

Tenemos que hablar del porno

Guía para familias sobre el consumo de pornografía en la adolescencia



Save the Children

Esta guía ha sido elaborada por la Dirección de Sensibilización y Políticas de Infancia de Save the Children en base a una guía por Daniel Santacruz, psicólogo y sexólogo.

Tenemos que hablar del porno

Coordinación:
Paloma García Berrocal

Ilustraciones:
Íñigo Navarro Dávila

Arte y maquetación:
Óscar Naranjo Galván

Edita:
Save the Children España
junio/2020





1.º

Introducción



La adolescencia es una etapa compleja de la vida por la cantidad de cambios físicos, psicológicos y sociales que suceden y que incluyen también todos los relacionados con la sexualidad.

El mundo actual en el que viven los adolescentes presenta varios factores que definen su desarrollo sexual, como el avance de las nuevas tecnologías, la falta de educación sexual en el currículo educativo, las desigualdades sociales y la violencia de género.

En este marco, aparece la «nueva pornografía» accesible, ilimitada tanto en cantidad como en contenidos, anónima e interactiva. Se trata de una pieza clave en el desarrollo sexual adolescente que impacta en su forma de entender la sexualidad y en sus relaciones, y puede desembocar en comportamientos de riesgo.

¿La adolescencia consume pornografía? ¿La toman como referencia en sus relaciones? ¿Les gusta lo que ven? ¿Consideran que hay violencia o desigualdad en su contenido? ¿Por qué la buscan? ¿Cómo la descubrieron? ¿Está representado el colectivo LGTBI? ¿Hay diferencias de género? ¿La educación sexual que reciben les resulta suficiente? ¿Consideran que necesitan saber más?

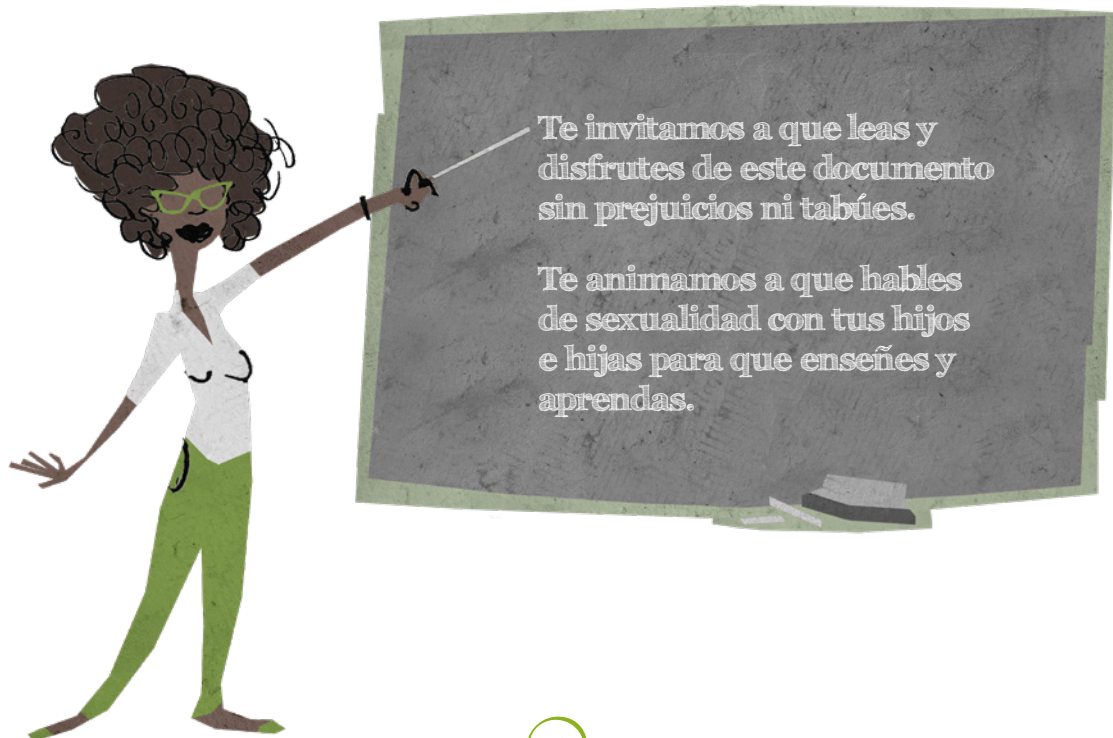
Estas son las preguntas que nos hemos hecho en Save the Children con el fin de afrontar esta realidad sin tabúes, para poder ofrecer respuestas ajustadas a las necesidades de la infancia y adolescencia que garanticen su bienestar y el desarrollo integral de su identidad. Como resultado hemos elaborado el **informe «(Des)información sexual: pornografía y adolescencia»** y la presente guía para familias.

