



Trabajo Fin de Máster

Máster Universitario en Psicología General Sanitaria

PROGRAMA DE PREVENCIÓN DE ADICCIÓN A LA PORNOGRAFÍA EN LA ADOLESCENCIA TEMPRANA

Presentado por: D. Abner Conde García

Tutora académica: Dra. Marta González de la Cámara

Alcalá de Henares, 8 de marzo de 2021

ÍNDICE:

1. RESUMEN/ABSTRACT.....	3
2. INTRODUCCIÓN Y JUSTIFICACIÓN DEL TEMA ELEGIDO.....	4
3. OBJETIVOS DEL TFM.....	7
4. MARCO TEÓRICO	7
4.1. La pornografía.....	7
4.2. Adicción a la pornografía.....	10
4.2.1. Etiología.....	10
4.2.2. Alteración neurológica y mantenimiento de la adicción	11
4.2.3. Consecuencias.....	11
4.2.4. Diferencias en el consumo entre hombres y mujeres.....	12
4.2.5. Comorbilidad	13
4.3. Adicción a la pornografía en la adolescencia temprana.....	14
4.3.1. Características de la adolescencia temprana.....	14
4.3.2. Factores de riesgo	14
4.3.3. Señales de advertencia.....	15
4.4. La psicoeducación sexual	16
4.5. La psicoeducación sexual como forma de prevenir la adicción a la pornografía.....	17
4.6. La psicoeducación sexual como forma de prevenir la adicción a la pornografía en la adolescencia temprana	17
5. PROPUESTA DE INTERVENCIÓN	19

5.1. Programas de prevención existentes	19
5.2. Justificación de la propuesta.....	19
5.3. Objetivos.....	20
5.4. Contexto y participantes	21
5.5. Metodología y recursos.....	21
5.6. Cronograma de aplicación.....	22
5.7. Sesiones y actividades del programa.....	23
5.7.1. Sesión 1	23
5.7.2. Sesión 2	26
5.7.3. Sesión 3	29
5.7.4. Sesión 4	33
5.8. Evaluación de la propuesta y resultados.....	35
6. CONCLUSIONES.....	36
7. REFERENCIAS	38
8. ANEXOS.....	44

1. RESUMEN/ABSTRACT

La crisis causada por el coronavirus ha impulsado el consumo de Internet en una era cada vez más digitalizada y con acceso a Internet de por sí. El peligro de la adicción a la pornografía se hace cada vez más plausible para aquellos adolescentes que recién se adentran en esta etapa de sus vidas. El objetivo del trabajo consiste en crear un plan de prevención de la adicción a la pornografía en la adolescencia temprana, para ello se trabajará con los padres, los cuáles según la literatura, juegan un papel fundamental en el desarrollo individual de los adolescentes. El programa desarrollado aborda durante cuatro sesiones varios elementos necesarios para capacitar a los padres en como ocurre el desarrollo sexual, los factores de riesgo y protección contra la adicción a la pornografía, principales consecuencias de la adicción a esta, mejores métodos para hacerle frente y habilidades para realizar una adecuada comunicación con sus hijos. Las actividades serán tanto teóricas como prácticas con el fin de que sean lo más dinámicas posibles. Los resultados esperados consistirán en la consecución de los objetivos anteriormente mencionados y en la mejora de la autoeficacia percibida por parte de los padres para poder ayudar a sus hijos a alcanzar un completo y enriquecedor desarrollo sexual.

Palabras claves: adolescencia, pornografía, psicoeducación, padres.

The crisis caused by the coronavirus has driven Internet consumption in an era that is increasingly digitized and with Internet access per se. The danger of pornography addiction is becoming more and more plausible for those adolescents who are just entering this stage of their lives. The objective of the work consisted of creating a plan for the prevention of addiction to pornography in early adolescence, for which we will work with parents, who, according to the literature, play a fundamental role in the individual development of adolescents. The program developed addresses during four sessions various elements necessary to train parents on how sexual development

occurs, risk factors and protection against addiction to pornography, the consequences of addiction, the best methods for how to cope with this and skills to carry out adequate communication with their children. The activities will be both theoretical and practical in order to be as dynamic as possible. The expected results will consist in the achievement of the aforementioned objectives and in the improvement of the self-efficacy perceived by the parents in order to help their children achieve a complete and enriching sexual development.

Key words: adolescence, pornography, psychoeducation, parents.

2. INTRODUCCIÓN Y JUSTIFICACIÓN DEL TEMA ELEGIDO

El coronavirus ha supuesto un impacto importante para nuestro planeta, no solo por la pérdida de cientos de miles de vidas o por la paralización de las economías nacionales, sino también porque ha provocado grandes cambios en los estilos de vida de las personas. Dos de las grandes novedades que ha traído consigo el coronavirus ha sido la gran cantidad de tiempo que pasamos frente a las pantallas (ya sea de ordenadores, móviles o tabletas) y la gran cantidad de tiempo que pasamos en nuestros hogares (entre otras cosas debido a la cuarentena). Un ejemplo de esto es una investigación llevada a cabo por Gutiérrez, Islas y Arriba (2020) que debido al confinamiento un 85% de los niños estadounidenses dedicaba más tiempo a los videojuegos y el 82% afirma pasar mucho más tiempo interactuando con las nuevas tecnologías. Incluso este mismo estudio señala que los adultos y los menores de 35 años que no supieron adaptarse al empleo de forma frecuente de las plataformas digitales debido a la cuarentena experimentaron sensación de abandono.

En medio de todos estos cambios mencionados anteriormente podría esperarse que la industria pornográfica se haya visto favorecida. El portal especializado en decisiones financieras, Rankia, ubica la industria pornográfica en el sexto puesto del top 11 de las

industrias que más dinero mueven en el mundo según Martí (2021). Dado que existen muchas compañías en este sector tomemos por ejemplo la más grande de ellas: Pornhub. En un artículo periodístico de Villamor (2020) para The Objective analiza el informe Pornhub: Coronavirus Insights, y algunas de las conclusiones a las que se pueden llegar es que el COVID19 ha provocado un aumento medio del tráfico en este sitio web de un 5,7% en todo el mundo. En el caso de España se observa que la media del tráfico diario aumentaba hasta en un 6,1%, es decir, la media española se encontraba por encima de la media mundial (sin tomar en cuenta que en el momento de la realización de este informe en España no se había decretado la cuarentena). Además, como refleja Fernández (2020) en un artículo para el diario digital El Español, en un intento de marketing, Pornhub compartió de forma gratuita todo su contenido PREMIUM en aquellos países que quedaron aislados debido a la cuarentena.

Como podemos observar, en un mundo y una época ya de por sí tecnológica, la crisis originada por el COVID19 ha provocado un aumento del tiempo y del número de personas que consumen Internet y contenido pornográfico. Por lo tanto, cabría preguntarse: ¿este aumento solo se da en personas adultas? Según la ONG Save The Children (2020) España en su informe (DES)INFORMACIÓN SEXUAL donde realiza un análisis del consumo de pornografía por parte de adolescentes y su impacto sobre sus relaciones y su desarrollo destacan que siete de cada diez adolescentes consumen pornografía.

Así, la siguiente pregunta será ¿tiene algún efecto la pornografía en el desarrollo y esferas de la vida de los adolescentes? Si lo tiene, ¿cuáles son? Estas y otras preguntas importantes serán respondidas en este trabajo con el fin de proporcionar conocimiento a padres y a otros familiares de la importancia de una correcta educación sexual y no de una basada en el contenido pornográfico.

Los buscadores empleados para el desarrollo de este trabajo han sido: Google Académico, Scielo, Dialnet y PQDT Open. Las palabras claves empleadas fueron: pornografía, porno, adolescencia, intervención, educación sexual, comunicación, violencia, prevención, adicción, cuarentena, riesgos.

El margen temporal para incluir bibliografía fue artículos, tesis o libros publicados en 2015 o años posteriores. Sin embargo, en algunas ocasiones fue tomada bibliografía de años anteriores ya sea por su relevancia de la misma o por la ausencia de material más actualizado. Solo fueron empleados artículos redactados en inglés o en español.

Operadores booleanos:

- ✓ Pornografía AND Educación Sexual
- ✓ Educación Sexual AND Factores Prevención
- ✓ Educación Sexual AND Comunicación
- ✓ Educación Sexual NOT Abuso Sexual
- ✓ Educación Sexual NOT Protección Menores
- ✓ Adolescentes NOT Jóvenes
- ✓ Riesgos Pornografía OR Violencia Pornografía

Antes de pasar a exponer los objetivos de este trabajo es importante destacar cuales no son sus objetivos. En primer lugar, no se pretende ejercer juicios morales sobre el consumo de la pornografía. En segundo lugar, tampoco se pretender afirmar que el visionado de cualquier tipo de material sexual provoca consecuencias negativas ya que según algunos autores como Vera (2000) afirman que el consumo de material pornográfico en algunos contextos puede producir beneficios como enriquecer la vida sexual de la persona y desde este enriquecimiento respetar las diferentes formas de expresión de la sexualidad humana.

3. OBJETIVOS DEL TFM

Mediante el presente trabajo se pretende exponer el peligro del consumo de la pornografía en la adolescencia temprana. Para su abordaje se explicarán los factores de protección y factores de vulnerabilidad que propician la adicción a esta, también se abordarán los posibles factores desencadenantes de la misma, y por último el impacto negativo que esta tiene o puede llegar a causar sobre el resto del desarrollo de la vida del individuo.

Otro objetivo es exponer la importancia de una adecuada psicoeducación sexual como forma de prevenir la aparición de la adicción a la pornografía en una edad temprana. También se abordará el papel, importancia y presencia que deben tener los padres en el desarrollo sexual de sus hijos.

Un último objetivo será proponer un programa de prevención destinado a brindar a los padres habilidades, conocimientos y herramientas que les permitan realizar un acompañamiento adecuado del desarrollo sexual de sus hijos y que impida una adicción a la pornografía en una etapa tan crucial como la adolescencia.

