo, R. (2019). Nueva pornografía y cambios en las relaciones interpersonales de adolescentes y jóvenes. En C. Orte, L. Ballester, & R. Pozo, (Eds). *Vulnerabilidad y resistencia: Experiencias investigadoras en comercio sexual y prostitución*, 249-284
- Ballester, L., Orte, C., & Rosón, C. (2022). A survey study on pornography

- consumption among young Spaniards and its impact on interpersonal relationships. *Net Journal of Social Sciences*, 10(3), 71-86.
<http://hdl.handle.net/11201/159975>
- Ballester, Ll., LLario, M. D., García, C., Palomino, E., & Ceccato, R. (2011). Exposición involuntaria a material sexual en internet: un análisis en la adolescencia y juventud. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 2(1), 207-214.
- Ballester, Ll., Rosón Varela, C., Gómez Juncal, R., Facal Fondo, T., & Martínez, F. (2020). Introducción en Ballester Brage, Ll., Rosón Varela, C., y Facal Fondo, T. (2020). *Pornografía y educación afectivosexual*. Ediciones Octaedro.
- Bandura, A. (2001). Social cognitive theory: An agentic perspective. *Annual review of psychology*, 52(1), 1-26. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.52.1.1>
- Benita, M., Shechter, T., Nudler-Muzikant, S., & Arbel, R. (2021). Emotion regulation during personal goal pursuit: Integration versus suppression of emotions. *Journal of Personality*, 89(3), 565-579.
<https://doi.org/10.1111/jopy.12599>
- Blakemore, S. J., & Robbins, T. W. (2012). Decision-making in the adolescent brain. *Nature neuroscience*, 15(9), 1184-1191. <https://doi.org/10.1038/nn.3177>
- Boislard, M. A., Van de Bongardt, D., & Blais, M. (2016). Sexuality (and lack thereof) in adolescence and early adulthood: A review of the literature. *Behavioral sciences*, 6(1), 8. <https://doi.org/10.3390/bs6010008>
- Bóthe, B., Tóth-Király, I., Bella, N., Potenza, M. N., Demetrovics, Z., & Orosz, G. (2021). Why do people watch pornography? The motivational basis of pornography use. *Psychology of Addictive Behaviors*, 35(2), 172–186. <https://doi.org/10.1037/adb0000603>
- Bóthe, B., Tóth-Király, I., Potenza, M. N., Orosz, G., & Demetrovics, Z. (2020). High-frequency pornography use may not always be problematic. *The journal of sexual medicine*, 17(4), 793-811. <https://doi.org/10.1016/j.jsxm.2020.01.007>
- Bóthe, B., Vaillancourt-Morel, M. P., Dion, J., Paquette, M. M., Massé-Pfister, M., Tóth-Király, I., & Bergeron, S. (2022). A longitudinal study of adolescents' pornography use frequency, motivations, and problematic use before and during the COVID-19 pandemic. *Archives of Sexual Behavior*, 51(1), 139-156.
<https://doi.org/10.1007/s10508-021-02282-4>

- Braithwaite, S. R., Coulson, G., Keddington, K., & Fincham, F. D. (2015). The influence of pornography on sexual scripts and hooking up among emerging adults in college. *Archives of sexual behavior*, *44*(1), 111-123.
<https://doi.org/10.1007/s10508-014-0351-x>
- Brand, M., Wegmann, E., Stark, R., Müller, A., Wölfling, K., Robbins, T. W., & Potenza, M. N. (2019). The Interaction of Person-Affect-Cognition-Execution (I-PACE) model for addictive behaviors: Update, generalization to addictive behaviors beyond internet-use disorders, and specification of the process character of addictive behaviors. *Neuroscience & Biobehavioral Reviews*, *104*, 1-10. <https://doi.org/10.1016/j.neubiorev.2019.06.032>
- Brand, M., Young, K. S., Laier, C., Wölfling, K., & Potenza, M. N. (2016). Integrating psychological and neurobiological considerations regarding the development and maintenance of specific Internet-use disorders: An Interaction of Person-Affect-Cognition-Execution (I-PACE) model. *Neuroscience & Biobehavioral Reviews*, *71*, 252-266. <https://doi.org/10.1016/j.neubiorev.2016.08.033>
- Burtăverde, V., Jonason, P. K., Giosan, C., & Ene, C. (2021). Why do people watch porn? An evolutionary perspective on the reasons for pornography consumption. *Evolutionary Psychology*, *19*(2).
<https://doi.org/10.1177/14747049211028798>
- Cabrera-Fajardo, D. P. (2022). Educación sexual integral en la escuela. *Revista UNIMAR*, *40*(1), 136-151. DOI: <https://doi.org/10.31948/Rev.unimar/unimar40-1-art7>
- Cabrera-Meneses, A., Gutiérrez Barroso, J., y Torrado Martín-Palomino, E. (2025). Los procesos de pornificación social y su relación con el incremento de la violencia sexual contra mujeres y niñas. *Feminismo/s*, *46*, 387-418.
<https://doi.org/10.14198/fem.2025.46.15>
- Campbell, L., & Kohut, T. (2017). The use and effects of pornography in romantic relationships. *Current Opinion in Psychology*, *13*, 6-10.
<https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2016.03.004>
- Cándido, A., Orduña, E., Perales, J. C., Verdejo-García, A., & Billieux, J. (2012). Validation of a short Spanish version of the UPPS-P impulsive behaviour scale. *Trastornos adictivos*, *14*(3), 73-78. [https://doi.org/10.1016/S1575-0973\(12\)70048-X](https://doi.org/10.1016/S1575-0973(12)70048-X)