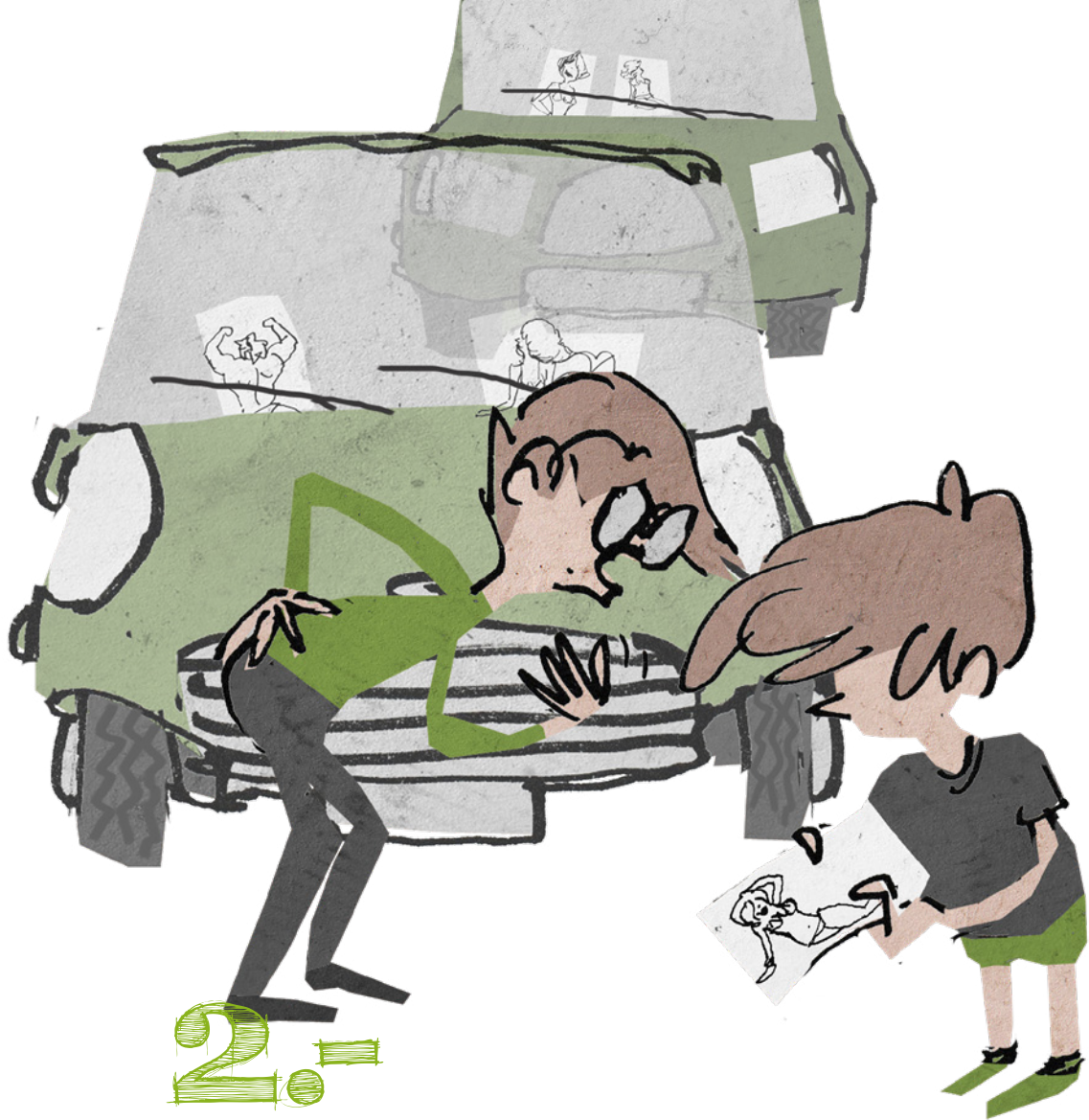
Con esta guía pretendemos aportar **claves para que las familias puedan ayudar a sus hijas e hijos a formarse una visión crítica y realista sobre la pornografía**. Para ello, ten en cuenta que:

- Esta guía ofrece claves para hablar de pornografía, no respuestas correctas, ni recetas sobre cómo responder; cada persona debe adaptarlas a su estilo particular de educar a sus hijos e hijas.
- Se trata de un complemento a nuestra guía **«Respuestas fáciles a preguntas difíciles»**, una herramienta dirigida a facilitar a las

familias la educación sexual de sus hijas e hijos. Hablar de sexualidad nos suele costar, sobre todo con niños, niñas y adolescentes; con este material, proporcionamos algunas claves válidas para mejorar la comunicación.