4. MARCO TEÓRICO

4.1. La pornografía

Peña (2012) expone como la popularidad de la pornografía aumenta a finales del siglo XIX gracias a los avances tecnológicos de la época como las cámaras fotográficas ya que estas contribuían a perpetuar una imagen (que proyectara contenido erótico) y circular abundantemente fotografías de desnudos y sexo explícito. Años después gracias a la fotolitografía comenzaría su distribución en masa mediante: tarjetas y postales, calendarios, juegos, etc. En nuestros días continúa desarrollándose gracias a

la impresión gráfica de escritos, revistas, medios de comunicación, ferias y en un sinnúmero de mercancías (libros, DVD, hotlines, Internet, sexo en vivo). Según Sánchez e Iruarrizaga (2009) la pornografía se sostiene gracias a que con la llegada de Internet se ha fortalecido su accesibilidad, anonimato y asequibilidad. Debido a dicha expansión la pornografía se ha convertido en un producto global. Según Ballester, Orte y Pozo (2019) la pornografía actual o “nueva pornografía” presenta cinco características que la distinguen a la pornografía de otras épocas, estas son: (1) alta definición y buena calidad de imagen, (2) asequibilidad ya que en su mayoría es gratuita gracias a la llegada de Internet y vinculación con grandes empresas, (3) accesibilidad debido a la gran oferta existente propiciada por la constante producción y distribución, (4) sin límites en las prácticas sexuales que se realizan, y (5) anonimato e intensa interactividad.

La palabra pornografía es un término de origen griego que significa: la descripción (*grafía*) de la prostituta (*porné*). De acuerdo con Szil (2004) el objetivo de la pornografía no es buscar la representación del vínculo entre las personas que practican la experiencia sexual sino el establecimiento de una relación entre la persona que está mirando (el consumidor) y el objeto sexual que se le presenta. Para Yehya (2006; citado en Peña, 2012), Peter y Valkenburg (2010; citados en Velasco y Gil, 2017) la pornografía engloba un único objetivo que es el provocar la excitación sexual y una posible respuesta sexual placentera autosuficiente.

Bruckner y Finkelkraut (1988; citado en Szil, 2004) plantean que las escenas sexuales expuestas en la pornografía no solo se presentan como fantasía sino también como una realidad objetiva.

Según indican Marzano (2006; citado en Peña, 2012) la pornografía en nuestros tiempos se caracteriza principalmente por dos elementos: (1) la sobreexposición orgánica la cual consiste en mostrar todo lo que el ser humano es capaz de hacer con el cuerpo sexuado

llevado al límite (tanto al placer como al asco) y (2) el hiperrealismo que genera la ilusión de que es posible sobreponerse a cualquier límite, regla o norma convencional. Esto genera en los consumidores la activación de un mecanismo que permite admitir a dicho observador que lo que ve es una fantasía, pero a su vez se despierta en él un sentido de hipermasculinidad o hiperfeminidad que de acuerdo con Ramírez y García (2002; citado en Peña, 2012) es la exageración de lo que se considera masculino o femenino tanto a nivel físico (cuerpo) como a nivel de comportamiento (rudeza, violencia, agresividad y falta de afectividad).

De acuerdo con Simpson y Kraak (1998; citado en Peña, 2012) y Amaya (2014; citado en Burbano y Brito, 2019) los estereotipos masculinos dentro de la pornografía implican que los hombres son fuertes, decididos, autoritarios, agresivos y autosuficientes, siempre tienen el poder y el control de la situación. Por su parte los estereotipos femeninos implican que las mujeres son débiles, sumisas, dudosas, emocionales, obedientes, resignadas y dependientes.

Si bien existe contenido pornográfico de carácter legal, una cantidad para nada desdeñable del contenido pornográfico es de carácter delictivo ya que se produce gracias a la trata, esclavitud, abuso, coacción, engaños, situaciones de desigualdad, explotación comercial y sexual de niños y mujeres. Sin embargo, como bien señala Peña (2012) tanto la pornografía legal como la ilegal se encuentran bajo la actual problemática de la piratería informática la cual consiste en la distribución sin consentimiento del creador de dicho producto.

Un ejemplo de lo anteriormente mencionado es el caso de la compañía Pornhub (la cuál mencionábamos al comienzo de este trabajo). Después de que Kristof (2020) publicara en el New York Times un artículo titulado The Children of Pornhub en el que abordaba como esta plataforma permitía videos sin el consentimiento de víctimas de explotación,

violación, espionaje, y que además obtenía dinero de ellos, Pornhub, debido al impacto de este artículo, se vio presionado a borrar la mayoría de su contenido, pasando de tener más de trece millones de videos a solo tres millones (también sufrió pérdidas millonarias ya que tanto Mastecard como VISA cortaron relación con ella). Esto demostraba la gran cantidad de contenido dudoso que albergaba.

Según Peña (2012) la pornografía es un producto de consumo impersonal, es decir, no hay ninguna relación entre la persona que produce o crea el producto y la persona que lo consume o visualiza, por lo tanto no existe responsabilidad en el consumo de la misma ni necesidad de conocer las condiciones en el momento de la creación del material pornográfico. Esto contribuye a sostener en el tiempo el carácter delictivo que trae consigo una importante parte de la industria pornográfica.

4.2. Adicción a la pornografía

4.2.1. Etiología

Shekarey, Rostami, Mazdai y Mohammandi (2011; citados en Velasco y Gil, 2017) señalan que las causas generales del desarrollo de una adicción a la pornografía se pueden agrupar en tres tipos: físicas, mentales y psicológicas, y sociales.

Entre las causas pertenecientes al primer grupo se encuentran los cambios hormonales, la influencia hereditaria, el abuso sexual y el maltrato físico y/o verbal. En cuanto al segundo grupo destacan causas como la curiosidad del individuo por comprender la mecánica de las relaciones sexuales o por conocer qué tipo de contenidos existen en las páginas de pornografía; diferentes carencias afectivas que una persona pudiera tener; la visualización de contenido muy explícito en edades tempranas; los pensamientos y sentimientos negativos (hacia sí mismo, los demás o el futuro), o estados de ansiedad. Por último, en el tercer grupo encontramos algunas causas como

pueden ser acoso escolar, soledad y malos modelos parentales o de personas allegadas.

4.2.2. Alteración neurológica y mantenimiento de la adicción

Tanto cuando se mantienen relaciones sexuales como cuando se visualiza pornografía se produce en el cerebro una liberación del neurotransmisor dopamina la cual según Bahena, Flores y Arias (2000) se relaciona (entre otras cosas) con procesos motivacionales como el de reforzamiento y el de recompensa. Según Velasco y Gil (2017) la liberación de dopamina en el cerebro debido al consumo de pornografía produce una inundación de dicho neurotransmisor que afecta al lóbulo frontal del cerebro, el cual es el encargado de las funciones cognitivas y conductuales del individuo. Según Burbano y Brito (2019) la inundación de dopamina altera la composición química del cerebro afectando la zona de recompensa provocando que se encuentre activada. El cerebro ante la presencia en exceso de la dopamina crea más receptores de forma que esta pueda ser procesada y asimilada. Sin embargo, a mayor precedencia de receptores dopaminérgicos mayor demanda de dopamina. Esto provoca que la cantidad de material pornográfico (tanto en duración como explicitud) que se consume vaya en aumento para poder producir el mismo efecto que antes causaba, éste fenómeno es conocido como tolerancia. Según Romero (2005) el individuo comenzará a tener un deseo persistente y falla en realizar esfuerzos que detengan el comportamiento adictivo. Por lo tanto, la conducta adictiva se irá acentuando y provocará su mantenimiento en el tiempo.

4.2.3. Consecuencias

Según la revisión sistemática llevada a cabo por Velasco y Gil (2017) la adicción a la pornografía podría causar consecuencias equiparables a los que generaba la adicción a la heroína, cocaína y otras sustancias psicoactivas. Entre ellas podemos encontrar:

(1) propensión a desarrollar adicciones a otras drogas, (2) aislamiento social, (3) depresión severa, (4) neurosis, (5) cambios en el estado de ánimo, (6) disfunción eréctil, impotencia e inapetencia sexual (según de Alarcón, de la Iglesia y Casado, 2019), (7) masturbación obsesiva compulsiva, (8) eyaculación precoz, (9) disminución de la atención, (10) vacío emocional, (11) culpabilidad y vergüenza, (12) comportamientos inadecuados en la vida de la pareja, (13) degradación de la mujer, (14) aprendizajes erróneos de los roles de hombres y mujeres, (15) incremento de las violaciones sexuales y homicidios relacionados con sexo, (16) desórdenes renales y cardiovasculares y (17) otros problemas físicos y psicológicos.

4.2.4. Diferencias en el consumo entre hombres y mujeres

Un estudio llevado a cabo por Nebot, Elipe, García, Antelo y Ballester (2020) arroja que los hombres (por lo general) dedicaban más tiempo al visionado de material pornográfico que las mujeres. En cuanto a la excitación, sin embargo, no observan diferencias significativas entre un sexo y otro. Los hombres parecen manifestar mayor malestar y culpabilidad debido al consumo de material gay, mientras que las mujeres lo experimentan debido al consumo de material lésbico.

En lo referido al consumo por parte de los adolescentes, según el informe (DES)INFORMACIÓN SEXUAL proporcionado por Save The Children un 68,2% de los adolescentes ha visto pornografía en los último treinta días, consumiendo los chicos el doble que las chicas, además, los chicos reconocen acceder a material pornográfico de manera diaria de forma intencional. Por su parte las chicas expresan tener menos libertad que los chicos para hablar sobre ello, lo que podría alterar la fiabilidad de los datos.

4.2.5. Comorbilidad

No suele suceder que las personas que presentan una adicción a la pornografía o al sexo por Internet y que acuden a terapia manifiesten que esta es su malestar principal, ya que estos pacientes tienden a mentir sobre los motivos por los cuales acuden (Sánchez e Iruarrizaga, 2009). Para Weiss (2004; citado en Sánchez e Iruarrizaga, 2009) es importante realizar un análisis diferencial adecuado para determinar correctamente cual es la raíz del problema. A continuación, expondremos algunos de los trastornos comórbidos asociados a la adicción a la pornografía (*ver Tabla 1*).

Tabla 1

Trastornos comórbidos asociados a la pornografía

Autores	Trastornos Comórbidos
Young y Rogers (1998)	Depresión
Kraut, Patterson, Mundmark, Kiesler, Mukopahyay y Scherlis (1998) ^a	Depresión, déficit en las relaciones interpersonales y baja comunicación con la familia
Black, Belsare y Schlosser (1999) ^a	Problemas académicos, problemas laborales, Trastorno Límite de la Personalidad, Trastorno de Personalidad Antisocial, trastorno de compra compulsiva y ludopatía
Yang (2001) ^a	Trastorno Obsesivo-Compulsivo, somatizaciones, ansiedad y agresividad.
Chiclana, Contreras, Carriles y Rama (2015)	Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad, Trastorno Obsesivo-Compulsivo, depresión y ansiedad.
de Alarcón, de la Iglesia, Casado y Montejo (2019)	Trastorno de ansiedad, Trastorno del estado de ánimo, disfunción sexual, abuso de sustancias, alcoholismo, adicción al tabaco y adicción a los videojuegos.