- Cardoso, J., Ramos, C., Brito, J., & Almeida, T. C. (2022). Predictors of pornography use: Difficulties in emotion regulation and loneliness. *The Journal of Sexual Medicine*, 19(4), 620-628. <https://doi.org/10.1016/j.jsxm.2022.01.005>
- Carroll, J. S., Busby, D. M., Willoughby, B. J., & Brown, C. C. (2017). The porn gap: Differences in men's and women's pornography patterns in couple relationships. *Journal of Couple & Relationship Therapy*, 16(2), 146-163. <https://doi.org/10.1080/15332691.2016.1238796>
- Casey, B. J., Getz, S., & Galván, A. (2008). The adolescent brain. *Developmental review*, 28(1), 62-77. <https://doi.org/10.1016/j.dr.2007.08.003>
- Cini da Cunha, M. E., Fernandes Soares, G., & Fernanda Habigzang, L. (2024). (O-37) PORNOGRAPHY CONSUMPTION AND SEXUAL SATISFACTION IN BRAZILIAN ADULTS. *The Journal of Sexual Medicine*, 21(3). <https://doi.org/10.1093/jsxmed/qdae018.028>
- Cohen, J. (1988). *Statistical power analysis for the behavioral sciences* (2nd ed.). Lawrence Erlbaum Associates.
- Cooper, A. L. (1998). Sexuality and the Internet: Surfing into the new millennium. *Cyberpsychology & behavior*, 1(2), 187-193. <https://doi.org/10.1089/cpb.1998.1.187>
- Cooper, M. L., Russell, M., Skinner, J. B., Frone, M. R., & Mudar, P. (1992). Stress and alcohol use: moderating effects of gender, coping, and alcohol expectancies. *Journal of abnormal psychology*, 101(1), 139-152. <https://doi.org/10.1037/0021-843X.101.1.139>
- Corona, H. F., & Funes, D. F. (2015). Abordaje de la sexualidad en la adolescencia. *Revista Médica Clínica Las Condes*, 26(1), 74-80. <https://doi.org/10.1016/j.rmclc.2014.12.004>
- Criado, A. (2022). La representación de la mujer en la pornografía desde una perspectiva de género: un análisis global. *Journal of Feminist, Gender and Women Studies*, (12), 52-80. <https://doi.org/10.15366/jfgws2022.12.004>
- Crone, E. A., & Dahl, R. E. (2012). Understanding adolescence as a period of social-affective engagement and goal flexibility. *Nature reviews neuroscience*, 13(9), 636-650. <https://doi.org/10.1038/nrn3313>
- Csányi, E., Veszprémi, M. D., Zsidó, A. N., & Meskó, N. (2025). Motivational Pathways Diverge Between Frequent and Problematic Pornography

- Use. *International Journal of Sexual Health*, 1-15.
<https://doi.org/10.1080/19317611.2025.2605517>
- Czajeczny, D., Aurast, Z., Godlewska, K., & Mojs, E. (2023). Sex differences in sexual satisfaction and psychological symptoms in young adult pornography users. *Sexuality & Culture*, 27(4), 1442-1455. <https://doi.org/10.1007/s12119-023-10072-4>
- Dahl, R. E. (2004). Adolescent brain development: a period of vulnerabilities and opportunities. Keynote address. *Annals of the new York Academy of Sciences*, 1021(1), 1-22. <https://doi.org/10.1196/annals.1308.001>
- Dahl, R. E., Allen, N. B., Wilbrecht, L., & Suleiman, A. B. (2018). Importance of investing in adolescence from a developmental science perspective. *Nature*, 554(7693), 441-450. <https://doi.org/10.1038/nature25770>
- Dahl, R. E., Allen, N. B., Wilbrecht, L., & Suleiman, A. B. (2018). Importance of investing in adolescence from a developmental science perspective. *Nature*, 554(7693), 441-450. <https://doi.org/10.1038/nature25770>
- Davis, A., Carrotte, E., Hellard, M., Temple-Smith, M., & Lim, M. (2017). Pornography as a source of education about sex and sexuality among a sample of 15–29 year old Australians. *The Journal of Sexual Medicine*, 14, e272.
- De Alarcón, R., De La Iglesia, J. I., Casado, N. M., & Montejo, A. L. (2019). Online porn addiction: What we know and what we don't—A systematic review. *Journal of clinical medicine*, 8(1), 91.
<https://doi.org/10.3390/jcm8010091>
- De Meyer, S., Jerves, E., Cevallos-Neira, A., Arpi-Becerra, N., Van den Bossche, R., Lecompte, M., Vega, L., & Michielsen, K. (2022). Which factors contribute to sexual well-being? A comparative study among 17 to 20 year old boys and girls in Belgium and Ecuador. *Culture, Health & Sexuality*, 24(8), 1122-1138.
<https://doi.org/10.1080/13691058.2021.1928288>
- Delacre, M., Lakens, D., & Leys, C. (2017). *Why psychologists should by default use Welch's t-test instead of Student's t-test*. *International Review of Social Psychology*, 30(1), 92–101. <https://doi.org/10.5334/irsp.82>
- Den Ouden, L., Tiego, J., Lee, R. S. C., Albertella, L., Greenwood, L. M., Fontenelle, L., Yücel, M., & Segrave, R. (2020). The role of Experiential Avoidance in transdiagnostic compulsive behavior: A structural model analysis. *Addictive behaviors*, 108, 106464. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2020.106464>