- Está dirigida a todas y todos, sin importar sexo, género, identidad, orientación, origen, capacidades, diferencias, tipos de pareja ni tipos de familias. Así pues, no se centrará en ningún colectivo concreto (de hecho, se usará el femenino y masculino genérico para facilitar la lectura, pero es nuestro deseo incluir a todas las personas y a todas las sexualidades).
- Sus contenidos están basados en evidencias, aunque es conveniente señalar la necesidad de una mayor labor investigadora sobre el tema.
- No intenta solucionar los debates en torno a la pornografía, pero sí trata de aportar conocimientos para que las familias y adolescentes que la lean puedan desarrollar una visión crítica.





2.-

De 9 a 11 años:
primera exposición
al porno
y curiosidad

La mayor parte de investigaciones, y también los testimonios de muchas familias, alertan de que los primeros contactos con la pornografía empiezan a ocurrir en torno a los 9 y 11 años.

No suele tratarse de búsquedas deliberadas ni tienen un componente esencialmente erótico, es decir, que se utilice para despertar o incrementar el deseo, como sucederá más adelante en la adolescencia; aunque es cierto que también podría ocurrir.

En primer lugar, la mayor parte de estudios existentes hablan de «exposición» a la pornografía o a material sexualmente explícito más que de «búsqueda» deliberada a estas edades, entendiendo, por lo general, que sexualmente explícito se refiere a imágenes de desnudos y genitales. Por ejemplo, a través de *banners* y *pop-ups* (ventanas emergentes en Internet), vídeos que les muestran chicas y chicos mayores, folletos o *flyers* que encuentran en la calle, imágenes en películas, series, anuncios o redes sociales, etc.

Por otro lado, tanto la exposición como la búsqueda deliberada a estas edades no tiene por qué atender a los mismos motivos que entre adultos. Muchas veces, niñas y niños solo satisfacen su curiosidad sobre un tema que saben que es tabú, que despierta risas y miedos en el mundo de los adultos, o que tiene un punto escatológico (es el «caca-culo-pedo-pis» de los niños de 4-5 años, adaptado a la preadolescencia). Otras veces, la exposición a material pornográfico responde a la presión del grupo, que puede provenir de chicos y chicas de su clase, de su colegio, de su vecindario, etc.

A estas edades, **la exposición y el acceso al porno no son recomendables**. Básicamente porque no es el momento evolutivo de satisfacer el deseo erótico y porque su desarrollo cognitivo no les permite entender plenamente lo que están viendo, al igual que les puede suceder con otras imágenes perturbadoras, violentas o difíciles de asumir.

¿Cuándo les puedo hablar de sexo?

Respuesta mala: ya deberías haber empezado. **Respuesta buena: nunca es tarde para hacerlo.**

No hay una edad adecuada para hablar de sexo porque hablamos de sexo diariamente. Cada día pueden surgir oportunidades para que expliques a tus hijos e hijas distintos aspectos de la sexualidad (como de dónde vienen los niños o por qué hay diferencias entre hombres y mujeres). Además de satisfacer su curiosidad, estarás enseñándoles que pueden hablar contigo sin tapujos sobre cualquier tema.

Muchas veces preferimos no contestar a sus preguntas porque es más cómodo, porque no tenemos recursos o porque pensamos que no lo van a entender, pero te sorprenderá lo que puedes llegar a contarles. Al fin y al cabo, el silencio ante sus dudas o preguntas también es educación sexual, pero menos eficaz. Quizá no sea la que te gustaría transmitir.

A mi hijo o hija le han enseñado imágenes pornográficas. Le he pillado buscando porno.

Como siempre, el primer planteamiento es **abordar la situación con calma**. Empieza recopilando más información, preguntándole qué ha visto y en qué circunstancias, sin resultar exigente o inquisitivo, hay muchas explicaciones para un comportamiento.

Puedes preguntarle también si entiende lo que estaba viendo, qué piensa ella o él de lo que estaba viendo o cómo le ha hecho sentir, para así tener más información y poder elaborar mejor tu respuesta. Intenta no juzgar ni culpar por lo que estaba haciendo, preguntas o comentarios del tipo «¿por qué estabas viendo esto?», «¿cómo se te ocurre ver eso?» o «¿para eso quieres el ordenador?» no son recomendables porque suelen generar una actitud defensiva, pueden sentirse culpables y no ayudan a entablar el clima de confianza para que te cuente y tú puedas guiarlo.