Nota. Elaboración propia

^a(Citados en Sánchez e Iruarrizaga, 2009)

4.3. Adicción a la pornografía en la adolescencia temprana

4.3.1. Características de la adolescencia temprana

La adolescencia es una etapa determinante en la vida del individuo ya que en ella se producen numerosos cambios físicos, cognitivos y emocionales. La edad que comprende la adolescencia temprana puede variar entre autores, para algunos esta es la comprendida entre los 11-13 años como es el caso de Topolewska y Ciecuch (2018; citados en Villanueva y Grau, 2019), pero para otros autores como Gaete (2015) la adolescencia temprana se comprende entre los 10 y 14 años. Para el presente trabajo consideraremos adolescencia temprana como el periodo de tiempo que abarca entre los 10 y 13 años de edad. Según Villanueva y Grau (2019) las principales características de la adolescencia temprana vienen marcadas por procesos cognitivos productos de la maduración de las estructuras cerebrales y que propician el desarrollo de la identidad del adolescente, también es en esta etapa cuando la pertenencia y la relación con los iguales cobra gran importancia en la vida del individuo, se inician las relaciones afectivo-sexuales y se asientan los roles de género. Como bien resume Gaete (2015) es en esta etapa cuando aparecen los cambios físicos asociados con la pubertad y aumenta el interés por la anatomía sexual lo cual lleva a los adolescentes a experimentar dudas y vergüenza sobre la conducta sexual y sus genitales, además, se intensifican los impulsos y fantasías sexuales (los cuales son satisfechos en la mayoría de los casos mediante la masturbación). Por último, las decisiones tomadas en esta etapa son de carácter hedonista y egocentrista.

4.3.2. Factores de riesgo

Los adolescentes comienzan el consumo de pornografía desde edades más tempranas (Ballester, 2019). De acuerdo con el informe (DES)INFORMACIÓN) SEXUAL de Save The Children la edad media en el inicio al acceso de la pornografía se encuentra en 12

años para los chicos y 12 años y medio para las chicas. Acorde al informe mencionado anteriormente las principales fuentes de ingreso al consumo de pornografía son: mediante grupos de iguales (es la principal forma ya que esta se presenta como un proceso de socialización), mediante el cine y la televisión, acceso por anuncios, a través de un familiar, a través de personas desconocidas y acceso por búsqueda activa.

Para Echeburúa (1999; citado en Sánchez e Iruarrizaga, 2009) algunos de los factores que propician la adicción a la pornografía son: una baja autoestima, personalidad introvertida, déficit en las relaciones interpersonales, déficit cognitivo, alteraciones psicopatológicas como adicciones químicas o depresión, ansiedad, abuso de alcohol o medicamentos.

4.3.3. Señales de advertencia

Según Aznar (2014; citado en Burbano y Brito, 2019) la pornografía es la droga del siglo XXI ya que los adolescentes comienzan en un principio visualizando pornografía suave (softcore) y terminan consumiendo pornografía hardcore (relaciones sexuales explícitas). La pornografía en internet no ha demostrado ser un productor seguro, por lo tanto debemos estar atentos a las señales de advertencia y de esta forma evitaremos que el adolescente sufra las consecuencias negativas de la pornografía (Mead, 2016).

Según Young (2001; citado en Sánchez e Iruarrizaga, 2009) las señales que brindan indicadores de una posible adicción a la pornografía o al sexo online son:

- ✓ El adolescente pasa grandes cantidades de tiempo en salas de mensajería privada con el fin de encontrar pornografía online o cibersexo.
- ✓ Se sienten ansiosos por encontrar actividades en línea sobre sexo.
- ✓ Participan en fantasías sexuales que no suelen llevarse a cabo en la vida real.
- ✓ Prevén y anticipan la próxima sesión en línea con la expectativa de que van a encontrar excitación o gratificación sexual.

- ✓ Esconden sus interacciones en Internet a su entorno más significativo.
- ✓ Sienten culpa o vergüenza acerca del uso de la red.
- ✓ Se masturban mientras buscan pornografía.
- ✓ Invierten menos tiempo en las relaciones sexuales reales o prefieren la pornografía como principal forma de gratificación sexual.

4.4. La psicoeducación sexual

En primer lugar, deberíamos resaltar que la psicoeducación sexual es un derecho que todo niño y adolescente posee. Según de Miguel Álvarez (2020) en la actualidad existe consenso sobre que la educación sexual va más allá de lo referido a la mera reproductividad. Es una enseñanza que debe ser objetiva basada en biología, psicología y desarrollo social según la UNESCO (2018; citado en Save The Children, 2020).

Acorde a lo presentado hasta este momento, podemos afirmar que en la actualidad gran parte del conocimiento psicosexual que poseen los adolescentes recae sobre lo que han visualizado o explorado en el mundo de la pornografía. Alvarado (2015) los niños y adolescentes acuden a sus amigos, televisión u otras fuentes que carecen de confianza para aclarar sus dudas en torno a la sexualidad. Según el informe (DES)INFORMACIÓN SEXUAL de Save The Children (2020) el 30% de los españoles tienen como única fuente de información al contenido pornográfico, y el 47,4% han intentado llevar a la práctica alguna escena visualizada. Como mencionábamos anteriormente, la pornografía es un producto cuyo objetivo principal no consiste en ser un ejemplo de nada sino crear una relación de demanda y oferta con el observador. Así, como hemos visto hasta ahora, existen numerosas consecuencias y efectos negativos provenientes de su visualización.

4.5. La psicoeducación sexual como forma de prevenir la adicción a la pornografía

Según Santacreu, Márquez y Rubio (1997) la prevención relaciona dos conceptos claves: el primero consiste en la preparación previa a que ocurra el evento (es decir, advertir de los peligros que pueden ocurrir), mientras que la segunda consiste en evitar y prevenir los daños inminentes (evitar que el daño del cual se estaba avisado ocurra).

De acuerdo con Velasco y Gil (2017) algunas estrategias para combatir esta adicción (las cuales corresponden al ámbito de la prevención) son (1) evitar visualizar material sexualmente explícito en cualquiera de sus manifestaciones, (2) incrementar la realización de deportes y actividades físicas en general, (3) llevar una vida social activa y (4) tener hábitos de vida saludables. A estas mencionadas añadiremos (5) una adecuada psicoeducación sexual.

La psicoeducación sexual es una herramienta que permite prevenir al individuo: de la ignorancia, de problemas de autoestima, de la violencia (en cualquiera de sus formas) y de las consecuencias de la adicción al sexo online.

4.6. La psicoeducación sexual como forma de prevenir la adicción a la pornografía en la adolescencia temprana

Como hemos visto hasta aquí, la adolescencia temprana no es solo una etapa de grandes cambios en diversas áreas de la vida sino también es una etapa en la que el sentido de pertenencia al grupo, las relaciones afectivo-sexuales, la preocupación por la fisiología sexual y el asentamiento de roles de género juegan un papel determinante en el desarrollo del individuo. Si a esto se le suma la cantidad de tiempo que los adolescentes pasan navegando en las nuevas tecnologías (tanto por la presencia de fenómenos externos como la cuarentena causada por el COVID19 en el último año,

como porque es una parte importante donde realizan vida social), más la probabilidad de estar expuestos a material pornográfico (tanto voluntaria como involuntariamente), conlleva a que los adolescentes se vean perjudicados por las consecuencias de una psicoeducación sexual fantasiosa la cual traerá consecuencias para su vida afectando su desarrollo. Debido a esto se hace necesario establecer como llevar a cabo una correcta psicoeducación sexual como forma de prevenir la adicción a la pornografía, garantizando así un desarrollo adecuado en el adolescente.

La familia es la encargada de enseñar a los niños una adecuada educación sexual, es decir, la forma en la que la sociedad espera que se comporten y los roles que desempeñen (Monroy y Velasco, 2002). La principal forma que tienen los padres para enseñar esto es mediante el ejemplo dado por ellos mismos con sus comportamientos, valores y conceptos sobre el sexo. Esto quiere decir que si los padres atribuyen a la educación sexual un papel negativo y la reducen a algo meramente genital el adolescente (en su etapa temprana) estará perdiendo una parte importante de los otros conceptos que incluye la sexualidad (como son: la autoestima, los sentimientos, la identidad, los roles y la valoración de cada uno de estos conceptos en sí mismos). Pero si por el contrario, los padres le atribuyen a la educación sexual un papel positivo y necesario para el desarrollo del niño, este crecerá en un entorno seguro, sentirá confianza en sus padres, no eludirá el temor y vergüenza de hablar sobre estos temas, y podrá desarrollar una identidad sexual equilibrada.

Según Romero (2005) los padres o cuidadores fallan en numerosas ocasiones a la hora de responder a las inquietudes, dudas o necesidad de apoyo que necesitaban los adolescentes. Según este autor los principales errores de los padres consisten en responder erráticamente, inapropiadamente, punitivamente y con insensibilidad ante las cuestiones planteadas por el adolescente. Muchas veces esto ocurre tanto por incompetencia de los padres como por exceso de restricciones en las respuestas que se le dan al menor. Cuando los padres no propician esta educación, los adolescentes

tienden a buscarla en otros sitios, ya que como hemos visto anteriormente, esta búsqueda es propia de este periodo vital.

Dado el mundo sexualizado en el que vivimos se hace necesario brindar a los padres de una serie de recursos que les permitan mejorar sus habilidades en la comunicación, enriquecerlos de información para poder psicoeducar sexualmente a sus hijos y otorgarles de técnicas y estrategias para prevenir la adicción de los adolescentes en edades tempranas a la pornografía.

5. PROPUESTA DE INTERVENCIÓN

5.1. Programas de prevención existentes

Existe una carencia de programas específicos relacionados con el abordaje de la adicción a la pornografía en la adolescencia temprana, aunque existe la posibilidad que la ausencia en línea de estos sea debido a falta de publicación de los mismo. Es fácil acceder a programas y talleres centrados en la educación sexual en general, en la violencia machista, o en la prevención de abuso a menores. Pero apenas hay programas dedicados a informar a los padres sobre los peligros de la pornografía y la capacitación en habilidades para poder abordar el tema con sus hijos.

