

Guía sobre PORNOGRAFÍA

Para profesionales y mediadores juveniles



Editado por: APLEC Inclusión más Igualdad
Diseño y maquetación: doit.creativas@gmail.com
Ilustraciones: eloiequis@gmail.com
ISBN: 978-84-09-65579-3
Depósito legal: SA 686-2024

Esther Torrado Martín Palomino

Socióloga y Trabajadora Social.
Profesora Titular del Departamento de
Sociología y Antropología. Directora del
grupo de investigación VIOSEX

AUTORÍA

Josué Gutiérrez Barroso

Sociólogo y Profesor Contratado Doctor
del Departamento de Sociología y
Antropología

Cristian Díaz Hernández

Trabajador Social y Contratado FPI de
la Agencia Canaria de Investigación,
Innovación y Sociedad de la
Información. Miembro del grupo de
investigación VIOSEX

Alba Cabrera Meneses

Socióloga. Contratada FPU del
Ministerio de Ciencia, Innovación y
Universidades. Miembro del grupo de
investigación VIOSEX

Ana Goretty Padrón Armas

Socióloga y Diplomada en Relaciones
Laborales, doctoranda del Programa
Interuniversitario de Estudios
Interdisciplinares de Género. Miembro
del grupo de investigación VIOSEX

Juan Vianney Trujillo González

Sociólogo, doctorando del Programa
Interuniversitario de Estudios
Interdisciplinares de Género. Miembro
del grupo de investigación VIOSEX

Débora Estefanía Hernández Lorenzo

Trabajadora Social y Contratada FPI
de la Universidad de La Laguna y el
Banco Santander. Miembro del grupo de
investigación VIOSEX

Yasmina Romero Morales

Filóloga, Máster en Estudios Feministas
y Profesora del Departamento de
Filología y Comunicación de la
Universidad de Lleida
Miembro del grupo de investigación
VIOSEX



INTRODUCCIÓN



La pornografía en la actualidad ocupa un lugar central en la vida cotidiana de la juventud, 1 de cada 2 jóvenes acceden a un consumo pornográfico ilimitado, anónimo e interactivo. La facilidad de acceso y la disponibilidad de dispositivos móviles provoca que cada vez la iniciación en este consumo sea cada vez más temprana, comenzando aproximadamente con 8 años de edad.

Para la mayoría de la juventud, este contenido pornográfico constituye su primer contacto con el sexo, debido a la ausencia de una educación afectivo-sexual tanto en el entorno familiar como en el currículum escolar. Por lo tanto, lo que ven en estas páginas pornográficas determinará su comprensión de la sexualidad y las relaciones sexuales.