Puedes ofrecerle alguna información sobre la pornografía, como que es algo que usan los y las mayores para disfrutar, o que no representa la forma en que los y las mayores tienen relaciones, puedes añadir que se trata de ficción y no de la vida real. Puedes recurrir a la comida como una buena

analogía para explicarlo; por ejemplo, hay alimentos que los niños y las niñas no pueden tomar, como el café o la cerveza, y que podrán tomar, si quieren, cuando sean mayores. Hay alimentos cuyo uso puede ser beneficioso y su abuso peligroso, como el azúcar. O cómo algunas veces la foto del alimento no se parece en nada a lo que comemos después, por ejemplo.

Puede ser también buen momento para explicarle qué son las relaciones sexuales y cuáles son sus ingredientes principales, explicando elementos imprescindibles como el consentimiento, cuando las personas están de acuerdo y entienden lo que está ocurriendo; la confianza, para que ambas personas se sientan libres de cambiar de opinión cuando deseen; la comunicación y el respeto.

Puedes preguntarle si sabe cómo hacer para que otras personas no le enseñen ese tipo de imágenes y ensayar con él o ella cómo hacerlo. También puedes explicarle que puede recurrir a ti si encuentra ese tipo de imágenes en Internet, si se las envía alguien conocido, alguien desconocido, etc.

Por último, si lo consideras necesario, puedes tratar de poner un límite a dicho comportamiento desde tu posición como adulto: «esto tú todavía no lo puedes ver», «esto es para mayores», etc.

¿Tengo que advertirle de algún peligro?

Sí. Los estudios referidos al uso de Internet para el porno no solo se refieren al acceso de menores a la pornografía o a la exposición de material genitalmente explícito a menores, sino también al uso de las tecnologías para enviar y recibir imágenes explícitas propias o ajenas (*sexting*). Por ejemplo, a través de móviles y aplicaciones de mensajería, a través de fotografías y vídeos en redes sociales o mediante el uso de chats con *webcams* para hablar por Internet con personas desconocidas o poco conocidas (por ejemplo, jugadores de un juego *online*).

Es el momento de que empieces a educar a tu hijo o hija en el uso responsable de las tecnologías y en su derecho a proteger sus datos personales. Todos sabemos cómo hoy en día una imagen puede viralizarse; es decir, acabar en cualquier pantalla en cualquier parte del mundo, especialmente, aquellas referidas a contenidos explícitos. Otro riesgo es que los propios compañeros o conocidos utilicen esas imágenes para herir o extorsionar.

La imagen personal debe ser cuidada y protegida y tus hijas e hijos deben conocer las herramientas necesarias para negarse a que les hagan fotos o les dejen grabarse (saber cómo funcionan los móviles y las cámaras, saber decir que no, saber denunciar el comportamiento, etcétera).

En caso de que algo así sucediera, es necesario recurrir a una persona adulta de confianza (familia, profesores) o a las autoridades competentes (Policía, Guardia Civil) para que se tomen las medidas necesarias.

Para saber más sobre este tema te recomendamos nuestra guía «**Antivirus contra la violencia**» en la que aportamos conocimientos básicos y herramientas que ayudan a educar y acompañar a los niños y las niñas en la utilización de las tecnologías de información y comunicación (TIC).

¿Tengo que usar un control parental?

Los controles parentales son programas, aplicaciones o buscadores que limitan el acceso de las niñas y los niños a ciertas páginas. De nuevo, nadie puede decidir por ti, pero una característica de Internet y las TIC es que es probable que tus hijos e hijas tengan más conocimiento que tú sobre el tema. No está de más conocer cómo funcionan Internet, las redes sociales o las *apps* para llevarles cierta ventaja.

El uso de las aplicaciones de control parental favorece que los niños y las niñas no se vean expuestos a contenidos sexualmente explícitos en Internet, pero tienen una duración determinada: tarde o temprano, tu hija o tu hijo buscará deliberadamente material erótico u otros se lo enseñarán. Su uso debe formar parte de una estrategia pedagógica; por tanto, no debería partir de una prohibición, sino de un límite explicado, acordado o negociado.

Los controles parentales te pueden evitar el problema temporalmente, pero **en ningún caso sustituyen a una educación sexual integral** que le enseñará a desarrollar una actitud crítica que les acompañe toda su vida.