5.2. Justificación de la propuesta

Como hemos visto en el marco teórico la industria pornográfica ha ido evolucionando a lo largo de la historia, aprovechando las oportunidades que le daban las nuevas tecnologías. Pornhub: Insights (2019, citado en Clavo; 2020) solo la cantidad de videos producidos ese año correspondía a 169 años de visualización ininterrumpida. Esto pone de manifiesto la velocidad y la facilidad de la creación del material pornográfico. Hemos visto como la pornografía se convierte en el educador sexual de numerosos

adolescentes. De hecho, la plataforma online Dale Una Vuelta (2019) afirma que el 81% de los niños entre los 13 y 18 años de edad consideran que el porno muestra conductas normales y reales. Esto es preocupante dado que, con el aumento de la producción de videos pornográficos, también ha aumentado la crudeza y la violencia de los mismos. Acorde a La Sexta (2019) el video porno más visto de Internet (225 millones de reproducciones) consiste en un secuestro y en la violación de una mujer por parte de cuatro hombres. Según esta misma noticia más del 48% del material pornográfico presenta agresiones verbales y cerca del 89% de los videos presenta violencia física en cualquiera de sus manifestaciones.

También, hemos podido ver la importancia que juegan los núcleos familiares en el desarrollo de una adecuada sexualidad por parte de los adolescentes. Por ello se hace indispensable la capacitación de los padres y tutores con el fin de que puedan ser el soporte emocional, psicológico y de conocimientos del desarrollo psicosexual de sus hijos.

5.3. Objetivos

Los objetivos del presente programa consisten en: formar a los padres en habilidades y conocimientos relacionados con una sexualidad saludable, libre de prejuicios, basada en el conocimiento biológico, afectivo y cognitivo.

Se persigue educar sobre los peligros de la pornografía en una edad tan vulnerable como lo es la adolescencia temprana. Para ello, durante las sesiones se mostrará su historia y sus características, así como las consecuencias negativas que tiene en los adolescentes. Por otro lado, se trabajará la forma en que se convierte en una adicción y sus factores de riesgo y de protección. Será abordada la ficción alejada de la realidad que ofrece la pornografía, junto con la ilegalidad que acompaña a gran parte de esta.

También durante las sesiones se entrenará a los padres en habilidades de comunicación para conversar con sus hijos sobre los temas mencionados anteriormente. Para ello se realizarán prácticas dinámicas y Role-playing.

Por último, cabe destacar que al realizar toda esta capacitación se busca brindar tranquilidad a los padres que hasta este momento no se habían atrevido a educar psicosexualmente a sus hijos o no habían tenidos las herramientas ni los medios para hacerlo.

5.4. Contexto y participantes

El contexto en el que se llevará a cabo este programa es en el ámbito educativo. El taller será impartido por un psicólogo sanitario externo al colegio. Está pensado para padres y tutores legales de niños que se encuentren en 5to de Primaria, 6to de Primaria y 1ro de ESO.

5.5. Metodología y recursos

Para impartir este taller con sus respectivas sesiones será seguida una metodología educativa que se divide en tres momentos: uno expositivo y teórico llevado a cabo por el psicólogo en el que se expondrá la teoría detrás de los temas que atañen a cada sesión: un segundo momento que constará de actividades prácticas las cuáles tienen como objetivo hacer más dinámica las sesiones, la participación de los padres y mediante estas actividades aprender y asentar los conocimientos que se van enseñando; y el tercer momento constará de una pequeña evaluación que será realizada mediante un medio dinámico como es Kahoot!.

Los recursos necesarios para desarrollar este taller son: un aula lo suficientemente amplia y amueblada donde puedan estar todos los asistentes, el aula debe poseer un

ordenador, proyector y pizarra. También serán necesarios edificios y estructuras LEGOS, folios en blanco, lápices o bolígrafos, varios dulces o chocolates y una caja grande de cartón.

5.6. Cronograma de aplicación

El programa de prevención será aplicado durante los martes y jueves de dos semanas consecutivas. Cada sesión tendrá una hora y media de duración.

Se han elaborado un reducido número de sesiones dada la dificultad de convocar a los padres al colegio, por lo tanto garantiza una mayor participación que las sesiones sean en días cercanos y en semanas consecutivas. El programa sería anunciado por el colegio con un mes de antelación mediante sus diversas redes sociales y notificaciones a los padres (tanto por vía electrónica como por carta de invitación).

Durante el tiempo que comienza el anuncio de la fecha de la celebración de los talleres, hasta el día antes de inicio del primero estará disponible de forma online un Google Forms, de esta forma los participantes podrán informar de dudas previas, temas que les gustaría que fueran tratados, etc.

Cronograma			
Semana	Días	Hora	Sesión
1ra	Martes	17:00-18:30	¿Qué le Preocupa a tu Hijo del Sexo?
	Jueves	17:00-18:30	Pornografía: ¿Realidad o Ficción?
2da	Martes	17:00-18:30	Cómo Actuar como Padres ante la Pornografía
	Jueves	17:00-18:30	Mejorando la Comunicación

5.7. Sesiones y actividades del programa

5.7.1. Sesión 1

Título: ¿Qué le Preocupa a tu Hijo del Sexo?	
Justificación	✓ La adolescencia es una época plagada de cambios en la vida de todo individuo. Uno de los cambios más significativos es el “despertar” sexual. La sexualidad a diferencia de lo que muchas personas creen no se limita al apartado biológico-reproductivo sino que además trae consigo otros aspectos como son la autoestima, los sentimientos implicados en las relaciones, la identidad y los roles que se esperan de ellos. Cada uno de estos aspectos trae consigo una profunda complejidad, la cual es necesaria que los padres sepan manejar con el fin de realizar una educación sexual adecuada.
Objetivos específicos	✓ Definir que es la sexualidad. ✓ Papel de los padres en la educación sexual. ✓ Cambios biológicos y emocionales en los adolescentes. ✓ Conocer las dudas más frecuentes sobre el acto sexual.
Actividades	✓ Actividad 1: Definiendo la sexualidad. Se divide a los padres en grupos pequeños y se les pide que redacten una definición de lo que para ellos es la sexualidad. Luego un representante de cada grupo leerá en voz alta su definición. El psicólogo irá anotando en una pizarra y uniendo los elementos de cada definición. Una vez se haya terminado se comparará con la definición llevada

por el terapeuta y se podrá debatir sobre si se está de acuerdo, etc.

✓ **Actividad 2: Dinámica: El Arquitecto del Futuro.**

Consiste en que se dividirán a los padres en grupos pequeños. Cada grupo tendrá varias piezas concretas de un edificio de LEGO (cada pieza tendrá escrito un componente básico de la sexualidad previamente abordado o cambios concretos que se producen con el desarrollo sexual, y uno de los padres será el único que tendrá un mapa con la imagen final del edificio y donde debe ser ubicada cada pieza. El propósito de la actividad es que sirva como metáfora de la importancia del papel que cumplen los padres en la educación sexual de sus hijos. Ya que ellos pueden ayudarlos a colocar cada pieza de tal forma que les permita desarrollarse sexualmente de una forma adecuada. Hay que señalar que de la misma forma en que cada grupo tuvo un edificio diferente, así mismo es la sexualidad de cada individuo. El papel de los padres no es proyectar en sus hijos su sexualidad idealizada, sino habiendo ya pasado por ello en su juventud, guiar a sus hijos en el proceso del desarrollo de su sexualidad.

✓ **Actividad 3: ¿De qué dudan mis hijos?**

En este ejercicio se le va a pedir que digan las preguntas que ellos consideran que son más comunes en adolescentes o que alguna vez sus hijos le hayan preguntado. Cada una de estas preguntas se anotará

	<p>en una pizarra. Luego se observará si coinciden con las recopiladas por Ballester, Orte y Pozo (2015, citados en Ballester, Orte y Pozo; 2019) (ver Anexo 1). Se les explicará a los padres que si estas preguntas no obtienen respuestas por parte de ellos (que constituyen una fuente viable y segura) los adolescentes terminarán encontrando respuestas en otras fuentes como la pornografía la cual moldeará sus conductas y expectativas (en la sesión siguiente se abordará si esto es algo positivo o negativo). Por lo tanto se abordará con los padres las mejores formas de responder ante estas inquietudes.</p> <p>✓ Actividad 4: Tiempo de Preguntas y Respuestas. Cerca del final de la sesión se dará un tiempo para que las madres y los padres puedan realizar preguntas sobre dudas que hayan quedado pendientes o contenido del cual deseen conocer más en profundidad.</p> <p>✓ Actividad 5: Kahoot! Sobre la Educación Sexual. En esta actividad se preguntará sobre cuestiones relacionadas en lo expuesto durante el taller. Servirá como una forma de evaluar los conocimientos y actitudes que han adquirido los padres durante la sesión.</p>
--	--

5.7.2. Sesión 2

Título: Pornografía: ¿Realidad o Ficción?	
Justificación	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Vivimos en una sociedad sexualizada, en la que el sexo o aspectos de este pueden ser encontrados en prácticamente cualquier lugar (desde la publicidad de una hamburguesa hasta la ropa de una niña en una película). Esto junto al “despertar” sexual en la adolescencia (del cual se habla en la sesión 1) y sumado a la falta de información fiable y asequible posibilita la creación de las condiciones necesarias para que adolescente acuda a la pornografía como fuente de conocimiento. Conocer las características de la pornografía y sus riesgos, constituyen unas habilidades que todo padre debiera poseer con el fin de favorecer el adecuado desarrollo sexual de sus hijos.
Objetivos específicos	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Definir que es la pornografía. ✓ Historia (resumida) de la pornografía. ✓ La ilegalidad en la pornografía. ✓ Estadísticas sobre el visionado de la pornografía tanto en adultos como en adolescentes. ✓ Roles, géneros y expectativas en la pornografía. ✓ Consecuencias negativas de la pornografía. ✓ Conocer cómo se desarrolla la adicción a la pornografía (factores de riesgo y mantenimiento).
Actividades	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Actividad 1: Resumen de la historia de la pornografía. Datos y estadísticas sobre la ilegalidad

	<p>en torno a la pornografía. Se proyectarán unas diapositivas en las que se expondrá de forma breve el camino de la industria pornográfica desde sus orígenes hasta la actualidad. También se expondrán estadísticas de su consumo.</p> <p>✓ Actividad 2: Glosario de terminología empleada en la industria pornográfica. Se le entregará a cada padre un listado de palabras, siglas y términos que engloban la mayoría de las búsquedas relacionadas con el mundo del porno (ver Anexo 2). Esto les permitirá conocer el tipo de contenido al que los adolescentes pueden estar expuestos en Internet.</p> <p>✓ Actividad 3: Dinámica: Dime quién te enseña y te diré lo que sabes. En esta actividad se dividirá a los padres en dos grupos. El terapeuta les dirá a todos los padres que están allí para aprender a jugar voleibol. El terapeuta (actuando de forma correcta) le pedirá al primer grupo que imiten algunos de sus gestos y de sus posturas, mientras que en un segundo momento le pedirá al segundo grupo que imiten los nuevos gestos que hará (esta vez los gestos serán erróneos e inservibles). Una vez que ambos grupos hayan terminado el terapeuta preguntará: "si no tuvieras idea de que es el voleibol y de cómo se juega ¿pensarías que te he enseñado bien o mal?", la respuesta es que todos pensarían que sus gestos eran los correctos puesto que es lo que conocen y lo han aprendido de un</p>
--	---