- Díaz-Hernández, C., Torrado Martín-Palomino, E., & Gutiérrez Barroso, J. (2023). El consumo de pornografía en adolescentes y jóvenes: un análisis con perspectiva de género de las características y perfiles de consumidores. *Journal of Feminist, Gender and Women Studies*, 15, 36-55. <https://doi.org/10.15366/jfgws2023.15.002>
- Doornwaard, S. M., van Den Eijnden, R. J., Baams, L., Vanwesenbeeck, I., & Ter Bogt, T. F. (2016). Lower psychological well-being and excessive sexual interest predict symptoms of compulsive use of sexually explicit internet material among adolescent boys. *Journal of youth and adolescence*, 45(1), 73-84. <https://doi.org/10.1007/s10964-015-0326-9>
- Eko, L. (2016). *The regulation of sex-themed visual imagery: from clay tablets to tablet computers*. Palgrave Macmillan.
- Esplin, C. R., Hatch, S. G., Hatch, H. D., Deichman, C. L., & Braithwaite, S. R. (2021). What motives drive pornography use?. *The Family Journal*, 29(2), 161-174. <https://doi.org/10.1177/1066480720956640>
- Esteban, A. (2017). *El consumo de pornografía: diferencias de género e influencia en las relaciones de pareja* (Trabajo de Fin de Grado). Madrid: Universidad Francisco de Vitoria.
- Feijóo, S., Portela, V., & Rial, A. (2025). Online pornography consumption, risky behaviors, and sexist attitudes in adolescence: A cross-sectional survey study. *Archives of Sexual Behavior*, 54(8), 3223-3233. <https://doi.org/10.1007/s10508-025-03217-z>
- Fernández-Berrocal, P., Extremera, N., & Ramos, N. (2004). Validity and reliability of the Spanish modified version of the Trait Meta-Mood Scale. *Psychological reports*, 94(3), 751-755. <https://doi.org/10.2466/pr0.94.3.751-755>
- Fernández-Rouco, N., Fernández-Fuertes, A. A., Martínez-Álvarez, J. L., Carcedo, R. J., & Orgaz, B. (2019). What do Spanish adolescents know (or not know) about sexuality? An exploratory study. *Journal of Youth Studies*, 22(9), 1238-1254. <https://doi.org/10.1080/13676261.2019.1571176>
- Ferrer, C. M. S., Pérez, M. D. J., & Fernández, A. R. (2019). El voluntariado como determinante del dominio emocional y la resiliencia: el caso de los estudiantes de Trabajo Social en la Universidad de Almería. *Acciones e investigaciones sociales*, (40), 27-43. https://doi.org/10.26754/ojs_ais/ais.2019404195
- Flood, M. (2007). Exposure to pornography among youth in Australia. *Journal of*

- sociology*, 43(1), 45-60. <https://doi.org/10.1177/1440783307073934>
- Forbes, E. E., & Dahl, R. E. (2010). Pubertal development and behavior: hormonal activation of social and motivational tendencies. *Brain and cognition*, 72(1), 66-72. <https://doi.org/10.1016/j.bandc.2009.10.007>
- Fryt, J., & Czernecka, K. (2015). Cognitive control, reward sensitivity and risk-taking in adolescence—research perspectives of the dual systems model. *Postępy Psychiatrii i Neurologii*, 24(4), 231-238. <https://doi.org/10.1016/j.pin.2015.10.004>
- Garmendia Larrañaga, M. S., Jiménez Iglesias, E., Karrera Juarros, I., Larrañaga Aizpuru, N., Casado del Río, M. Á., Martínez Fernández, G., & Garitaonandia Garnacho, C. (2019). Actividades, mediación, oportunidades y riesgos online de los menores en la era de la convergencia mediática. <http://hdl.handle.net/10810/49632>
- Gerdan, G., & Salcioglu, E. (2025). Experiential Avoidance as a Transdiagnostic Mediator in the Relationship Between Intolerance of Uncertainty, Maladaptive Perfectionism, and Psychiatric Symptoms: Structural and Causal Mediation Analyses in a Clinical Sample. *Clinical Psychology & Psychotherapy*, 32(3), e70102. <https://doi.org/10.1002/cpp.70102>
- Gewirtz-Meydan, A., Feder, H., Nagy, L., Koós, M., Kraus, S. W., Demetrovics, Z., Potenza, M.N., Ballester-Arnal, R., Batthyány, D., Bergeron, S., Billieux, J., Briken, P., Burkauskas, J., Cárdenas-López, G., Carvalho, J., Castro-Calvo, J., Chen, L., Ciocca, G., ... Bőthe, B. (2025). Motives for pornography use and women's sexual wellbeing: Insights from a 42-country study. *Journal of behavioral addictions*, 14(1), 114-130.
- Gismero, E. (2022). *EHS. Escala de Habilidades Sociales* (4ª ed.). Hogrefe TEA Ediciones.
- Goldfarb, E. S., & Lieberman, L. D. (2021). Three decades of research: The case for comprehensive sex education. *Journal of Adolescent health*, 68(1), 13-27. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2020.07.036>
- Gómez-Miguel, A., Kuric, S. & Sanmartín, A. (2023). *Juventud y pornografía en la era digital: Consumo, percepción y efectos*. Madrid: Centro Reina Sofía de Fado Juventud. DOI: 10.5281/zenodo.10144121

- González, F. A., Sigüenza, Y. M., & Solá, I. B. (2000). Análisis de la dimensionalidad de la Escala de Autoestima de Rosenberg en una muestra de adolescentes valencianos. *Revista de Psicología Universitas Tarraconensis*, 22, 29-42.
- González-Hernández, A., Carcedo González, R. J., & Benito del Arco, A. (2024). Pornografía y conductas sexuales de riesgo en adolescentes y jóvenes: una revisión sistemática. *Revista complutense de educación*, 35(4).
<https://dx.doi.org/10.5209/rced.86191>
- González-Hernández, A., Carcedo González, R. J., & Benito del Arco, A. (2024). Pornografía y conductas sexuales de riesgo en adolescentes y jóvenes: una revisión sistemática. *Revista complutense de educación*, 35(4).
<https://dx.doi.org/10.5209/rced.86191>
- Gotlib, I. H., & Joormann, J. (2010). Cognition and depression: current status and future directions. *Annual review of clinical psychology*, 6, 285-312.
<https://doi.org/10.1146/annurev.clinpsy.121208.131305>
- Grubbs, J. B., Perry, S. L., Wilt, J. A., & Reid, R. C. (2019b). Pornography problems due to moral incongruence: An integrative model with a systematic review and meta-analysis. *Archives of sexual behavior*, 48(2), 397-415.
<https://doi.org/10.1007/s10508-018-1248-x>
- Grubbs, J. B., Wright, P. J., Braden, A. L., Wilt, J. A., & Kraus, S. W. (2019a). 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>
- Guerrero-Núñez J, Jofré-Olivares D, Guillén-Grima F, Aguinaga-Ontoso I, Bacho-Tapia A, Araya-Moraga L, Iturrieta-Guaita N, Villanueva-Pabón L, Correa-Butrón M, Briones-Lorca M, Parada-Navarro A, Hernández-Valenzuela C, Ortiz-Llorenz M, Marrodán-García M, Goretta-Sandoval D, & Vilches-Arredondo C. (2025). Alfabetización en salud sexual y reproductiva así como variables asociadas: estudio multicéntrico. *Revista Española de Salud Pública*, 98, e202405035.
- Hald, G. M., Seaman, C., & Linz, D. (2014). Sexuality and pornography. In D. L. Tolman, L. M. Diamond, J. A. Bauermeister, W. H. George, J. G. Pfaus, & L. M. Ward (Eds.), *APA handbook of sexuality and psychology, Vol. 2. Contextual approaches* (pp. 3–35). American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/14194-001>