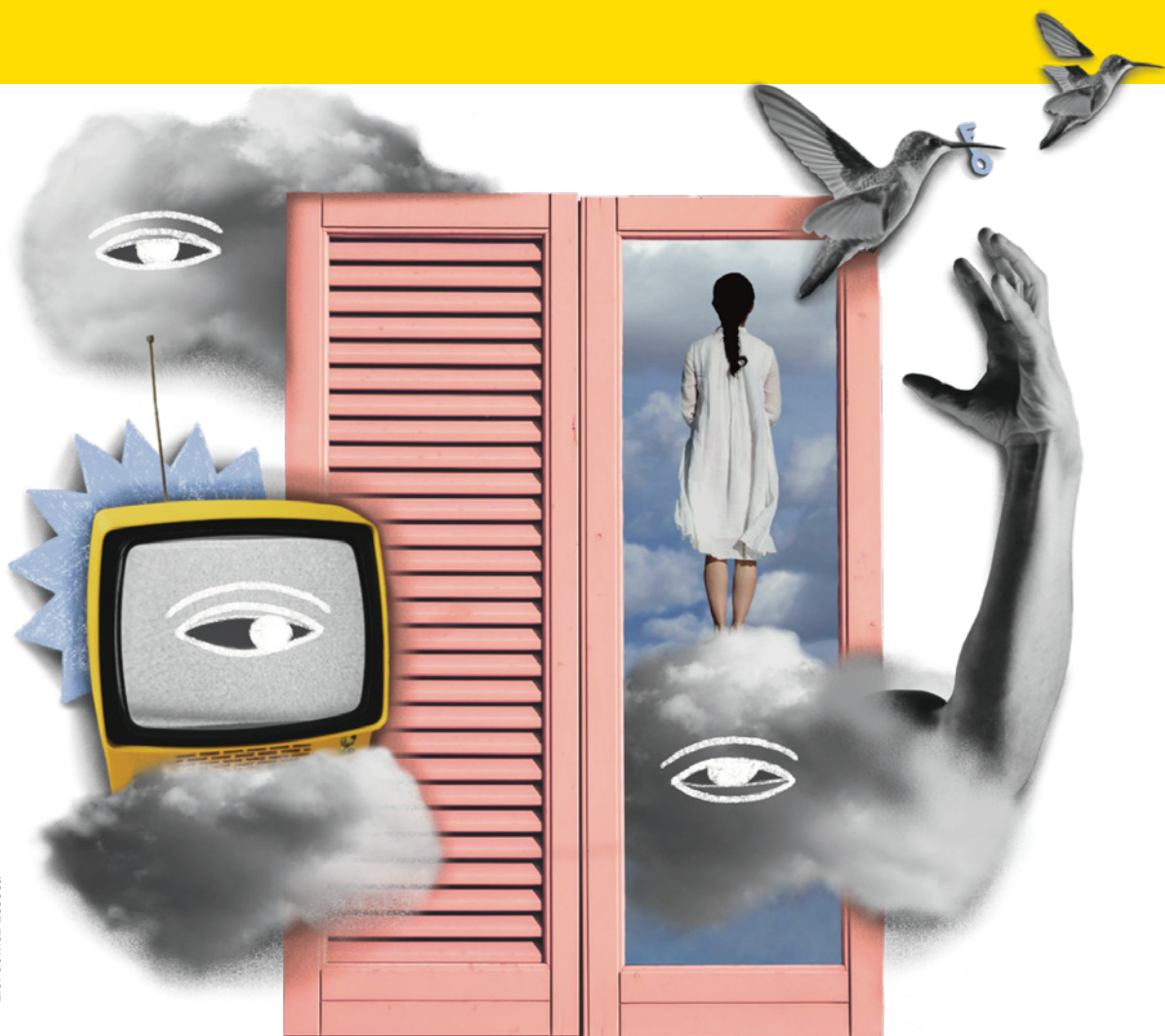
Esta guía, dirigida a madres, padres y educadores, pretende ser una herramienta para trabajar con jóvenes y adolescentes, proporcionar información y ofrecer orientación sobre los efectos del consumo de pornografía. Asimismo, enfatiza la relación entre la pornografía y la perpetuación de la violencia sexual, y mediante una serie de capítulos y secciones interactivas, contribuye a sensibilizar sobre cómo la pornografía distorsiona la sexualidad y las consecuencias de su visualización, promoviendo una visión crítica.



La guía es un recurso que permite dismantelar mitos, ofrecer una perspectiva realista y saludable sobre la sexualidad y las prácticas sexuales, así como promover relaciones basadas en el respeto, la igualdad y la empatía. Para ello, proporcionará una serie de herramientas que van a permitir a la gente joven modificar su consumo de pornografía.

OBJETIVOS

de la guía



CONCIENCIAR SOBRE LOS EFECTOS DE LA PORNOGRAFÍA

Educar a los jóvenes sobre los impactos negativos del consumo de pornografía en la salud mental, la autoimagen, la imagen de las mujeres y las relaciones interpersonales.

DESARROLLAR UN PENSAMIENTO CRÍTICO

Promover una comprensión profunda de cómo la pornografía distorsiona la realidad y afecta las expectativas y comportamientos sexuales.

FOMENTAR UNA SEXUALIDAD SALUDABLE

Impulsar prácticas sexuales basadas en el respeto, el consentimiento y la igualdad.

PREVENIR CONDUCTAS NOCIVAS Y VIOLENTAS

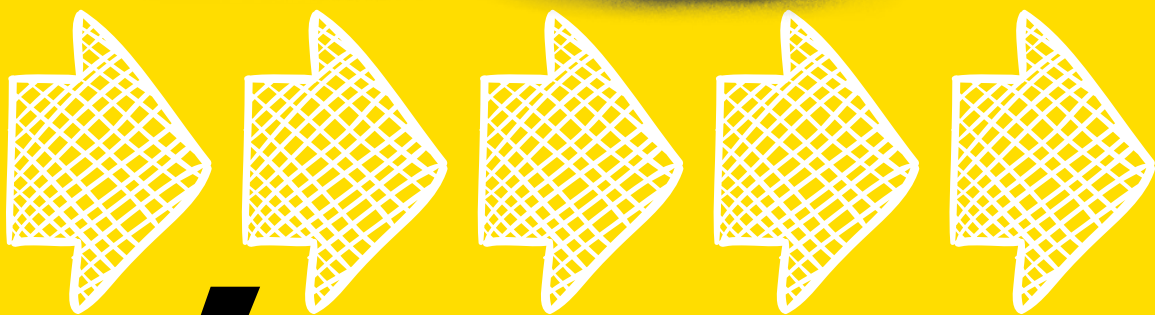
Asistir a la población joven para identificar y evitar conductas sexuales perjudiciales, influenciadas por el consumo de pornografía.