	<p>“experto”. Sin embargo, cuando se tiene un poco más de contexto se puede observar la distorsión en lo que enseña el “experto”. De esta forma se les enseñará a los padres que con el porno ocurre lo mismo. Los adolescentes creen que la pornografía es la “realidad” de las relaciones cuando no es así. También se pone de manifiesto la importancia de tener al “experto” adecuado enseñando, y en este caso serán los padres enseñando a sus hijos.</p> <p>✓ Actividad 4: Exposición de las consecuencias negativas de la pornografía. Mediante esta actividad mostraremos como la pornografía distorsiona la realidad de la sexualidad humana, las creencias distorsionadas que causa (la duración del sexo, la forma de estimulación, el tamaño de los genitales, la carencia de sentimientos, etc.), los roles de género, la violencia machista (se realizará una breve mirada al caso de Ted Bundy). Además se explicará el origen y mantenimiento de la adicción al porno.</p> <p>✓ Actividad 5: Caso práctico: Serena K. Fleites. Mediante la actividad veremos como una chica de 19 años al mandar videos sexuales a su novio terminó expuesta ante toda su escuela e Internet en general. Se abordará el carácter ilegal de la mayoría del material pornográfico en la actualidad y de la falta de ética de la mayoría de las plataformas pornográficas.</p>
--	--

	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Actividad 6: Prácticas de alto riesgo presentes en la pornografía. Se expondrá un listado de estas prácticas que han sido recopiladas por Mercer y Perkins (2014, citados en Ballester, Orte y Pozo; 2019) (ver Anexo 3). ✓ Actividad 7: Tiempo de Preguntas y Respuestas. Cerca del final de la sesión se dará un tiempo para que las madres y los padres puedan realizar preguntas sobre dudas que hayan quedado pendientes o contenido del cual deseen conocer más en profundidad. ✓ Actividad 8: Kahoot! Pornografía: ¿fantasía o ficción? Con esta actividad se evaluará el conocimiento adquirido por los padres durante el taller.
--	--

5.7.3. Sesión 3

Título: ¿Cómo Actuar como Padres ante la Pornografía?	
Justificación	<ul style="list-style-type: none"> ✓ La mayoría de los padres cree que su hijo no siente curiosidad por el sexo simplemente porque no se lo preguntan a ellos. Muchos padres no creen en las estadísticas mencionadas en este trabajo sobre las edades y el porcentaje de adolescentes que consume pornografía. Si se les preguntara dirían que sus hijos nunca vieron o verían pornografía porque “no los han educado mal”. Sin embargo como hemos visto hasta ahora la frecuencia con la que ocurre el consumo es muy alta. Por lo tanto, se convierte en deber de todo

	padre conocer cómo reaccionar si se confirmara que su hijo observa material pornográfico.
Objetivos específicos	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Factores de prevención de la adicción a la pornografía ✓ Factores de riesgo del consumo de pornografía. ✓ Controles parentales ¿herramientas útiles o estorbos? ✓ Propuestas de actividades alternativas a la pornografía para el adolescente.
Actividades	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Actividad 1: Dinámica: El árbol de la sexualidad. Este ejercicio consiste en que a los padres se les dará dos listados de factores (ver Anexo 4) que ellos tendrán que asignar a la categoría de abono (factores protectores) o veneno (factores de riesgo). El objetivo es que a través de la metáfora del árbol que crece sano y fuerte mediante el empleo de un correcto abono o fertilizante puedan ver que la sexualidad de su hijo puede desarrollarse saludablemente siguiendo una serie de pautas. De la misma forma el árbol o la sexualidad pueden verse afectadas por factores de riesgo que causan daño. Esta actividad servirá para que los padres conozcan las habilidades que deben fomentar en sus hijos y las habilidades que ellos mismos deben poseer. ✓ Actividad 2: Role-playing: Descubriendo lo impensable. Se simulará una situación en la que el terapeuta se hará pasar por un adolescente que ha sido descubierto viendo pornografía y los padres tendrán que simular cómo reaccionarían ante este

descubrimiento. Se pretende que salgan al menos 3 o 5 voluntarios (teniendo cada Role-playing una duración de 5 minutos). Una vez que terminen las simulaciones el terapeuta junto con los padres resaltarán aspectos positivos de la actuación y algunos aspectos que deberían modificarse (siempre desde el respeto y el enriquecimiento personal). No se profundizará en aspectos de la comunicación dado que la última sesión está destinada casi en exclusividad a ello.

- ✓ **Actividad 3: Dinámica: Los muros de Jericó.** Primero se explica que los muros de la ciudad de Jericó (según el relato bíblico) constituían una barrera impenetrable para cualquier ejército rival, de esta forma se evitaba cualquier tipo de saqueo. En este juego se presentará un bombón de chocolate bordeado por una gran caja de cartón (la muralla de Jericó). Luego se le pedirá a los padres que imaginen que el terapeuta no se encuentra en el aula y que alguno proceda a robar el bombón, habrán varios turnos para que los padres que se ofrezcan como voluntarios tengan la oportunidad de obtener el bombón, la única condición es que en la medida de lo posible deben intentar capturar el bombón de maneras diferentes. Una vez que no haya más voluntarios pasaremos a explicar cómo esto manifiesta a la perfección lo que ocurre con los controles parentales. Los controles parentales frenan en muchas ocasiones los intentos del adolescente por alcanzar la

pornografía, pero la barrera no frena sus intenciones o motivaciones, solo el conseguir el objetivo. Sin embargo, los adolescentes suelen ser más hábiles en el manejo de las nuevas tecnologías y son capaces de flanquear los controles parentales (lo mismo que hicieron las tribus de Israel con Jericó) hasta alcanzar el contenido pornográfico. Incluso, si el control parental funcionara a la perfección puede ocasionar que el adolescente persista con sus intentos pero en lugares que el padre desconoce o en dispositivos que no controla. Por lo tanto, con este ejemplo se explicará a los padres que controles parentales como BlockSite, Locategy, OurPact entre otras solo brindan beneficios cuando desde la propia casa se está dando solución a sus dudas y preguntas relacionadas con la sexualidad. Por lo tanto los controles parentales solo son útiles cuando vienen acompañados de una adecuada educación sexual.

- ✓ **Actividad 4: Pautas para el manejo de las nuevas tecnologías.** Se les brindará a los padres un listado de estrategias para reducir el exceso de tiempo (como hemos visto al comienzo de este trabajo) que dedican los adolescentes a las nuevas tecnologías (ver Anexo 5).
- ✓ **Actividad 5: Explicación de la importancia del tiempo lúdico.** Se brindará a los padres diversas actividades de carácter lúdico y se explicará la

	<p>importancia de estas ya que el tiempo destinado al consumo del porno puede ir dedicado a actividades que le proporcionen beneficios y sean provechosas, por ejemplo: practicar deporte, clases de música, realizar actividades con amigos, etc.</p> <p>✓ Actividad 6: Tiempo de Preguntas y Respuestas. Cerca del final de la sesión se dará un tiempo para que las madres y los padres puedan realizar preguntas sobre dudas que hayan quedado pendientes o contenido del cual deseen conocer más en profundidad.</p> <p>✓ Actividad 6: Kahoot! ¿Cómo actuar como padres ante la pornografía? Con esta actividad se comprobará una vez más los conocimientos adquiridos por los padres en la sesión.</p>
--	--

5.7.4. Sesión 4

Título: Mejorando la Comunicación	
Justificación	<p>✓ La comunicación es el medio más eficaz, útil e indispensable para acceder a la intimidad sincera de los adolescentes. Conociendo las pautas con las que debemos hablar con nuestros hijos, las habilidades pedagógicas con las cuáles explicarle sus inquietudes sobre la sexualidad y mostrando sinceridad a la hora de expresar nuestras propias dudas, errores y aciertos, constituirán las características necesarias para abordar el desarrollo sexual de los hijos.</p>

Objetivos específicos	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Brindar a los padres las pautas comunicativas necesarias para fortalecer el vínculo con sus hijos y crear la confianza necesaria para hablar de temas complejos como la sexualidad y la pornografía. ✓ Crear un espacio para la práctica de esas habilidades.
Actividades	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Actividad 1: Listado de pautas comunicacionales asertivas para padres-hijos. Se le entregará a cada padre un listado de pautas que ayudarán a la comunicación y al entendimiento con su hijo (ver Anexo 6). ✓ Actividad 2: Role-playing: Una charla incómoda (“que no tiene por qué serlo”). Esta actividad constituirá el ejercicio central de esta sesión. La idea es que todos los padres puedan salir a hacer el Role-playing en el que hablan con sus hijos sobre sexualidad y pornografía. El terapeuta se hará pasar una vez más por el adolescente y lanzará preguntas que se hayan abordado en sesiones anteriores o reaccionará con miedo, vergüenza o enfado al darse cuenta de que su padre o madre conoce su “secreto”. El objetivo de esta actividad es desarrollar habilidades comunicacionales en los padres tanto de forma directa (haciendo el Role-playing) como indirecta (ver a otros padres). ✓ Actividad 3: Tiempo de Preguntas y Respuestas. Cerca del final de la sesión se dará un tiempo para que las madres y los padres puedan realizar preguntas

	<p>sobre dudas que hayan quedado pendientes o contenido del cual deseen conocer más en profundidad.</p> <p>✓ Actividad 4: Kahoot! ¿Cómo actuar como padres ante la pornografía? Con esta actividad se comprobará los conocimientos adquiridos por los padres en la sesión, pero además también estarán presentes una serie de preguntas extras que recapitulen lo abordado en las 3 sesiones anteriores.</p>
--	---

5.8. Evaluación de la propuesta y resultados

Un mes antes de la realización del taller para padres, a los estudiantes se les aplicará la Escala de Riesgo de Adicción-Adolescente a las Redes Sociales e Internet (ERA-RSI). Como bien explican Peris, Maganto y Garaigordobil (2018) esta prueba analiza el riesgo adicción a Internet en adolescentes entre 12 y 17 años, a pesar de que esta prueba no incluye escalas para adolescentes de 10 y 11 años si será aplicada a estudiantes en esas edades ya que los resultados obtenidos serán tomados a modo de información. Esta escala consta de 29 ítems distribuidos en cuatro dimensiones: síntomas-adicción, uso social, rasgos-frikis (en esta se pregunta por el uso sexual del Internet) y nomofobia. Se espera que los resultados obtenidos coincidan con los encontrados por las autoras anteriormente mencionadas y también con los datos ofrecidos por el marco teórico de este trabajo, en el que los chicos consumen más contenido sexual que las chicas y que estas emplean más las redes sociales. También se podrá inferir patrones de riesgo o protección de los adolescentes donde se llevará a cabo este taller. La información obtenida en esta encuesta será introducida en las sesiones.