3.^o
De 12 a 16 años:
búsqueda
deliberada

Una vez entrada la adolescencia, tiene lugar una serie de cambios que preparan a los niños y las niñas para el mundo de las y los adultos, incluida la sexualidad. No sólo porque aparezca la capacidad reproductiva, sino porque comienza toda una revolución emocional y hormonal que les hace empezar a experimentar curiosidad, atracción y deseo erótico, algo que antes generalmente no se experimentaba. Asimismo, el desarrollo intelectual les va a permitir ensayar con situaciones e imágenes posibles: van a poder imaginar su cuerpo, sus relaciones y su mundo de las diferentes formas que podría ser y no solo como son.

Esto atañe especialmente a todo lo relativo a las relaciones sexuales que se entienden como una posibilidad a llevar a cabo en distintas circunstancias. Algunas chicas y chicos estarán deseando mantener relaciones; otros y otras no se sentirán preparados; incluso muchas y muchos pasarán completamente del tema o se sentirán asustados y asustadas.

No obstante, el porno sigue estando ahí, ahora más aún disponible, **el 99 % de los y las adolescentes mayores de 14 años tienen móvil con conexión a Internet** y -más significativo- todo el mundo habla de ello, las y los adultos lo utilizan, hay toda una industria detrás, etc.

¿Qué les cuento sobre el porno?

Su habilidad para comprender en qué consiste la pornografía es mayor que antes, con lo cual ya se puede ofrecer más información y materiales.

Es hora de acercarlos a la realidad y explicarles que el porno es a las relaciones sexuales lo que el cine a la vida: una representación ficticia de la realidad.

Se les puede explicar que los protagonistas son actores y actrices actuando, que siguen un proceso de *casting* y entrenamiento hasta llegar ahí; que las relaciones sexuales mostradas en los vídeos muestran únicamente genitales y que en realidad nos estimulamos y expresamos con todo el cuerpo cuando mantenemos relaciones; que el porno está pensado para mantenerte pegado a la pantalla durante horas cuando las relaciones sexuales suelen ser más breves; que perpetúan estereotipos desiguales de género; o que las personas nos comunicamos para expresar qué queremos, qué nos gusta o si queremos parar cuando mantenemos relaciones, etc.

También es el momento de hablarles de la relación entre porno y violencia. Muchos contenidos del porno muestran a hombres implícita o explícitamente violentos con sus compañeras. Los comportamientos misóginos o racistas son frecuentes en el porno y hay que estar preparados para ellos. Se les puede advertir directamente frente a este tipo de porno, animarles a que no vean contenidos que no les hagan sentir bien, señalarles los peligros de estos comportamientos, explicarles que pueden denunciar este tipo de contenidos, e incluso facilitarles fuentes éticas o alternativas de pornografía.

¿Qué hacer si le pilló viendo porno?

Lo primero, conservar la calma. Recuerda que a ciertas edades tanto el despertar del deseo erótico como la madurez sexual genera una serie de cambios y las personas acuden al porno para satisfacer su curiosidad, para encontrar placer a solas, en pareja o en grupo; para aprender acerca de erótica y relaciones; o para hacer lo mismo que hacen el resto de chicas y chicos de su entorno. Y no pasa nada: todas ellas se pueden abordar.

No hay que actuar de forma alarmante: de nuevo, no se trata de juzgar o culpabilizar a tu hija o hijo. De hecho, una actitud alarmista no será positiva para el fin educativo que buscamos pues suele provocar reacciones agresivas y defensivas. Tampoco se trata de mantener estereotipos de género y proporcionar una respuesta distinta a chicos y chicas; por lo general, el acceso a la pornografía se recrimina más en mujeres y se favorece o permite más en hombres.

Se puede preguntar qué estaba haciendo o viendo, si entendía lo que ocurría, si quiere hablar de lo que estaba viendo, etc. Incluso se pueden negociar límites (por ejemplo, qué vídeos puede ver, qué otras alternativas existen, cuánto tiempo le puede dedicar o en qué contexto, etcétera).

Pueden también ofrecerse alternativas al consumo de porno masivo o *mainstream*, como el porno ético; o alternativas al uso del porno, como el entrenamiento de la fantasía o consultar otras fuentes (relatos, revistas, etcétera).

¿Cómo abordo el uso de las pantallas (móvil, tablet, ordenador)?