APOYAR Y PROPORCIONAR HERRAMIENTAS PARA EL CAMBIO

Ofrecer estrategias y recursos para que la juventud pueda reducir o eliminar el consumo de pornografía, así como fomentar una sexualidad más saludable y respetuosa.



Eloi Gómez Escosa



ÍNDICE

AGRADECIMIENTOS	5
INTRODUCCIÓN	6
OBJETIVOS DE LA GUÍA	8
Capítulo 01. EL TERMÓMETRO DE LA SEXUALIDAD	12
1.1. Sexo, sexualidad y relaciones sexuales	14
1.2. ¿Cómo saber si la sexualidad es saludable?	23
Capítulo 02. EL TERMÓMETRO DE LA PORNOGRAFÍA	26
2.1. Porno aquí y porno allá... Claves para empezar a conocer qué es la pornografía	28
2.2. Mujeres, hombres y viceversa, su papel en la pornografía	33
2.3. Datos sobre el consumo de pornografía: frecuencia, inicio y motivaciones	37
2.4. Más allá de “Garganta profunda”. La <i>pornificación</i> de la sociedad	45
2.5. ¿No es para tanto? Mitos y realidades en la pornografía. Consecuencias	53
Capítulo 03. POR NO HABLAR DE SEXO... HABLAMOS DE PORNO	60
3.1. ¿Ver porno hace que nos pongamos en el rol de hombre o de mujer? ¿Cómo influye en el comportamiento sexual?	62
3.2. ¿Ver más porno influye en el comportamiento sexual?	67
Capítulo 04. PARA SABER MÁS SOBRE EL PORNO	78
4.1. Un poquito de historia. La mutación de la industria pornográfica	80
4.2. Relación entre la pornografía y la prostitución.	85
4.3. Algunos datos económicos sobre la industria de la pornografía	90
4.4. ¿Quién gana y quién pierde con la pornografía?	91
Capítulo 05. HELP! BUSCAR AYUDA Y ALTERNATIVAS AL PORNO	92
5.1. Veo pornografía porque otros la ven. Elemental, mi querido Watson	94
5.2. Houston, tenemos un problema	97
5.3. ¡Help! I need somebody ¿Qué hacer cuando se detecta el problema?	99
5.4. Dónde acudir para solicitar información, ayuda o denunciar ciberacoso, propuestas sexuales inadecuadas o explotación y violencia sexual	104
BIBLIOGRAFÍA DE REFERENCIA	110

01

CAPÍTULO



*El termómetro
de la*

“No hay
un pensamiento
femenino.

El cerebro
no es un órgano
sexual”

(Charlotte Perkins)

En este capítulo, nuestro objetivo es orientar a educadores, madres y padres sobre la diferencia entre el sexo, la sexualidad y las relaciones sexuales. Además, destacamos la importancia de conceptualizar correctamente estos términos para evitar confusiones, en especial en relación con el consumo de pornografía, ya que esto nos puede conducir a la erotización de la violencia sexual.

SEXUALIDAD

SEXO, Y RELACIONES SEXUALES

Aunque estos términos están relacionados, a menudo se tiende a confundirlos. Es fundamental conocerlos y diferenciarlos para una comunicación efectiva y para promover una educación sexoafectiva saludable.

¿Qué es el
sexo

El término “sexo” se refiere al conjunto de características biológicas que definen a los seres humanos como mujeres y varones (OPS, OMS y AMS, 2000, p.6). Aunque comúnmente se utiliza para hablar de la actividad sexual, su significado se limita al ámbito biológico. Se refiere a la clasificación, no excluyente, de las personas en función de su biología.

¿Qué es la SEXUALIDAD

Según nos advierte la OMS, la definición de "sexualidad" es un desafío, ya que su complejidad y la influencia del contexto histórico y sociocultural pueden llegar a hacer este concepto demasiado abstracto (Eusebio Rubio 1994), al abarcar una amplia gama de aspectos, que pueden llevar a referirse a él en plural como "sexualidades".

El término "sexualidad" abarca una dimensión fundamental de la experiencia humana, que va más allá del simple hecho de ser un ser sexuado. Basado en el sexo, incluye al género, las identidades de sexo y género, la orientación sexual, el erotismo, la vinculación afectiva y la reproducción. La sexualidad se experimenta o se expresa a través de pensamien-

tos, fantasías, deseos, creencias, actitudes, valores, actividades, prácticas, roles y relaciones. La sexualidad es el resultado de la interacción de factores biológicos, psicológicos, socioeconómicos, culturales, éticos y religiosos o espirituales (OPS, OMS y AMS, 2000, p.6).

Es importante destacar que la sexualidad no necesariamente implica la manifestación de todos estos aspectos, ya que es una característica humana que puede expresarse de diversas formas, tanto a través del cuerpo como de pensamientos, conductas y emociones. Por lo tanto su significado es subjetivo y, además de recoger aspectos biológicos, abarca tanto el ámbito individual como el sociocultural.