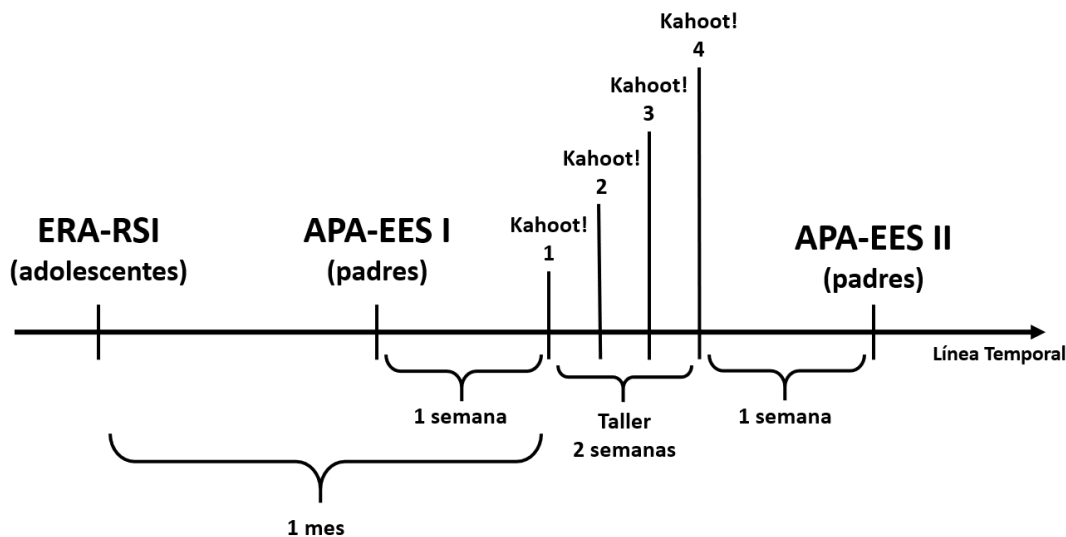
La semana previa a las sesiones se enviará a los padres un cuestionario online sobre Actitudes de los Padres de Adolescentes para la Enseñanza de la Educación Sexual (APA-EES I) (ver Anexo 7).

La semana posterior a las sesiones se enviará otro cuestionario online sobre Actitudes de los Padres de Adolescentes para la Enseñanza de la Educación Sexual (APA-EES II), en este se repetirán la mayoría de las preguntas presentes en la primera parte, se busca observar si sus respuestas varían y se dirigen a otras que sean más beneficiosas para sus hijos (ver Anexo 8).

Otro método de evaluación serán las actividades de *Kahoot!* que se realizará al finalizar cada taller.

Figura 1

Cronograma de Evaluación



Nota. Elaboración propia.

6. CONCLUSIONES

Como bien afirma González (2020) la psicoeducación sexual cumple una función muy importante en el desarrollo de los adolescentes. Por lo tanto, es esencial que tanto los

profesores como los padres se involucren en el acompañamiento de los adolescentes durante este proceso.

También como hemos visto a lo largo de este trabajo en tiempos donde la tecnología forma una parte esencial en la vida de todos los individuos, sobre todo en la adolescencia, puede convertirse en un factor de riesgo para la aparición de elementos que pueden causar alteraciones en el adecuado desarrollo de la sexualidad como es el caso de la pornografía. A la luz de los datos aportados en este trabajo se puede concluir que esta puede ser perjudicial para los individuos en diversas formas alterando no solo la percepción del acto sexual sino también las propias interacciones sociales entre chicos y chicas, y puede terminar derivando en una adicción por parte del menor.

Debido al papel que juegan los padres en este proceso de cambios en la adolescencia, se espera que este programa al aportar conocimiento a los progenitores y tutores de los adolescentes sobre los riesgos de la pornografía, las mejores formas de hacerle frente y las habilidades adecuadas para conversar con los adolescentes sobre el tema, disminuyan los riesgos de una adicción a esta. Además, se espera que mejore la confianza entre los padres y sus hijos no solo para hablar de sexualidad sino de cualquier otro tema, ya que las habilidades enseñadas pueden ser generalizables a otros contextos o temáticas de interés para el adolescente. El programa también mejora la autopercepción de los padres como competentes para abordar conversaciones sobre sexualidad debido a los conocimientos adquiridos.

La principal fortaleza y utilidad de este trabajo nace de su principal debilidad, la ausencia de programas de prevención destinados a abordar este tema. El programa desarrollado permite abordar de forma completa y práctica la prevención de la adicción a la pornografía, una problemática sobre la cual apenas existe conciencia en la sociedad y que la mayoría de los padres reniega. Además, como mencionamos anteriormente el

programa recrea mediante Role-playing escenarios, preguntas y dificultades típicas a la hora de hablar sobre sexo y pornografía con los adolescentes.

Por su parte la ausencia de programas destinados a abordar este problema dificulta comparar la eficacia entre distintos programas o talleres. También dificulta la selección o modificación de las actividades empleadas. Además, los efectos de la pornografía en la adolescencia temprana y el impacto que esta está generando son cada vez mayor debido a la velocidad con que avanzan las nuevas tecnologías. Una última limitación de este trabajo ha sido la imposibilidad de poder aplicar el programa.

Como futuras recomendaciones se aconseja que este programa debería ser implementado de forma práctica con el objetivo de asegurar su eficacia y contribuir a la intervención profesional basada en evidencias. También puede ir acompañado o que forme parte de una psicoeducación sexual integral lo más completa posible con el fin de favorecer que los adolescentes adquieran herramientas para alcanzar un desarrollo sexual adecuado.

7. REFERENCIAS

Alvarado Thimeos, J. E. (2015). *Educación sexual preventiva en adolescentes*. UNED.

<http://e-spacio.uned.es/fez/eserv/tesisuned:Educacion->

[Jealvarado/ALVARADO_THIMEOS_Julia_Eliana_Tesis.pdf](http://e-spacio.uned.es/fez/eserv/tesisuned:Educacion-Jealvarado/ALVARADO_THIMEOS_Julia_Eliana_Tesis.pdf)

Bahena-Trujillo, R., Flores, G., y Arias-Montaño, J. A. (2000). Dopamina: síntesis, liberación y receptores en el Sistema Nervioso Central. *Revista Biomédica*, 11(1), 39-60. <https://www.revistabiomedica.mx/index.php/revbiomed/article/view/218/230>

- Ballester, L., Orte, C., y Pozo, R. (2019). Nueva pornografía y cambios en las relaciones interpersonales de adolescentes y jóvenes. En L. Ballester, C. Orte, R. Pozo (Eds.), *Vulnerabilidad y resistencia: experiencias investigadoras en comercio sexual y prostitución (Treballs feministes)* (pp. 249-284). Ediciones UIB. <https://conversesacatalunya.cat/wp-content/uploads/2019/06/TF17PORNOGRAFIA.pdf>
- Burbano, T., Vanessa, M., Brito, S. y Paquita, J. (2019). La pornografía y su incidencia en el desarrollo psicosexual de adolescentes. *UNIANDES EPISTEME*, 6(2), 246-260. <http://45.238.216.13/ojs/index.php/EPISTEME/article/view/1306/654>
- Chiclana Actis, C., Contreras Chicote, M., Carriles Cervera, S., y Rama Víctor, D. (2015). Adicción al sexo: ¿patología independiente o síntoma comórbido? *Cuadernos de medicina psicosomática y psiquiatría de enlace*, (115), 19-26. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5208945>
- Clavo Vega, I. (2020). *La influencia de la nueva pornografía en los jóvenes universitarios españoles: análisis y propuesta educocomunicativa*. Universidad de Valladolid. <http://uvadoc.uva.es/bitstream/handle/10324/43572/TFM-N.%20104.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Dale Una Vuelta (2019). *La Pornografía, ficción o realidad*. https://www.daleunavuelta.org/wp-content/uploads/2019/09/dossier_centros_educativos_ok.pdf
- de Alarcón, R., de la Iglesia, J. I., Casado, N. M., y 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 Miguel Álvarez, A. (2020). Sobre la pornografía y la educación sexual: ¿puede «el sexo» legitimar la humillación y la violencia? *Gaceta Sanitaria*.
<https://doi.org/10.1016/j.gaceta.2020.01.001>

Fernández, M. (25 de marzo de 2020) Porno gratis para todos: Pornhub regala en todo el mundo sus vídeos premium. *El Español*.
https://www.elespanol.com/omicrono/20200325/porno-gratis-pornhub-regala-mundo-videos-premium/477452581_0.html

Gaete, V. (2015). Desarrollo psicosocial del adolescente. *Revista chilena de pediatría*, 86(6), 436-443. https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?pid=S0370-41062015000600010&script=sci_arttext&lng=en

González, Y. A. (2020). *Educación sexual en la adolescencia*. Universidad Abierta Interamericana.
http://repositorio.uai.edu.ar:8080/bitstream/123456789/1623/1/00568165_3797

Gutiérrez, F., Islas, O., y Arribas, A. (2020). La nueva vida de los estadounidenses durante la cuarentena. *Razón y Palabra*, 24(108).
<https://doi.org/10.26807/rp.v24i108.1660>

Kristof, N. (4 de diciembre de 2020). The Children of Pornhub. *The New York Times*.
<https://www.nytimes.com/2020/12/04/opinion/sunday/pornhub-rape-trafficking.html>

La Sexta. (17 de mayo de 2019). *El vídeo porno más visto de Internet recrea una brutal violación en grupo*. https://www.lasexta.com/programas/equipo-110-investigacion/noticias/el-video-porno-mas-visto-de-internet-recrea-una-brutalviolacion-en-grupo-video_201905175cdee7c30cf235bc412cb3d9.html