Una vez más, los problemas no solo radican en el uso del porno, sino en el uso de las tecnologías a mano para grabar o grabarse y/o enviar materiales. No es raro que nos encontremos a estas edades videos e imágenes virales que pasan de móvil a móvil, también a estas edades se dan casos de imágenes grabadas y robadas, extorsiones, creación de perfiles falsos, suplantación de identidad, etc. Muchas veces las familias no son conscientes de que darle a un niño o a una niña un móvil con conexión a Internet sin explicar, educar o poner límites es como darles un coche sin haberse sacado el carné.

Los niños y las niñas deben conocer los riesgos asociados a las imágenes y esta tarea corresponde a todos los agentes educativos. La escuela la suele llevar a cabo (por ejemplo, a través de clases sobre acoso y ciberacoso), pero la familia debe desempeñar un importante papel educativo.

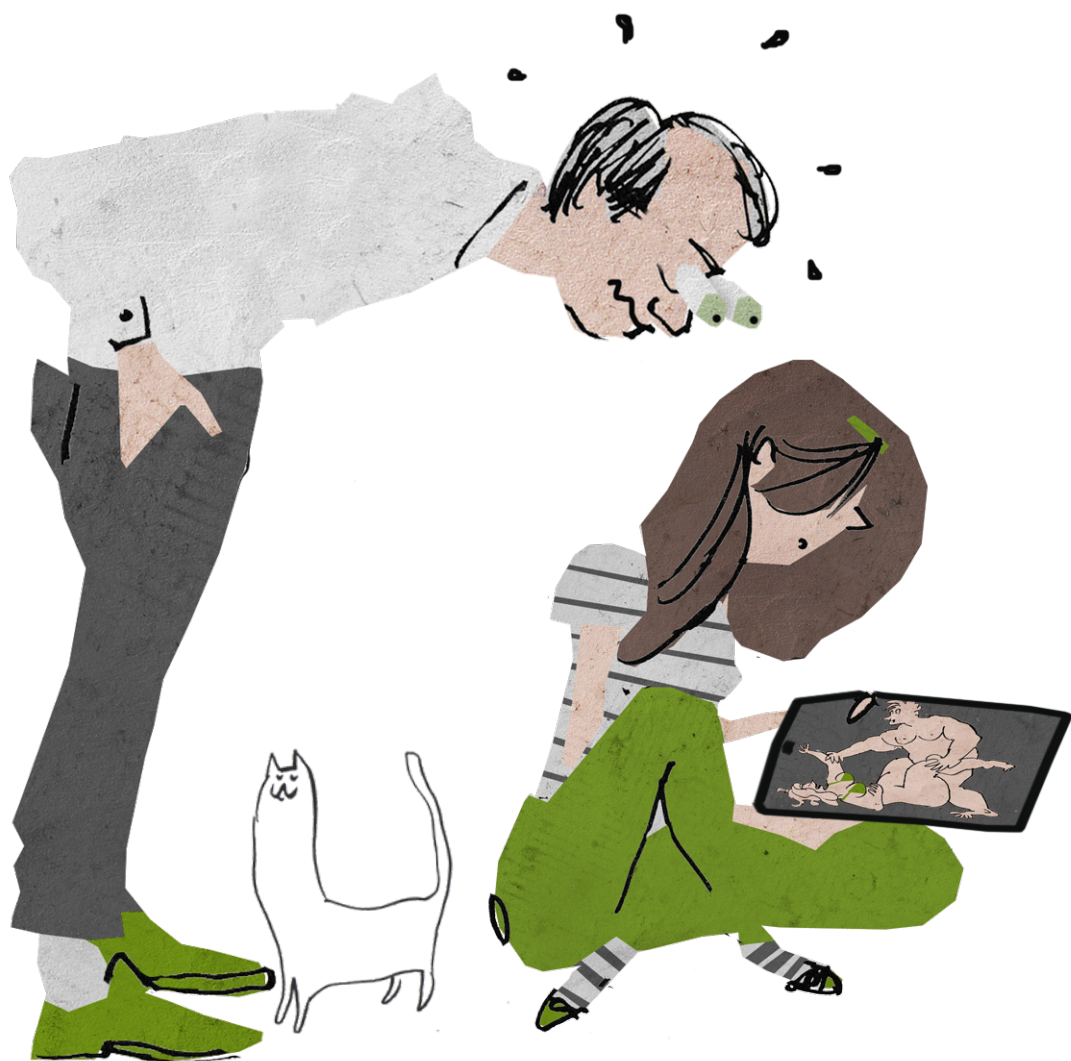
No se trata de prohibir, sino de educar. Comportamientos como enviar material sexualmente explícito (*sexting*) a tu pareja, tu ligue o a personas desconocidas (por ejemplo, con los que quieres ligar) son bastantes habituales entre los adultos, y los y las adolescentes ya son jóvenes adultos y adultas. Por lo tanto, habrá que educarles y explicarles que es un comportamiento de riesgo, sobre todo cuando la persona al otro lado del dispositivo es desconocida y/o puede ser adulta (*grooming*), y cómo actuar frente a ellos.