¿Qué son las Relaciones sexuales?

Las relaciones sexuales comprenden prácticas y comportamientos que constituyen la expresión conductual de la sexualidad. Se caracterizan por buscar el erotismo, que se define como la capacidad humana de experimentar respuestas subjetivas que evocan los fenómenos físicos percibidos como deseo sexual y orgasmo (OPS, OMS y AMS, 2000, p.7).

Las relaciones sexuales abarcan aspectos como la salud, la igualdad, la diversidad, la responsabilidad y el placer, tanto femenino como masculino. Es necesario tener conocimiento del propio cuerpo, de su evolución y ciclos vitales, pero también de la identidad sexual.

¿Qué es la SALUD sexual?

La salud sexual se define como un estado de bienestar físico, mental y social en relación con la sexualidad y las relaciones sexuales, desde una perspectiva positiva (OMS, 2006). Aunque la salud sexual no implica necesariamente la ausencia de enfermedad, es crucial que las relaciones sexuales sean seguras y respeten los derechos sexuales de todas las personas, además de ser placenteras.

¿Hay una forma correcta de mantener relaciones sexuales?

Cuando abordamos el tema de mantener relaciones sexuales de manera adecuada, es fundamental considerar los Derechos Sexuales. Estos derechos protegen la capacidad de todas las personas para satisfacer y expresar su sexualidad, así como para disfrutar de una salud sexual, todo ello con el debido respeto por los derechos de los demás y en un marco que garantice la protección contra la discriminación (OMS, 2006, actualizado en 2010). Esta definición no solo supone la aplicación de los derechos humanos a la salud sexual, sino que también establece

los límites de lo que debe ser una práctica sexual adecuada, independientemente de la orientación sexual, los gustos o las preferencias individuales.

Como hemos explorado previamente, la sexualidad y las relaciones sexuales están influenciadas no solo por factores físicos, sino también por aspectos culturales y sociales significativos. En consecuencia, las prácticas sexuales pueden seguir patrones de actividad predecibles o no, pero todas deben compartir ciertas características fundamentales:

- 1** **Comportamientos responsables:** no causar daño, explotar, acosar, manipular o discriminar.
- 2** **Sin riesgo:** reducir al mínimo las posibilidades de contraer o transmitir infecciones de transmisión sexual.
- 3** **Roles o estereotipo de género:** evitar juzgar o tener expectativas sobre las personas en función de su género asignado como mujeres u hombres.

Por lo tanto, las relaciones sexuales, además de ser placenteras, deben llevarse a cabo en un entorno seguro y estar libres de cualquier forma de coacción, discriminación o violencia (OMS, 2006a).

¿Qué es el Placer?

El placer sexual es un elemento de la fase de excitación, que se manifiesta a través de sensaciones específicas provocadas por la activación psíquica o del sistema neuronal cerebral, impulsando a las personas a buscar experiencias sexuales, que pueden incluir las sensaciones percibidas por los genitales (Marlén Hideroa, 2010). El placer puede culminar en el orgasmo, aunque no necesariamente.

En términos biológicos, el placer sexual se refleja como la respuesta de los órganos sexuales ante

las hormonas, al sistema nervioso y al flujo sanguíneo, que interactúan con la actividad cerebral, la imaginación y la memoria (Terence Hull, 2008).

Sin embargo, el placer sexual no se limita únicamente a efectos biofisiológicos centrados en la zona genital, ya que también involucra otras zonas del cuerpo y a menudo incorpora otras dimensiones de carácter psicológico, sociocultural o relacional. Esta complejidad de variables le confiere una experiencia individual y subjetiva (Isidora Rodarte, 2010).

¿Sin orgasmo no hay placer?

¿Qué es la empatía?

La empatía es uno de los valores y normas sexuales más relevantes, ya que implica ponerse en el lugar de la otra persona. El respeto mutuo, la igualdad de género y el consentimiento son componentes esenciales de este concepto. Sin embargo, desarrollar la habilidad de percibir las emociones y necesidades de quienes nos rodean no siempre resulta fácil. Por ello, es importante mantener una comunicación abierta y sensible en nuestras relaciones interpersonales, creando así un ambiente de confianza que promueva relaciones saludables.

La empatía también implica afrontar los posibles conflictos con asertividad y tener la capacidad de escuchar, aspectos fundamentales cuando hablamos de consentimiento.

**¿La empatía
está
relacionada
con la
sexualidad**

saludable?

Hablemos de **DESEO,** **de consentimiento o hablemos de ambos**

La educación sexual debe iniciarse desde una edad temprana, antes incluso de la adolescencia, aumentando gradualmente y utilizando un lenguaje apropiado para cada etapa del desarrollo. Se debe abordar con naturalidad, evitando el uso de términos demasiado técnicos.