- Martí, L. (2021). *Top 11 ranking industrias que más dinero mueven en el mundo y cómo invertir en ellas*. Rankia. <https://www.rankia.com/blog/bolsa-al-dia/3534358-top-11-ranking-industrias-que-mas-dinero-mueven-mundo-como-invertir-ellas>
- Mead, D. (2016). The risks young people face as porn consumers. *Addicta-The Turkish Journal on Addictions*, 3(3), 387-400. <https://doi.org/10.15805/addicta.2016.3.0109>
- Monroy, A., y de Velasco, A. M. (2002). *Salud y sexualidad en la adolescencia y juventud: guía práctica para padres y educadores*. Editorial Pax México. https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=6PIEILKj5Q4C&oi=fnd&pg=PA1&dq=_educaci%C3%B3n+sexual+para+padres+de+adolescentes&ots= uATphlcvo&sig=KhVltBtcqR713Ry6w_jQikqGB04#v=onepage&q&f=true
- Nebot-Garcia, J. E., Elipe Miravet, M., García-Barba, M., Antelo García, A., y Ballester-Arnal, R. (2020). Consumo de pornografía y malestar asociado: diferencias entre hombres y mujeres. *Àgora de Salut*, 7, 239-247. <http://dx.doi.org/10.6035/AgoraSalut.2020.7.24>
- Peña Sánchez, E. Y. (2012). La pornografía y la globalización del sexo. *El Cotidiano*, (174), 47-57. <https://www.redalyc.org/pdf/325/32523137006.pdf>
- Peris, M., Maganto, C., y Garaigordobil, M. (2018). Escala de riesgo de adicción-adolescente a las redes sociales e internet: fiabilidad y validez (ERA-RSI). *Revista de Psicología Clínica con Niños y Adolescentes* 5(2), 30-36. <http://193.147.134.18/bitstream/11000/4629/1/rpcna.2018.05.2.4.pdf>
- Pornhub (23 de marzo de 2020). *Coronavirus Insights*. <https://www.pornhub.com/insights/corona-virus>

Romero, M. B. (2005). Adicción sexual y trauma temprano. *Revista de Psicotrauma para Iberoamérica*, 4(1), 32-41.

https://www.researchgate.net/profile/Maria_Romero44/publication/228380772_Adiccion_Sexual_y_Trauma_Temprano/links/557754b108aeacff20004ace/Adiccion-Sexual-y-Trauma-Temprano.pdf

Sánchez Zaldívar, S., y Iruarrizaga Díez, I. (2009). Nuevas dimensiones, nuevas adicciones: la adicción al sexo en internet. *Psychosocial Intervention*, 18(3), 255-268. <http://scielo.isciii.es/pdf/inter/v18n3/v18n3a06.pdf>

Santacreu, J., Márquez, M. O., y Rubio, V. (1997). La prevención en el marco de la psicología de la salud. *Psicología y salud*, 10, 81-92.

https://d1wqtxts1xzle7.cloudfront.net/52201779/prevencion.PDF?1489855669=&response-content-disposition=inline%3B+filename%3DPrevencion_PDF.pdf&Expires=1615247290&Signature=hR7yWZJ-9RROdbrkaKNwjl0rN-d8wAfSUUebyoLKrXCi0Q9DCVJ4YK5WqS5wqxJCydB2bl0ybvVQbl2AMVE9FoGbu3OGofIqSATVJHYg2DaqEpfWhaZYxBCSRSAYuWkzwAdkq3-dNGd9pVoDnTxJBxQZsEYjC0PJYH-BfVWglQBoUBg6A-4pklupz5L0wLEcquWS5n~fUFMx-b5-s7RX7FdMcCUP0q0qvefPUA2yObnuHG7WRsgpCqA2tYG8KJkqeYhEIVjE3yttYF5ZO0XIApUke28d02VCuC-wQcQ0CZP3olu-47tgQKr4P55n5Ztgt6dinvSZ2KtcDitGAg_&Key-Pair-Id=APKAJLOHF5GGSLRBV4ZA

Save The Children, (2020). *(DES)INFORMACIÓN SEXUAL*.

https://www.savethechildren.es/sites/default/files/2020-11/Informe_Desinformacion_sexual-Pornografia_y_adolescencia.pdf

Save The Children, (2020). *Tenemos que hablar de porno. Guía para familias sobre el consumo de pornografía en la adolescencia.*

Szil, P. (16-18 de junio de 2004). *Los hombres, la pornografía y la prostitución* [Discurso principal]. Congreso internacional: Las ciudades y la prostitución. Madrid, España.
http://www.lazoblanco.org/wp-content/uploads/2013/08manual/bibliog/material_masculinidades_0363.pdf

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

Vera-Gamboa, L. (2000). La pornografía y sus efectos: ¿Es nociva la pornografía? *Revista Biomédica*, 11(1), 77-79.
<https://doi.org/10.32776/revbiomed.v11i1.221>

Villamor, N. (2020) Así afecta la pandemia del coronavirus al tráfico de Pornhub. *The Objective*. <https://theobjective.com/further/sexo-porno-y-coronavirus-asi-afecta-la-pandemia-a-pornhub/>

Villanueva Blasco, V. J., y Grau-Alberola, E. (2019). Diferencias por sexo y edad en la interiorización de los estereotipos de género en la adolescencia temprana y media. *Electronic Journal of Research in Educational Psychology*, 17(47), 107-128.
<http://repositorio.ual.es/bitstream/handle/10835/7611/2184-7127-1-PB.pdf?sequence=1>

8. ANEXOS

Anexo 1:

Preguntas de sexualidad más comunes entre los adolescentes según Ballester, Orte y Pozo (2015, citados en Ballester, Orte y Pozo; 2019):

- ✓ ¿Cómo se inicia una relación sexual? ¿Cuáles son los preliminares aceptables y efectivos?
- ✓ Cómo se puede crear un ambiente adecuado?
- ✓ Cómo son los cuerpos en detalles? ¿Qué formas pueden tener?
- ✓ ¿Qué prácticas sexuales son habituales? ¿Qué se puede hacer y qué no?
- ✓ ¿Qué partes del cuerpo se deben estimular y cómo se hace?
- ✓ Qué accesorios puedo y debo utilizar (ropa, lubricantes, juguetes, etc.)?
- ✓ ¿Cómo es la respuesta que se espera de un hombre o de una mujer (sonidos, frases, rudeza vs suavidad, intensidad, etc.)?
- ✓ ¿Cuánto dura una relación aceptable?

Anexo 2:

Glosario de terminología en la Industria Pornográfica:

- ✓ **Amateur:** video pornográfico hecho por personas no profesionales.
- ✓ **Annilingus:** (*beso negro*) es la estimulación del ano de la pareja a través del uso de la lengua.
- ✓ **Alorgasmia:** excitación que se obtiene al fantasear con otra persona mientras se mantiene sexo con la pareja.
- ✓ **Asstronauta:** persona que acaba con la virginidad anal de otra persona.
- ✓ **Barebacking:** (*montar a caballo sin silla*) realizar el acto sexual sin condón.

- ✓ **BBW:** (*big beautiful woman*) mujer con notable sobrepeso que actúa en escenas porno.
- ✓ **BDSM:** (*bondage, domination, sado masochism*) grupo de prácticas de sadomasoquismo, en el que generar o experimentar dolor o humillación genera excitación sexual.
- ✓ **Beso australiano:** besos en los labios genitales.
- ✓ **Black Hole:** (*agujero negro*) vagina de una mujer que tiene relaciones sexuales con mucha frecuencia, se encuentra estirado y muy abierto.
- ✓ **Blowjob:** término en inglés para el sexo oral practicado a un hombre o a una persona transexual.
- ✓ **Bubblegum:** con este término se nombran las vaginas de un marcado color rosado.
- ✓ **Bukkakes:** sexo oral en grupo donde una mujer es eyaculada por varios hombres a la vez.
- ✓ **Cena para dos:** es otra forma de denominar la posición sexual conocida como 69.
- ✓ **CFNM/CMNF:** (*hembra vestida, macho desnudo / macho vestido, hembra desnuda*) son dos géneros de la pornografía que presentan a algunos participantes vestidos lo cuáles se burlan de la persona desnuda sumisa.
- ✓ **ChemSex:** mezclar drogas y sexo.
- ✓ **Cibersexo:** dos personas mantienen una relación sexual de manera virtual mostrándose por cámara.
- ✓ **Cock:** término coloquial para referirse al pene, específicamente si se encuentra erecto.
- ✓ **Coprofagia:** excitación y deseo provocado por excrementos.
- ✓ **Creampie:** eyaculación por parte de un hombre en el interior de la vagina o el ano para luego ser derramado por la mujer.
- ✓ **Cruising:** actos sexuales en lugares públicos.

- ✓ **Cubana:** frotar el pene en los senos de una mujer y finalizar eyaculando entre los pechos.
- ✓ **Cuckhold:** hombres que entregan a sus parejas para que otros hombres (de raza negra) tengan sexo con ellas.
- ✓ **Cum:** término del coloquial para referirse al semen.
- ✓ **Cumshot:** término del coloquial para referirse a la eyaculación, en especial cuando es vigorosa.
- ✓ **Cunnilingus:** expresión en latín que designa el sexo oral practicado a una mujer.
- ✓ **Deepthroat:** garganta profunda (acto sexual).
- ✓ **Dendrofilia:** personas que se excitan con los árboles.
- ✓ **DDLG:** (*daddy dom, little girl*) relación sexual entre un hombre mayor y una mujer más joven que él, incorporan elementos de una relación padre-hija.
- ✓ **Dick:** palabra en inglés empleada para referirse al pene.
- ✓ **DILF:** (*dad I'd love to fuck*) acrónimo que designa a un hombre maduro que, presumiblemente, ya ha sido padre, pero aún resulta atractivo sexualmente.
- ✓ **Doggy Style:** (*estilo perrito*) posición para practicar el acto sexual con la mujer o el hombre pasivo hincados de espaldas.
- ✓ **Dominatrix:** Mujer que adopta el papel dominante en prácticas sexuales de dominación, sumisión o sadomasoquismo.
- ✓ **DP/PD:** (*doble penetración*) consiste en que dos personas penetran simultáneamente a una tercera
- ✓ **Facesitting:** acto sexual en el cual un participante se acuesta y el otro se sienta en su cara para recibir sexo oral.
- ✓ **Facial:** escena en la que el hombre eyacula en la cara de su compañera/o.
- ✓ **Felching:** acto sexual que consiste en sustraer con la boca el semen del ano o la vagina después de que alguien haya eyaculado dentro.
- ✓ **Fellatio:** expresión en latín que designa el sexo oral (ver Blowjob).