- Hare, K. A., Gahagan, J., Jackson, L., & Steenbeek, A. (2015). Revisualising 'porn': how young adults' consumption of sexually explicit Internet movies can inform approaches to Canadian sexual health promotion. *Culture, Health & Sexuality, 17*(3), 269-283. <https://doi.org/10.1080/13691058.2014.919409>
- Harkness, E. L., Mullan, B., & Blaszczynski, A. (2015). Association between pornography use and sexual risk behaviors in adult consumers: A systematic review. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking, 18*(2), 59-71. <https://doi.org/10.1089/cyber.2014.0343>
- Harkness, E. L., Mullan, B., & Blaszczynski, A. (2015). Association between pornography use and sexual risk behaviors in adult consumers: A systematic review. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking, 18*(2), 59-71. <https://doi.org/10.1089/cyber.2014.0343>
- Hayes, S. C. (2015). *Terapia de aceptación y compromiso*. Desclée De Brouwer.
- Hayes, S. C., Strosahl, K. D., & Wilson, K. G. (1999). *Acceptance and commitment therapy: An experiential approach to behavior change*. Guilford Press.
- Hayes, S. C., Strosahl, K., Wilson, K. G., Bissett, R. T., Pistorello, J., Toarmino, D., Polusny, M.A., Dykstra, T. A., Batten, S.V., Bergan, J., Stewart, S. H., Zvolensky, M. J., Eifert, G. H., Bond, F.W., Forsyth, J.P., Karekla, M., & McCurry, S. M. (2004). Measuring experiential avoidance: A preliminary test of a working model. *The psychological record, 54*(4), 553-578. <https://doi.org/10.1007/BF03395492>
- Hayes, S. C., Wilson, K. G., Gifford, E. V., Follette, V. M., & Strosahl, K. (1996). Experiential avoidance and behavioral disorders: A functional dimensional approach to diagnosis and treatment. *Journal of consulting and clinical psychology, 64*(6), 1152. <https://doi.org/10.1037/0022-006X.64.6.1152>
- Hegde, A., Chandran, S., & Pattnaik, J. I. (2022). Understanding adolescent sexuality: A developmental perspective. *Journal of psychosexual health, 4*(4), 237-242. <https://doi.org/10.1177/2631831822110759>
- Hempel, K. (2012). *Dirty girls come clean: The experience of women who use sexually explicit materials and its link to their spirituality*. Institute of Transpersonal Psychology.
- Hervás, G. (2011). Psicopatología de la regulación emocional: el papel de los déficit emocionales en los trastornos clínicos. *Behavioral Psychology / Psicología Conductual, 19*(2), 347-372.

- Hidalgo de la Rosa, M. (2023). Pornografía y salud sexual en adolescentes. *Nure Investigación, Revista Científica de enfermería*, (123), 6.
<https://doi.org/10.58722/nure.v20i123.2360>
- Higley, E. (2019). *Defining young adulthood* [Tesis de doctorado, University of San Francisco] Scholarship Repository.
- Horne, S. J., Topp, T. E., & Quigley, L. (2021). Depression and the willingness to expend cognitive and physical effort for rewards: A systematic review. *Clinical psychology review*, 88, 102065. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2021.102065>
- Hu, L. T., & Bentler, P. M. (1999). *Cutoff criteria for fit indexes in covariance structure analysis*. *Structural Equation Modeling*, 6(1), 1–55.
<https://doi.org/10.1080/10705519909540118>
- JASP Team (2025). JASP (Versión 0.95.4) [Computer software]. <https://jasp-stats.org/>
- Johansson, T., & Hammarén, N. (2007). Hegemonic masculinity and pornography: Young people's attitudes toward and relations to pornography. *The journal of men's studies*, 15(1), 57-70. <https://doi.org/10.3149/jms.1501.57>
- Johnson, J. A., Ezzell, M. B., Bridges, A. J., & Sun, C. F. (2019). Pornography and heterosexual women's intimate experiences with a partner. *Journal of women's health*, 28(9), 1254-1265. <https://doi.org/10.1089/jwh.2018.7006>
- Johnson, S. B., Blum, R. W., & Giedd, J. N. (2009). Adolescent maturity and the brain: the promise and pitfalls of neuroscience research in adolescent health policy. *Journal of adolescent health*, 45(3), 216-221.
<https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2009.05.016>
- Kågesten, A., & van Reeuwijk, M. (2021). Healthy sexuality development in adolescence: proposing a competency-based framework to inform programmes and research. *Sexual and reproductive health matters*, 29(1), 104-120.
<https://doi.org/10.1080/26410397.2021.1996116>
- Kar, S. K., Choudhury, A., & Singh, A. P. (2015). Understanding normal development of adolescent sexuality: A bumpy ride. *Journal of human reproductive sciences*, 8(2), 70-74. DOI: 10.4103/0974-1208.158594
- Keskiner, E. Ş., Şahin, E., Topkaya, N., & Yiğit, Z. (2024). Behavioral Emotion Regulation Strategies and Symptoms of Psychological Distress Among Turkish University Students. *Behavioral Sciences*, 15(1), 6.
<https://doi.org/10.3390/bs15010006>