Fomentar la apertura para hablar sobre este tema desde edades tempranas puede promover la comunicación entre las personas en sus relaciones futuras. Las relaciones sexuales requieren comunicación, confianza, paciencia y, sobre

todo, el consentimiento explícito de todas las partes involucradas. La autoestima es tan crucial como el respeto hacia los demás.

El consentimiento es la manera en que se expresa libremente los deseos a los demás, ayudando a establecer los límites en las relaciones sexuales. Implica un acuerdo entre las personas, y, aunque no siempre es verbal, requiere comunicación clara. Además, el consentimiento es específico y reversible, lo que significa que puede cambiar en cualquier momento.

**Es fundamental comprender que
la actividad sexual sin consentimiento
constituye un delito contra la libertad sexual,
como la violación o la agresión sexual.**

¿Qué es Violencia y acoso sexual?

La violencia sexual implica una violación de los derechos humanos, que incluyen la libertad, la integridad física y psicológica, y el derecho a no sufrir trato cruel o degradante, así como el derecho al más alto nivel de salud (María Naredo-Molero, 2013, p. 12). Por lo tanto, el término violencia sexual abarca una amplia gama de comportamientos sexuales no consentidos, no deseados o forzados, y no se limita exclusivamente a la violación (Antonio Andrés-Pueyo *et al.*, 2020). La violencia sexual constituye, además, una de las múltiples formas de violencia de género, es decir, aquella que sufren mujeres y niñas por el hecho de serlo.

Por otro lado, acoso sexual se define según el artículo 7.1 de la Ley Orgánica 3/2007, de 22 de marzo,

para la igualdad efectiva de mujeres y hombres, como cualquier comportamiento, verbal o físico, de naturaleza sexual que tenga el propósito o produzca el efecto de atentar contra la dignidad de una persona, en particular cuando se crea un entorno intimidatorio, degradante u ofensivo.

Según los datos publicados por el Ministerio de Igualdad, la magnitud del problema es significativa. Solo en 2021, se presentaron 168.057 denuncias (Ministerio de Igualdad, 2021).



Solo en 2021, se presentaron

168.057 denuncias
(Ministerio de Igualdad, 2021).

MEDIA DE DENUNCIAS POR VIOLENCIA DE GÉNERO
POR PERIODO DE TIEMPO

MENSUAL	SEMANAL	DIARIA	HORARIA
14.005	3.501	460	19

Fuente: Elaboración propia a partir de Informe Anual del Observatorio Estatal de Violencia sobre la Mujer (2021)

Pero los datos sobre detenciones e investigaciones por infracciones penales en población joven indican que la cultura de la violación no solo afecta a las personas adultas. Esto evidencia la necesidad imperante de una educación afectivo-sexual desde edades cada vez más tempranas.

DETENCIONES O INVESTIGACIONES POR INFRACCIONES
PENALES (De carácter sexual) DE MENORES EN ESPAÑA EN 2016

INFRACCIÓN	VARONES 10-17 AÑOS	MUJERES 10-17 AÑOS
Agresión sexual	94	1
Agresiónsexual con penetración	68	2
Pornografía de menores	24	0

Fuente: Elaboración propia a partir de Gil, Ángeles R., y Ulzurrun Lluch, Marina S. D. (2018), con información recopilada del Ministerio del Interior, basada en los informes de las Fuerzas y Cuerpos de Seguridad del Estado, la Policía Foral de Navarra y las Policías Locales.

¿CÓMO SABER SI LA SEXUALIDAD ES SALUDABLE?

Como hemos visto con anterioridad, la sexualidad abarca múltiples aspectos. A continuación, presentamos una tabla que detalla diversos aspectos y su contribución a las relaciones sexuales, distinguiendo entre lo saludable y lo no saludable en cada caso.