Es recomendable hablarles de relaciones de pareja y de que incluso las mejores relaciones no duran para siempre. De hecho, es muy probable que las relaciones durante la adolescencia no duren demasiado tiempo, y que las rupturas a veces terminen bien y otras no. Muchas veces, las exparejas utilizan videos explícitos para dañar o vengarse y esto es algo que hay que contarles para que valoren la posibilidad.

También es necesario advertirles de que si reciben imágenes comprometedoras de personas conocidas y saben o sospechan que no hay consentimiento de esa persona, pueden acudir a los adultos de referencia o a la Policía para denunciar y parar esta situación.

Y explicarles que, si planean enviar una fotografía o un vídeo a alguien en quien confían poco o no conocen bien, sean precavidos y nunca envíen si no conocen a quien está detrás, estrechen su relación personal, no muestren su cara o características corporales que les permitan ser reconocidos o conozcan las aplicaciones o las funciones de aplicaciones que permiten eliminar las fotos, mantenerlas un tiempo determinado operativas, etc.

Igualmente, puede ser provechoso prepararlos para el mal uso de la tecnología para ligar (gente que miente, que se hace pasar por otros, etc.). Actualmente, muchas parejas se están conociendo ya a través de aplicaciones para ligar y, por tanto, es mejor explicar a los chicos y chicas cómo deben utilizarse antes que lo descubran solos y por las malas.





4.º
Más de 16 años:
uso e incluso
abuso

La llegada al mundo adulto supone una serie de ventajas sociales con sus pros y sus contras. La gran mayoría de los y las adolescentes se embarcan en sus primeras relaciones sexuales, sus primeras relaciones de pareja, sus primeros trabajos, etc. La educación sexual no debe terminar en esta etapa. La familia no pasa a un segundo plano, pero sí pierde influencia sobre las chicas y chicos jóvenes, en detrimento de sus iguales. Debes seguir siendo un referente de información y confianza para ellas y ellos.

A partir de estas edades, se hace más frecuente el uso y consumo de pornografía de un modo «más adulto». Es decir, ya no lo hacen tanto por presión de grupo o curiosidad preadolescente, sino que recurren a todo tipo de porno como herramienta principal para despertar o aumentar su deseo, mejorar su conocimiento sobre la sexualidad y los encuentros o masturbarse.

¿De qué puedo hablar con ellas y ellos sobre porno?

Una vez más, puede ser el momento de explicarles aspectos del porno que quizá desconozcan e incluso tu propia opinión sobre el uso del porno o sobre las distintas industrias que hay detrás.

Puede ser buen momento para recordar cómo son las relaciones eróticas «reales», es decir, las que en el porno se omiten mayoritariamente: consentimiento, comunicación verbal y no verbal, confianza, el respeto, cuidado y autocuidado, diversidad de cuerpos y de prácticas, etc. Se puede debatir sobre el uso de ciertos colectivos o particularidades como objeto de fetiches (por ejemplo, hombres negros, mujeres trans, mujeres asiáticas, etcétera) que aparecen doblemente mal representados en el porno.

Da lugar a explicarles que, en las relaciones sexuales habituales es normal fallar, no tener ganas, tener ganas, conversar con tu pareja sobre cuándo y cómo hacerlo, probar cosas nuevas y que estas gusten o no gusten; que preparar y planificar el encuentro puede ser erótico y sensual; la importancia del uso de anticonceptivos, etc.

¿Y si sospecho que mi hijo o hija tiene adicción al porno? ¿Se ha enganchado al porno? ¿Estoy enganchado al porno?

Aunque aquí hablamos de palabras mayores, **el porno tiene todos los ingredientes para convertirse en un elemento adictivo**. En líneas generales, la adicción no es una categoría; es decir, no se trata de si soy adicto o no, sino de cómo uso el porno.

Cuando estamos dudando sobre el uso que dan al porno, podemos expresarles nuestras dudas o miedos acerca del comportamiento, por ejemplo, lo sentimos, pero «dar la tabarra» forma parte de tu responsabilidad como madre o padre y plantearle la posibilidad de comportamientos alternativos, fuentes de estimulación distintas, etc.