- Kline, R. B. (2023). *Principles and practice of structural equation modeling*. Guilford Publications.
- Kotiuga, J., Yampolsky, M. A., & Martin, G. M. (2022). Adolescents' perception of their sexual self, relational capacities, attitudes towards sexual pleasure and sexual practices: A descriptive analysis. *Journal of youth and adolescence*, 51(3), 486-498. <https://doi.org/10.1007/s10964-021-01543-8>
- Kroenke, K., Spitzer, R. L., & Williams, J. B. (2001). The PHQ-9: validity of a brief depression severity measure. *Journal of general internal medicine*, 16(9), 606-613. <https://doi.org/10.1046/j.1525-1497.2001.016009606.x>
- Kühn, S., & Gallinat, J. (2014). Brain structure and functional connectivity associated with pornography consumption: the brain on porn. *JAMA psychiatry*, 71(7), 827-834.
- Kutner, M. H., Nachtsheim, C. J., Neter, J., & Li, W. (2005). *Applied linear statistical models* (5th ed.). McGraw-Hill.
- Laier, C., & Brand, M. (2014). Empirical evidence and theoretical considerations on factors contributing to cybersex addiction from a cognitive-behavioral view. *Sexual Addiction & Compulsivity*, 21(4), 305-321. <https://doi.org/10.1080/10720162.2014.970722>
- Laier, C., & Brand, M. (2017). Mood changes after watching pornography on the Internet are linked to tendencies towards Internet-pornography-viewing disorder. *Addictive behaviors reports*, 5, 9-13. <https://doi.org/10.1016/j.abrep.2016.11.003>
- LeMoult, J., & Gotlib, I. H. (2019). Depression: A cognitive perspective. *Clinical Psychology Review*, 69, 51-66. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2018.06.008>
- León, O. G., & Montero, I. (2020). *Métodos de investigación en Psicología y educación. Las tradiciones cuantitativa y cualitativa*. McGraw-Hill.
- Levin, M. E., Lee, E. B., & Twohig, M. P. (2019). The role of experiential avoidance in problematic pornography viewing. *The Psychological Record*, 69(1), 1-12. <https://doi.org/10.1007/s40732-018-0302-3>
- Levin, M. E., Lillis, J., & Hayes, S. C. (2012). When is online pornography viewing problematic among college males? Examining the moderating role of experiential avoidance. *Sexual Addiction & Compulsivity*, 19(3), 168-180. <https://doi.org/10.1080/10720162.2012.657150>
- Li, L., Feng, R., Yang, L., Lang, R., Ince, C., Liu, C., Ren, L., Feng, Z. & Li, K. (2025).

- Unraveling the impact of cyberporn motivations on mental health: insights from Chinese college students. *BMC psychology*, 13(1), 562.
<https://doi.org/10.1186/s40359-025-02901-y>
- Litsou, K., Graham, C., & Ingham, R. (2024). Women reporting on their use of pornography: A qualitative study exploring women's perceived precursors and perceived outcomes. *Journal of Sex & Marital Therapy*, 50(4), 413-438.
<https://doi.org/10.1080/0092623X.2024.2302375>
- Livingstone, S., & Helsper, E. J. (2008). Parental mediation of children's internet use. *Journal of broadcasting & electronic media*, 52(4), 581-599.
<https://doi.org/10.1080/08838150802437396>
- Luciano, M. C. y Valdivia-Salas, M. S. (2006). La terapia de aceptación y compromiso (ACT). Fundamentos, características y evidencia. *Papeles del psicólogo*, 27(2), 79-91.
- Maitland, D. W., & Neilson, E. C. (2023). Associations between pornography consumption patterns, pornography consumption motives, and social wellbeing among US college students: A latent profile analysis with a primarily female sample. *Journal of sex & marital therapy*, 49(7), 739-754.
<https://doi.org/10.1080/0092623X.2023.2193182>
- Marina, P., García-Portilla, M. P., Jiménez, L., Palicioc, L., Trabajo, P., & Bobes, J. (2013). Función sexual en pacientes deprimidos: relación entre síntomas depresivos y disfunción sexual. *Revista de Neuro-Psiquiatría*, 76(3), 161-161.
<https://doi.org/10.20453/rnp.v76i3.1183>
- Martínez-Fernández, MC, García-Fernández, R., Granado-Soto, M., Martín-Vázquez, C., Bermejo-Martínez, D., & Liébana-Presa, C. (2025). Porn Use and Sexting in Health Science Students: A Transversal Descriptive Study. *Sexuality & Culture*. 29, 1154-1171. <https://doi.org/10.1007/s12119-025-10317-4>
- Mateo Rivas, M. J., & García Ferrando, M. (1990). *Estadística aplicada a las ciencias sociales* Alianza Editorial.
- Merlyn, M. F., Jayo, L., Ortiz, D., & Moreta-Herrera, R. (2020). Consumo de pornografía y su impacto en actitudes y conductas en estudiantes universitarios ecuatorianos. *Revista psicodebate: psicología, cultura y sociedad*, 20(2), 59-76.
<https://doi.org/10.18682/pd.v20i2.1871>
- Miras, E. B., & Areste, M. E. (2025). Sexual consent in adolescence. Influence of the consumption of «new pornography» on decision-making. *Anales de Pediatría*