EL PASO DE RELACIONES SEXUALES NO SALUDABLES A RELACIONES SEXUALES SALUDABLES: ALGUNAS ORIENTACIONES PRÁCTICAS

ASPECTOS	RELACIONES SEXUALES NO SALUDABLES	RELACIONES SEXUALES SALUDABLES	¿QUÉ ME APORTA?
Derechos sexuales	Satisfago y expreso mi sexualidad, pero no disfruto de la salud sexual y no respeto del todo los derechos de la otra persona. Causó daño, manipulo, explotó, acoso y/o discrimino a la otra persona.	Satisfago y expreso mi sexualidad, disfruto de la salud sexual y respeto los derechos de la otra persona. No causó daño, discrimino, coacciono ni usó violencia contra la otra persona.	Respeto los derechos sexuales
Salud sexual	Tus relaciones sexuales son placenteras, pero tienen riesgos para tu bienestar y no respetas los derechos sexuales de la otra persona. En mis relaciones sexuales tengo riesgo o desconozco si tengo riesgo de contraer o transmitir infecciones de transmisión sexual. En medio de la excitación en una relación sexual crees que "usar un condón corta el rollo". Creas que es obligación de tu pareja medicarse tomando la píldora anticonceptiva y no usas condón.	Tus relaciones sexuales son placenteras, seguras y respetas los derechos de la otra persona. Conoces cómo es tu salud y la de la otra persona y previenes infecciones de transmisión sexual. Normalizas el uso del condón en tus relaciones sexuales, no piensas que corte el rollo, sino que es parte de la relación sexual.	Prevenir enfermedades de transmisión sexual y embarazos no deseados
Valores morales, ética y empatía	Creas que se debe actuar como un robot, al igual que en el porno, de forma mecánica, sin respetar a la otra persona. Si la otra persona está bajo los efectos del alcohol u otras drogas creas que está apta para dar su consentimiento. No tengo o no me tiene respeto la otra persona. No soy capaz de identificarme con la otra persona ni de compartir sus sentimientos.	Sabes que, aunque haya consentimiento no implica que deje de haberlo en cualquier momento y que si deja de haberlo la relación sexual debe pararse inmediatamente. Si la otra persona está bajo los efectos del alcohol u otras drogas no tienes relaciones sexuales. Hay respeto mutuo y soy capaz de identificarme con la otra persona y compartir sus sentimientos.	Relaciones sexuales empáticas, éticas y morales

ASPECTOS	RELACIONES SEXUALES NO SALUDABLES	RELACIONES SEXUALES SALUDABLES	¿QUÉ ME APORTA?
Comunicación, lenguaje, expresar afectos y emociones	Tus relaciones sexuales son "follar". En tus relaciones sexuales, al igual que en el porno, no hay comunicación, afecto ni expresión de las emociones.	Tus relaciones sexuales no son follar. En tus relaciones sexuales hay comunicación, se expresa el afecto (cariño) y las emociones.	Disfrutar de más sensaciones y más placeras
Apariencia física	Relacionas las relaciones y el placer sexual con cuerpos perfectos. Tratas de tener un cuerpo perfecto, al igual que se muestra en el porno. Si eres chica, tener grandes pechos, un cuerpo delgado, pubis depilado, etc. Y si eres chico, estar musculado, grandes y duraderas erecciones.	Ves el placer sexual de manera independiente a la apariencia física. No necesitas un cuerpo perfecto para tener placer sexual.	Autoestima
Placer sexual experimentado de muchas formas	Creas que las relaciones sexuales son coitos y felaciones.	Piensas que las relaciones sexuales no son solo coitos y felaciones, y tienes en cuenta los sentidos como el tacto, la imaginación y el lenguaje.	Placer
Igual placer igual disfrute	Creas, al igual que se ve en la pornografía, que en las relaciones sexuales los hombres son quienes deben tener placer y disfrutar a costa de violencia contra las mujeres. Piensas que las mujeres no deben disfrutar ni tener placer.	Consideras y valoras que la otra persona tenga placer y la respetas. El placer es compartido.	Igual disfrute

Fuente: Elaboración propia a partir de Moreno *et al.* (2024) y Organización Mundial de la Salud (2010).



02

CAPÍTULO



ON

S A L E €



Eloi Gómez Escosa



El termómetro
de la

“El dominio sexual es
tal vez la ideología
más profundamente
arraigada en
nuestra cultura, por
cristalizar en ella
el concepto más
elemental
de poder”

(Kate Millett)

Si bien en el anterior capítulo definimos los conceptos de sexo, sexualidad, relaciones sexuales y violencia sexual, a continuación reflexionaremos sobre cómo las representaciones pornográficas constituyen una forma de violencia sexual que permea todos los ámbitos de la sociedad, fenómeno conocido como la *pornificación* de la cultura.

PORNOGRAFÍA

PORNO AQUÍ Y PORNO ALLÁ... CLAVES PARA EMPEZAR A CONOCER QUÉ ES LA PORNOGRAFÍA

LA PORNOGRAFÍA ES VIOLENCIA SEXUAL

Es clave entender que los mensajes pornográficos se basan en la erotización de la violencia sexual (Torrado *et al.*, 2021).

1

La pornografía constituye violencia sexual puesto que las imágenes representadas se centran en la violencia extrema contra las mujeres, que alcanzan un nivel de sadismo extremo, incidiendo en la humillación, degradación y dolor de las mujeres hasta llegar al punto de deshumanizarlas, al ser entendidas únicamente como meros objetos penetrables por uno o múltiples varones.