Es difícil diagnosticar una adicción, incluso para los y las profesionales, pero ciertos síntomas indican que puede existir un problema en relación al porno. Por ejemplo, si cada vez necesita mayores cantidades de porno, si el deseo de utilizarlo se vuelve molesto o e incontrolable, si experimenta malestar al no poder acceder al porno, si abandona otras actividades (amigos, amigas, trabajo, estudios) o si aparece insensibilidad al placer erótico en las relaciones «reales».

En esos casos, lo más recomendable es acudir a un especialista en psicología y/o sexología para asesorar y ayudar si fuere necesario.



5.- Recursos para saber más

Los libros ***Sexo es una palabra divertida*** (Fiona Smyth y Cory Silverberg, 2019) o ***Cuéntamelo todo*** (Katharina von der Gathen y Anke Kuhl, 2016) abordan la sexualidad con los más pequeños.

Las guías ***The porn talk*** de Erika Lust se refieren específicamente a cómo hablar de porno a los más pequeños y jóvenes, han servido de referencia para esta guía y están disponibles en su web.

Las series de televisión ***Sex Education*** (Laurie Nunn, 2019-...) y ***Big Mouth*** (Nick Kroll, Andrew Goldberg, Jennifer Flackett y Mark Levin, 2017-...) también proporcionan información sobre sexualidad y temas de los que hablar con adolescentes, jóvenes y preadolescentes.

El vídeo corto ***Porn sex vs real sex: the differences explained with food*** ayuda a entender las diferencias entre los encuentros «reales» y los ficticios del porno de una forma amena y apta para preadolescentes.

Además, puedes consultar nuestras guías y nuestra escuela de familias:

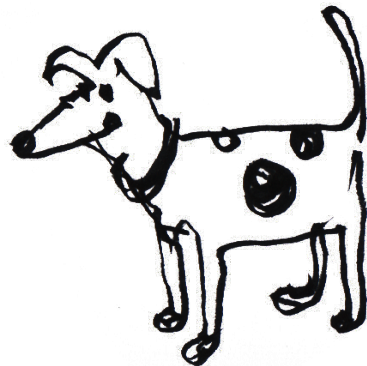
- Santacruz, D. (2017). ***Respuestas fáciles a preguntas difíciles***. Madrid: Save the Children.
- Bebea, I. (2019). ***Antivirus contra la violencia***. Madrid: Save the Children.
- Escuela de padres y madres de Save the Children
<https://escuela.savethechildren.es/>

Por último, algunos artículos o estudios interesantes si quieres saber más sobre el tema de la pornografía:

- Gabriel, K. (2017). **El poder de las culturas del porno. Estado del poder.** Recuperado de: <https://www.fuhem.es/media/ecosocial/file/Estado-del-poder-2017/6.Culturas-del-porno-Estado-del-poder2017.pdf>
- Jaychandran, C. R. (2006). **Porn rules net revenue charts. The Economic Times.**
- Ballester-Arnal, R., Castro-Calvo, J., Ruiz Palomino, E., Gil-Juliá, B. y Giménez-García, C. (2018). **Sexo, mentiras e Internet.** Revista INFAD de Psicología, 1.
- Horvath, M., Alys, L., Massey, K., Pina, A., Scally, M. y Adler, J. R. (2013). **Basically... porn is everywhere. A rapid evidence assessment on the effects that access and exposure to pornography has on children and young people.** Office of the Children's Commissioner for England, London (UK).
- Wilson, G. (sin fecha). **Start here: evolution has no prepared your brain for today's porn.** Recuperado de: <https://www.your-brainonporn.com/miscellaneous-resources/start-here-evolution-has-not-prepared-your-brain-for-todays-porn/>

Índice

- 3** **Introducción**
- 6** **De 9 a 11 años:
primera exposición
al porno y curiosidad**
- 11** **De 12 a 16 años:
búsqueda deliberada**
- 16** **Más de 16 años:
uso e incluso abuso**
- 19** **Recursos para saber más**



Save the Children es la organización independiente líder en la defensa de los derechos de la infancia en todo el mundo. Trabaja desde hace 100 años para asegurar que todos los niños y las niñas **sobrevivan, aprendan y estén protegidos**. Actualmente la organización opera en más de 120 países.

En España trabaja en programas de atención a los niños y niñas más vulnerables, centrados en la infancia en riesgo de pobreza o exclusión social. La organización atiende además a la infancia migrante y está centrada a proteger a los menores frente a la violencia.

Save the Children quiere que todos los niños y niñas, independientemente de su condición o país de origen, puedan disfrutar plenamente de sus derechos y alcanzar el máximo de sus capacidades.



Save the Children



escuela.savethechildren.es