- (*English Edition*), 102(4), 503791. <https://doi.org/10.1016/j.anpede.2025.503791>
- Miras, E. B., & Areste, M. E. (2025). Sexual consent in adolescence. Influence of the consumption of «new pornography» on decision-making. *Anales de Pediatría (English Edition)*, 102(4), 503791. <https://doi.org/10.1016/j.anpede.2025.503791>
- Mousley, A., Bethlehem, R. A., Yeh, F. C., & Astle, D. E. (2025). Topological turning points across the human lifespan. *Nature communications*, 16(1), 10055. <https://doi.org/10.1038/s41467-025-65974-8>
- Müller, S. M., & Antons, S. (2023). Decision making and executive functions in problematic pornography use. *Frontiers in psychiatry*, 14, 1191297. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2023.1191297>
- Muñoz-Navarro, R., Cano-Vindel, A., Medrano, L. A., Schmitz, F., Ruiz-Rodríguez, P., Abellán-Maeso, C., Font-Payeras, M. A., & Hermosilla-Pasamar, A. M. (2017). Utility of the PHQ-9 to identify major depressive disorder in adult patients in Spanish primary care centres. *BMC Psychiatry*, 17(1), 291. <https://doi.org/10.1186/s12888-017-1450-8>
- Nguyen, M. L. L. (2025). *Predicting Pornography Use for Emotional Avoidance Reasons: The Role of Experiential Avoidance and Craving in a Community Sample*. Hofstra University.
- Pathmendra, P., Raggatt, M., Lim, M. S., Marino, J. L., & Skinner, S. R. (2023). Exposure to pornography and adolescent sexual behavior: systematic review. *Journal of medical internet research*, 25, e43116. doi:10.2196/43116
- Patrón-Espinosa, F. J. (2010). La evitación experiencial y su medición por medio del AAQ-II. *Enseñanza e investigación en Psicología*, 15(1), 5-19.
- Peris, M., Maganto, C., & Garaigordobil, M. (2016). Escala de Autoestima Corporal: Datos psicométricos de fiabilidad y validez. *Revista de psicología clínica con niños y adolescentes*, 3(2), 51-58.
- Peter, J., & Valkenburg, P. M. (2010). Processes underlying the effects of adolescents' use of sexually explicit internet material: The role of perceived realism. *Communication research*, 37(3), 375-399. <https://doi.org/10.1177/0093650210362464>
- Peter, J., & Valkenburg, P. M. (2016). Adolescents and pornography: A review of 20 years of research. *The Journal of Sex Research*, 53(4-5), 509-531. <https://doi.org/10.1080/00224499.2016.1143441>
- Peçi, B. (2017). Peer influence and adolescent sexual behavior trajectories: links to

- sexual initiation. *European Journal of Multidisciplinary Studies*, 2(3), 96-105.
- Poulsen, F. O., Busby, D. M., & Galovan, A. M. (2013). Pornography use: Who uses it and how it is associated with couple outcomes. *Journal of sex research*, 50(1), 72-83. <https://doi.org/10.1080/00224499.2011.648027>
- Pozzi, E., Vijayakumar, N., Rakesh, D., & Whittle, S. (2021). Neural correlates of emotion regulation in adolescents and emerging adults: A meta-analytic study. *Biological Psychiatry*, 89(2), 194-204.
DOI: 10.1016/j.biopsych.2020.08.006
- Putnam, D. E. (2000). Initiation and maintenance of online sexual compulsivity: Implications for assessment and treatment. *CyberPsychology & Behavior*, 3(4), 553-563. <https://doi.org/10.1089/109493100420160>
- Ramiro Sánchez, T., Gallardo Vigil, M. Á., & Ramiro Sánchez, M. (2023). Pornography use and sexual risk behaviors in adolescents: A systematic review. *REIDOCREA*, 12(9), 98-116. DOI: 10.30827/Digibug.81001
- Rawal, A., Park, R. J., & Williams, J. M. G. (2010). Rumination, experiential avoidance, and dysfunctional thinking in eating disorders. *Behaviour research and therapy*, 48(9), 851-859. <https://doi.org/10.1016/j.brat.2010.05.009>
- Reifman, A., & Niehuis, S. (2023). Extending the Five Psychological Features of Emerging Adulthood into Established Adulthood. *Journal of Adult Development*, 30(1), 6-20. <https://doi.org/10.1007/s10804-022-09412-9>.
- Rod, N. H., Davies, M., de Vries, T. R., Kreshpaj, B., Drews, H., Nguyen, T. L., & Elsenburg, L. K. (2025). Young adulthood: a transitional period with lifelong implications for health and wellbeing. *BMC Global and Public Health*, 3(1), 25.
DOI: <https://doi.org/10.1186/s44263-025-00148-8>
- Rokach, A. (2019). The effect of psychological conditions on sexuality: A review. *Psychopharmacology*, 29, 259-266.
- Rømer-Thomsen, K., Callesen, M. B., Hesse, M., Kvamme, T. L., Pedersen, M. M., Pedersen, M. U., & Voon, V. (2018). Impulsivity traits and addiction-related behaviors in youth. *Journal of behavioral addictions*, 7(2), 317-330.
<https://doi.org/10.1556/2006.7.2018.22>
- Rosenberg, M. (1965). *Society and the adolescent self-image* (Vol. 11, p. 326). Princeton, NJ: Princeton university press.
- Ross, M. W., Månsson, S. A., & Daneback, K. (2012). Prevalence, severity, and correlates of problematic sexual Internet use in Swedish men and

- women. *Archives of sexual behavior*, 41(2), 459-466.
<https://doi.org/10.1007/s10508-011-9762-0>
- Rupp, H. A., & Wallen, K. (2008). Sex differences in response to visual sexual stimuli: A review. *Archives of sexual behavior*, 37(2), 206-218.
<https://doi.org/10.1007/s10508-007-9217-9>
- Salovey, P., Mayer, J. D., Goldman, S. L., Turvey, C., & Palfai, T. P. (1995). Emotional attention, clarity, and repair: Exploring emotional intelligence using the Trait Meta-Mood Scale. In J. W. Pennebaker (Ed.), *Emotion, disclosure, & health* (pp. 125–154). American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/10182-006>
- Sánchez-González, S., Caperos Montalbán, J. M., & Bueno Guerra, N. (2021). Pornografía y actitudes hacia las mujeres: una revisión sistemática.
<http://hdl.handle.net/11531/57953>
- Sanjuán, C. (2020). *Informe de (des)información sexual: Pornografía y Adolescencia* [PDF]. Save the Children España.
- Sedano Colom, S., Lorente-De-Sanz, J., Ballester Brage, L. & Aznar-Martínez, B., (2024). Acceso, consumo y consecuencias del consumo de pornografía entre adolescentes: nuevos retos para la educación afectivo-sexual. *Pedagogía Social. Revista Interuniversitaria*, 44, 161-175. DOI:10.7179/PSRI_2024.44.09
- Silvers, J. A. (2022). Adolescence as a pivotal period for emotion regulation development. *Current opinion in psychology*, 44, 258-263.
<https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2021.09.023>
- Simon, W., & Gagnon, J. H. (2003). Sexual scripts: Origins, influences and changes. *Qualitative sociology*, 26(4), 491-497.
<https://doi.org/10.1023/B:QUAS.0000005053.99846.e5>
- Sinković, M., Štulhofer, A., & Božić, J. (2013). Revisiting the association between pornography use and risky sexual behaviors: The role of early exposure to pornography and sexual sensation seeking. *Journal of sex research*, 50(7), 633-641. <https://doi.org/10.1080/00224499.2012.681403>
- Sisk, L. M., & Gee, D. G. (2022). Stress and adolescence: vulnerability and opportunity during a sensitive window of development. *Current Opinion in Psychology*, 44, 286-292. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2021.10.005>
- Skinner, B. F. (1938). *The behavior of organisms: An experimental analysis*. New York: Appleton-Century.