SE CENTRA EN PRÁCTICAS SEXUALES BASADAS EN LA DESIGUALDAD DE PODER

2

Donde los hombres ejercen un rol de dominación sobre mujeres que están subordinadas a sus deseos sexuales. Entre las principales escenas que se pueden visualizar se encuentran el bestialismo, los golpes, los ahogamientos o las multipenetraciones (Cobo, 2020).

LA PORNOGRAFÍA SE CONVIERTE EN LA TEORÍA DE LA VIOLENCIA SEXUAL CONTRA LAS MUJERES Y LAS NIÑAS

3

Al fomentar que los hombres reproduzcan estas escenas de violencia en sus relaciones sexuales personales. Esta reproducción es posible debido a que los hombres presionan a las mujeres para que estas actúen de la misma forma que las mujeres representadas en la pornografía (Torrado *et al.*, 2021).

Naturaleza y mecanismos que usa la pornografía para representar y normalizar la **VIOLENCIA SEXUAL** *contra* **las mujeres y niñas**

Invisibilizar LA VIOLENCIA SEXUAL

Consiste en representar prácticas que constituyen violencia sexual como si fueran actos sexuales no violentos. Se muestra a mujeres que no se resisten de manera activa a estas prácticas, además de obligarlas a reflejar un placer que no sienten y no mostrar el dolor que sí perciben (no lloran, no gritan o no se defienden), lo que lleva a la errónea interpretación de que están consintiendo plenamente (Torrado *et al.*, 2021)

Erotizar LA VIOLENCIA SEXUAL

Mientras que en los vídeos mencionados se invisibiliza el dolor y sufrimiento de las mujeres, en este tipo de vídeos se muestra explícitamente la resistencia activa de las mujeres (gritan, lloran, intentan defenderse, sufren, se muestra el dolor) (Torrado *et al.*, 2021). Quienes consumen estas escenas pornográficas son conscientes de que están presenciando violencia sexual cruda. Sin embargo, en lugar de rechazar esta expresión, se excitan y se masturban con el sufrimiento de la mujer. En pocas palabras, erotizan el dolor de la mujer (Torrado *et al.*, 2021).

La pornografía

ES PODER
Y DOMINIO

Las narrativas pornográficas no son vistas como una mera expresión de sexualidad, sino como el ejercicio del poder por parte de los varones sobre los cuerpos de las mujeres, convirtiéndose en fuente de excitación (Cobo, 2020). Mónica Alario, en su obra *Política Sexual de la Pornografía* (2021), realiza un análisis exhaustivo sobre la nueva pornografía que ocupa de forma masiva el espacio virtual, conocida como pornografía 2.0 gratuita y de acceso abierto, concluyendo que la violencia atraviesa todos los videos, por lo que no se trata de sexo sino de poder. De hecho, señala que en muchos vídeos pornográficos el contenido sexual está ausente.

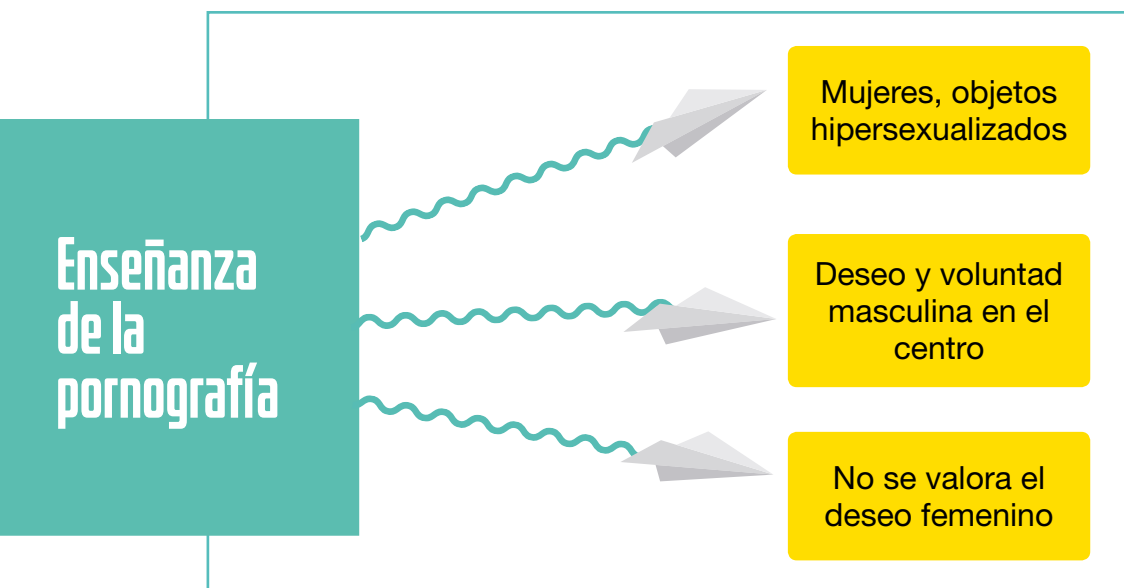
Estamos, por tanto, ante un poder sexualizado ejercido a través de prácticas violentas que pueden ser consideradas “sexuales” para los hombres, pero que no deben ser entendidas como sexo, ya que no hay reciprocidad mutua ni deseo compartido, el placer de las mujeres está ausente (Torrado *et al.*, 2021), aunque el “espectador” lo que visualiza es justo lo contrario, dando a entender a los jóvenes que las mujeres disfrutan con ello.