- ✓ **Fetish:** (*fetich*) cualquier actividad sexual que implica una fijación psicológica con un objeto o con una parte corporal no genital.
- ✓ **Fingering:** introducir uno o varios dedos en la vagina, clítoris, vulva, vagina o ano con el fin de la estimulación y excitación sexual.
- ✓ **Fisting:** penetración con puños o parte del brazo en la vagina o el ano.
- ✓ **Footjob:** es la realización de la masturbación con los pies.
- ✓ **Fourgy:** orgía con cuatro participantes.
- ✓ **Frottage:** consiste en frotarse contra el cuerpo de una persona para encontrar satisfacción sin que esta se de cuenta o pueda evitarlo (suele realizarse en lugares conglomerados).
- ✓ **Gang Bang:** orgía de varios hombres (papel activo) con una mujer u otro hombre (papel pasivo).
- ✓ **Genufalación:** frotar el pene entre las rodillas de su pareja para alcanzar el orgasmo.
- ✓ **Gerontofilia:** sexo con personas mayores.
- ✓ **Girl On Girl:** (*escena lésbica*) relación sexual entre dos mujeres.
- ✓ **Glory Hole:** el hombre introduce el pene en un agujero en la pared y alguien al otro lado de dicha pared le realiza una felación.
- ✓ **Golden Shower:** (*lluvia dorada*) expresión que designa una actividad sexual en la que una persona orina sobre otra para obtener placer sexual.
- ✓ **Griego:** es otra forma en que se denomina a la realización del sexo anal.
- ✓ **Handjob:** (*trabajo manual*) se refiere a la masturbación realizada exclusivamente con la mano.
- ✓ **Hentai:** animes con contenido sexual explícito. Algunas de sus categorías son: Yaoi (relaciones entre chicos), Yuri (relaciones entre chicas), Futanari (presencia de personajes intersexuales o hermafroditas), Ero-guru (presenta violencia extrema), Shotacon y Lolicon (relaciones sexuales que involucran niños y niñas respectivamente), Bakunyū (mujeres con pechos de gran talla),

Shibari (similar al bondage), Bukkake (grupos de hombres eyaculan sobre una persona) y Mazacon (relaciones sexuales entre madre e hijo).

- ✓ **Incesto:** sexo entre miembros de una misma familia.
- ✓ **Interracial:** intercambio sexual entre dos o más personas de diversos grupos étnicos: caucásicos, negros, asiáticos, latinos, etc.
- ✓ **Jerk Off:** término coloquial para referirse a la masturbación masculina realizada con una o ambas manos, y que culmina con la eyaculación.
- ✓ **King Out:** se denomina de esta forma a los preliminares antes del sexo.
- ✓ **Kolpeurintomanía:** consiste en el estiramiento de la vagina.
- ✓ **Lub:** lubricante.
- ✓ **Mile High Club:** personas que realizan actos sexuales en un avión en pleno vuelo.
- ✓ **MILF:** (*mother I'd love to fuck*) acrónimo que designa a una mujer madura que, presumiblemente, ya ha sido madre, pero aún resulta atractiva sexualmente.
- ✓ **Nopor:** Es otro término empleado para referirse a la pornografía en general.
- ✓ **NSFW:** (*not safe for work*) advertencia colocada en ciertos contenidos para adultos que resultaría riesgoso abrir en el lugar de trabajo.
- ✓ **Oso:** término empleado en la comunidad gay para referirse a un hombre gay grande y de mucho pelo.
- ✓ **Petting:** caricias sexuales.
- ✓ **Porno Hardcore:** (*porno duro*) género cinematográfico en el que se muestran actos sexuales explícitos (donde se muestran primeros planos de la penetración vaginal, anal, sexo oral, etc.).
- ✓ **Porno Softcore:** (*porno blando*) género cinematográfico en el que no se muestran actos sexuales explícitos. Lo más explícito que puede verse en este tipo de videos son cuerpos desnudos solamente.
- ✓ **Porno Venganza:** se basa en vídeos que se suben de manera vengativa por novios o novias.

- ✓ **POV:** (*point of view*) escena sexual filmada desde el punto de vista de uno de los participantes en ella, para que el observador pueda imaginar que está en medio de dicha acción.
- ✓ **Pussy:** término coloquial para referirse a la vagina.
- ✓ **Sexting:** es el intercambio de material sexual propio con personas a través de Internet.
- ✓ **Shave:** (*afeitado*) videos donde aparecen escenas del pubis femenino rasurado.
- ✓ **Shemale:** término coloquial para referirse a los transexuales que se someten a una intervención quirúrgica para implantarse senos y rasgos corporales femeninos.
- ✓ **Slopshing:** consiste en mezclar sexo y comida.
- ✓ **Slut:** término coloquial para referirse a una mujer promiscua. En el porno orientado a hombres, es una forma humillante de referirse a una mujer que participa en escenas sexuales.
- ✓ **Spangol:** sexo o porno en español.
- ✓ **Spanking:** (dar nalgadas) actividad sexual que involucra nalgadas para generar excitación sexual.
- ✓ **Squirt:** término coloquial para referirse a la eyaculación femenina.
- ✓ **Squirting:** (*lanzar a chorro*) acción de tener un squirt.
- ✓ **Striptease:** baile en el que la persona que lo realiza se va quitando la ropa sensualmente.
- ✓ **Swallow:** significa tragar (normalmente hace referencia al semen durante la relación sexual oral).
- ✓ **Teen:** actos sexuales realizados por y con adolescentes.
- ✓ **Swingers:** (*intercambio de parejas*) parejas que deciden tener sexo de forma consentida con otras personas.

- ✓ **Threesome:** se refiere a una actividad sexual en grupo con tres participantes: dos hombres y una mujer, dos mujeres y un hombre, tres hombres o tres mujeres.
- ✓ **Triolismo:** impulso psicológico que tiene un sujeto para realizar actos sexuales con varias personas al mismo tiempo.
- ✓ **Voyeurismo:** buscar placer en la observación de otras personas en situaciones eróticas.
- ✓ **Water Sports:** término que engloba actividades sexuales relacionadas con la orina y el acto de orinar (ver Golden Shower).
- ✓ **XXX:** dentro de la clasificación de contenidos eróticos y pornográficos, es el dominio de nivel más alto e implica escenas y prácticas de sexo explícito.
- ✓ **Zoofilia:** acto en el que personas practican relaciones sexuales con animales.

Anexo 3:

Prácticas de alto riesgo según Mercer y Perkins (2014; citados en Ballester, Orte y Pozo; 2019):

- ✓ Sexo vaginal sin preservativo en grupo o cambiando de parejas.
- ✓ Sexo anal sin preservativo y cambiando de parejas.
- ✓ Eyaculación en la boca de la pareja tras haber mantenido sexo anal sin preservativo.
- ✓ Sexo en grupo simulando violaciones.
- ✓ Presencia de violencia abierta: estrangulamiento o palmadas fuertes en diversas partes del cuerpo.

Anexo 4:

Factores de riesgo y de protección en el desarrollo de la sexualidad: (a continuación se presentan los factores asociados junto a su categoría correcta, el listado que reciban los padres será desordenado).

Factores de riesgo (Abono)	Factores de protección (Veneno)
Mala o inexistente comunicación padres-hijos	Buena comunicación padres-hijos.
Ausencia de modelos a seguir en cuanto a conductas saludables	Padres que dan ejemplo con conductas saludables.
Déficit de relaciones interpersonales.	Variado contexto social
Baja autoestima.	Habilidades de solución de problemas
Depresión	Establecer límites y normas con cariño y apoyo emocional
Personalidad introvertida.	Actividades gratificantes (hobbies, deportes, etc.).

Anexo 5:

Pautas para padres para el manejo de los adolescentes de las nuevas tecnologías:

- ✓ Observar el comportamiento de un hijo frente a un móvil, videojuego, ordenador, Tablet, etc.
- ✓ Limitar las compras que realiza el adolescente por Internet.
- ✓ Ubicar el ordenador en un lugar público de la casa y limitar su tiempo de uso.
- ✓ Conocer sus gustos o que suele realizar mientras utiliza las nuevas tecnologías
- ✓ Informar sobre los riesgos de las nuevas tecnologías.
- ✓ Promover las relaciones sociales con sus iguales.

- ✓ Promover actividades lúdicas y recreativas.
- ✓ Pasar más tiempo en familia.
- ✓ Los padres deben predicar con el ejemplo y hacer un buen manejo de las nuevas tecnologías.

Anexo 6:

Listado de pautas comunicacionales asertivas para padres-hijos según la guía

Tenemos que Hablar de Porno de Save the Children (2020):

- ✓ Mantener la calma al hablar de sexualidad (sobre todo si ha sido descubierto al adolescente visualizando contenido pornográfico).
- ✓ No culpar ni juzgar porque genera una actitud defensiva en el adolescente.
- ✓ Preguntarle que ha visto y en qué circunstancias (evitar lucir como un interrogador).
- ✓ Preguntarle que lo llevó a ver ese contenido.
- ✓ Preguntarle si entiende lo que estaba viendo.
- ✓ Cómo le ha hecho sentir lo que estaba viendo y que piensa sobre ello.
- ✓ Ofrecer información sobre la pornografía (qué es, motivación, explicar que es una ficción, consecuencias).
- ✓ Explicar que el porno no representa fielmente las relaciones sexuales.
- ✓ Explicar que son las relaciones sexuales y elementos básicos de las mismas.
- ✓ Peligros de crear este tipo de contenidos y enviárselo a alguien mediante Internet.
- ✓ Explicarle que no debe verlo mediante el ejemplo de la comida. De la misma forma que hay comida que no debe comer por su edad (Ej: café o cerveza) hay determinados tipos de materiales que no debe visualizar.
- ✓ Dejar claro que en el futuro puede acudir a ti para cualquier duda sobre sexo.

Anexo 7:

Actitudes de los Padres de Adolescentes para la Enseñanza de la Educación Sexual
(APA-EES I):

https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSf_fehg5YrUqlvgSoGerlKUWpUroJn5F2K0i5xbFln0qrRTMA/viewform?vc=0&c=0&w=1&flr=0&gxids=7628

Anexo 8:

Actitudes de los Padres de Adolescentes para la Enseñanza de la Educación Sexual
(APA-EES II):

<https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSdXBFnZasbc-zzjqP2VzMDXEbqr6FDdm5crCIWNDCzhF-KhPg/viewform?vc=0&c=0&w=1&flr=0&gxids=7628>