- Spišáková, D., & Ráczová, B. (2020). Emerging adulthood features: An overview of the research in approaches and perspectives in goals area. *Individ. Soc*, 23, 1-16. DOI: doi.org/10.31577/cas.2020.01.565
- Sun, C., Bridges, A., Johnson, J. A., & Ezzell, M. B. (2016). Pornography and the male sexual script: An analysis of consumption and sexual relations. *Archives of sexual behavior*, 45(4), 983-994. https://doi.org/10.1007/s10508-014-0391-2
- Tice, D.M.; Bratslavsky, E., & Baumeister, R.F. (2001). Emotional distress regulation takes precedence over impulse control: If you feel bad, do it!. *Journal of Personality and Social Psychology*, 80(1), 53–67. https://doi.org/10.1037/0022-3514.80.1.53
- Tolman, D. L., & McClelland, S. I. (2011). Normative sexuality development in adolescence: A decade in review, 2000–2009. *Journal of research on adolescence*, 21(1), 242-255. https://doi.org/10.1111/j.1532-7795.2010.00726.x
- Torrado Martín-Palomino, E., Díaz Hernández, C., & Cabrera Meneses, A. (2024). Pornografía vs coeducación: un abordaje necesario ante el incremento del consumo pornográfico en adolescentes y jóvenes. *Revista Española de Educación Comparada*, (45). DOI: 10.5944/reec.45.2024.39347
- Twohig, M. P. (2012). Introduction: The basics of acceptance and commitment therapy. *Cognitive and Behavioral Practice*, 19(4), 499-507. https://doi.org/10.1016/j.cbpra.2012.04.003
- Tylka, T. L. (2015). No harm in looking, right? Men's pornography consumption, body image, and well-being. *Psychology of Men & Masculinity*, 16(1), 97. http://dx.doi.org/10.6035/AgoraSalut.2020.7.24
- Úcar-Martínez, X., Jiménez-Morales, M., Soler Masó, P., & Trilla Bernet, J. (2017). Exploring the conceptualization and research of empowerment in the field of youth. *International journal of adolescence and youth*, 22(4), 405-418. https://doi.org/10.1080/02673843.2016.1209120
- Vaillancourt-Morel, M. P., Blais-Lecours, S., Labadie, C., Bergeron, S., Sabourin, S., & Godbout, N. (2017). Profiles of cyberpornography use and sexual well-being in adults. *The journal of sexual medicine*, 14(1), 78-85. https://doi.org/10.1016/j.jsxm.2016.10.016
- Vaillancourt-Morel, M. P., Blais-Lecours, S., Labadie, C., Bergeron, S., Sabourin, S., & Godbout, N. (2017). Profiles of cyberpornography use and sexual well-being in adults. *The journal of sexual medicine*, 14(1), 78-85.

- <https://doi.org/10.1016/j.jsxm.2016.10.016>
- Valde, G. A. (1996). Identity Closure: A Fifth Identity Status. *The Journal of Genetic Psychology, 157*(3), 245–254. <https://doi.org/10.1080/00221325.1996.9914862>
- Valencia, P., Paz, J., Paredes, E., León, M., Zuñe, C., Falcón, C., Portal, R., Cáceres, R., & Murillo, L. (2017). Evitación experiencial, afrontamiento y ansiedad en estudiantes de una universidad pública de Lima Metropolitana. *Interacciones. Revista de Avances en Psicología, 3*(1), 45-58. <https://doi.org/10.24016/2017.v3n1.43>
- Vall-Castelló, B., Grané-Morcillo, J., Lloberas-López-de-Sepúlveda, E., Aznar-Martínez, B., Lorente-De-Sanz, J., Baroncelli, L., & Pauncz, A. (2025). Consumo de pornografía entre los jóvenes: una evaluación de las necesidades de formación de padres y profesores. *Investigación sobre sexualidad y política social, 22* (4), 1728-1739. <https://doi.org/10.1007/s13178-025-01080-0>
- van den Bos, W. (2013). Neural mechanisms of social reorientation across adolescence. *Journal of Neuroscience, 33*(34), 13581-13582. <https://doi.org/10.1523/JNEUROSCI.2667-13.2013>
- Varnet Pérez, T., & Cartes-Velásquez, R. (2021). Tránsito histórico de la pornografía: de transformaciones hasta la era del internet. *Civilizar: Ciencias Sociales y Humanas, 21*(41), 81-92. <https://doi.org/10.22518/jour.cesh/2021.2a07>
- Vertongen, R., Chamberlain, K., & van Ommen, C. (2022). Pornography and adolescents: unravelling dominant research assumptions. *Porn Studies, 9*(4), 430-444. <https://doi.org/10.1080/23268743.2022.2114532>.
- Villena, A. & Chiclana, C. (2018). Consecuencias del consumo de pornografía en las relaciones personales y sexuales. Ponencia en la IX Reunión Internacional de Sexualidad, Psiquiatría y Tecnología, Salamanca.
- Villena-Moya, A., Alcázar Ruiz-Escribano, B., Martín-Arribas, C., Martín-Vivar, M. (2025). Impacto bio-psico-sociosexual de la pornografía en la adolescencia: retos y oportunidades. *Cuadernos del Audiovisual del Consejo Audiovisual de Andalucía, 13*), 77-98. <https://dx.doi.org/10.62269/cavcaa.XX>
- Vinces, M. L. C., Brito, A. J. D., Armijos, M. A. C., & Mosquera, C. P. C. (2025). Autorregulación emocional y consumo problemático de pornografía en población masculina: revisión narrativa. *Revista Científica de Salud y Desarrollo Humano, 6*(4), 383-410. <https://doi.org/10.61368/r.s.d.h.v6i4.863>
- Ward, L. M. (2003). Understanding the role of entertainment media in the sexual

- socialization of American youth: A review of empirical research. *Developmental review*, 23(3), 347-388. [https://doi.org/10.1016/S0273-2297\(03\)00013-3](https://doi.org/10.1016/S0273-2297(03)00013-3)
- 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>
- Wetterneck, C. T., Burgess, A. J., Short, M. B., Smith, A. H., & Cervantes, M. E. (2012). The role of sexual compulsivity, impulsivity, and experiential avoidance in internet pornography use. *The Psychological Record*, 62(1), 3-18. <https://doi.org/10.1007/BF03395783>
- Whiteside, S. P., & Lynam, D. R. (2001). The five factor model and impulsivity: Using a structural model of personality to understand impulsivity. *Personality and individual differences*, 30(4), 669-689. [https://doi.org/10.1016/S0191-8869\(00\)00064-7](https://doi.org/10.1016/S0191-8869(00)00064-7)
- Widman, L., Choukas-Bradley, S., Noar, S. M., Nesi, J., & Garrett, K. (2016). Parent-adolescent sexual communication and adolescent safer sex behavior: A meta-analysis. *JAMA pediatrics*, 170(1), 52-61. doi:10.1001/jamapediatrics.2015.2731
- Willoughby, B. J., Young-Petersen, B., & Leonhardt, N. D. (2018). Exploring trajectories of pornography use through adolescence and emerging adulthood. *The Journal of Sex Research*, 55(3), 297-309. <https://doi.org/10.1080/00224499.2017.1368977>
- World Health Organization (2002). *Defining sexual health. Report of a technical consultation on sexual health.* https://www3.paho.org/hq/dmdocuments/2009/defining_sexual_health.pdf
- Wright, P. J., Herbenick, D., & Tokunaga, R. S. (2023). Pornography consumption and sexual choking: An evaluation of theoretical mechanisms. *Health Communication*, 38(6), 1099-1110. <https://doi.org/10.1080/10410236.2021.1991641>
- Young, K. S., Sandman, C. F., & Craske, M. G. (2019). Positive and negative emotion regulation in adolescence: links to anxiety and depression. *Brain sciences*, 9(4), 76. <https://doi.org/10.3390/brainsci9040076>
- Zoie, T. A., & Rashid, S. (2021). Easy access of internet pornography and its impact on youth: A review of the research. *International Journal of Social Science and Economic Research*, 6(5), 1385-1393. <https://doi.org/10.46609/IJSSER.2021.v06i05.001>

Anexos

Anexo A

Preguntas sobre el impacto cognitivo-relacional del consumo de pornografía

¿En qué medida consideras que el consumo de este tipo de contenidos ha influido en tu forma de entender las relaciones afectivas? *

- Nada
- Poco
- Algo
- Bastante
- Mucho

¿En qué medida consideras que el consumo de este tipo de contenidos ha influido en tus expectativas sobre el sexo o las relaciones íntimas? *

- Nada
- Poco
- Algo
- Bastante
- Mucho

¿En qué medida consideras que el consumo de este tipo de contenidos ha influido en tu forma de relacionarte con personas que te atraen? *

- Nada
- Poco
- Algo
- Bastante
- Mucho

¿En qué medida consideras que el consumo de este tipo de contenidos ha influido en tu confianza o seguridad en situaciones románticas? *

- Nada
- Poco
- Algo
- Bastante
- Mucho

Anexo B

Ítems de la Escala de Autovalía y Satisfacción Sexual (SWSS)

Me siento una persona sexualmente valiosa *

	1	2	3	4	5	
Nunca	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Siempre

Estoy satisfecho/a con mi vida sexual *

	1	2	3	4	5	
Nunca	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Siempre

Considero que tengo cualidades positivas como pareja sexual *

	1	2	3	4	5	
Nunca	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Siempre

Siento confianza en mis capacidades sexuales *

	1	2	3	4	5	
Nunca	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Siempre

Anexo C

Ítems de la Escala de Desempeño Sexual Percibido (PSP)

Siento que mi desempeño sexual suele estar a la altura de lo que se espera de mí *

	1	2	3	4	5	
Nunca	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Siempre

A menudo pienso que no sé desempeñarme sexualmente tan bien como debería *

	1	2	3	4	5	
Nunca	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Siempre

Considero que mis parejas se sienten satisfechas con mi desempeño sexual *

	1	2	3	4	5	
Nunca	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Siempre

Durante las relaciones sexuales, dudo de si lo estoy haciendo bien *

	1	2	3	4	5	
Nunca	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Siempre

Anexo D

Ítems de la Escala de Ansiedad y Evitación Sexual (SAAS)

La actividad sexual me genera ansiedad *

	1	2	3	4	5	
Nunca	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Siempre

Evito el contacto sexual por miedo a equivocarme *

	1	2	3	4	5	
Nunca	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Siempre

Durante las relaciones sexuales estoy más pendiente de hacerlo bien que de disfrutar *

	1	2	3	4	5	
Nunca	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Siempre

Me resulta difícil relajarme en situaciones íntimas *

	1	2	3	4	5	
Nunca	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Siempre