La pornografía

ES EL NUEVO
EDUCADOR
SEXUAL
Y DOMINIO

La pornografía va más allá de ser una simple “ficción” destinada a provocar excitación. Se convierte en una realidad cuando los mensajes violentos que los hombres observan en estas narrativas intentan reproducirse en las relaciones sexuales con las mujeres (Cobo, 2020). La reproducción de las narrativas pornográficas violentas por parte de hombres y mujeres es inevitable debido a la ausencia de una educación sexual. Por lo tanto, se debe entender que la pornografía es la nueva fuente de educación sexual para las y los adolescentes, a través de la que construyen sus deseos y expectativas. Como señala Esther Torrado *et al.* (2021), muchos comienzan a consumirla antes de haber mantenido sus

primeras experiencias sexuales y sin recibir ningún tipo de educación sexual [...], convirtiéndose en la información más detallada que tienen sobre lo que supuestamente es el sexo antes de practicarlo” (p.23).



Fuente: Elaboración propia a partir de Alario (2018).

La pornografía ES ANDROCÉNTRICA

Habla de los hombres porque está concebida por varones y destinada a los varones. En ella se refleja principalmente la concepción masculina del placer y el deseo sexual (Torrado *et al.*, 2021), imponiendo a las mujeres la necesidad de adaptarse a estos estándares:

- Se presenta una idealización de la apariencia femenina, siempre hipersexualizada y en conformidad con los estándares de belleza masculinos.
- Se promueve un comportamiento y una actitud sumisa por parte de las mujeres, mostrándolas siempre disponibles sexualmente para satisfacer los deseos masculinos.

MUJERES, HOMBRES Y VICEVERSA, SU PAPEL EN LA PORNOGRAFÍA

La pornografía *mainstream* representa a mujeres y hombres de manera diferente (Cobo, 2020), reflejando un esquema diferencial que se ajusta al modelo patriarcal de sexualidad, caracterizado por la desigualdad de poder entre mujeres y hombres (Torrado *et al.*, 2021).

A continuación, se presenta una tabla que ilustra cómo la pornografía aborda la representación de las mujeres y de los hombres.

REPRESENTACIONES EN LOS VÍDEOS PORNOGRÁFICOS

	MUJERES	HOMBRES
PARTICIPACIÓN	Se representan como objetos subordinados.	Se representan como sujetos dominadores.
FUNCIÓN EN LAS ESCENAS	Disponible sexualmente para satisfacer deseos masculinos.	Satisfacer sus deseos sexuales.
ACCESO AL CUERPO	Tienen prohibido poner límites al acceso de compartir sus sentimientos.	Acceden sexualmente al cuerpo de las mujeres, sin importar el deseo y consentimiento de estas.
PRÁCTICAS	No pueden negarse a las prácticas que los hombres ejercen sobre ellas.	Llevan a cabo prácticas violentas.
OBTENCIÓN DEL PLACER	Su placer está olvidado Cuando lo obtienen es a través de: ● Dar placer a los hombres ● Se infringe sobre ellas violencia física o sexual ● Se accede al orgasmo únicamente mediante la penetración	Su placer ocupa un lugar central Lo obtienen: ● Ejerciendo dolor ● Cuando no hay consentimiento por parte de las mujeres

Fuente: Elaboración propia a partir de Cobo (2020) y Torrado *et al.*(2021)



La pornografía se entrelaza con tres sistemas de **DOMINACIÓN**

EL PATRIARCADO

Es un sistema de dominación en el que los hombres oprimen de modo activo a las mujeres, independientemente de la clase o etnia a la que pertenezcan (Millet, 2017).

Como indica Nuria Varela (2019, p.229), el patriarcado se originó a través de una histórica apropiación del poder por parte de los hombres, quienes controlan la sexualidad, reproducción y descendencia de las mujeres.

A

EL CAPITALISMO NEOLIBERAL

Este sistema convierte a las mujeres y a las niñas en mercancías para el consumo masculino, ya que su comercialización se percibe como una inversión de bajo riesgo y alto rendimiento (Cobo, 2018)

B

LA DOMINACIÓN RACIAL

Por un lado, las mujeres racializadas son una fuente de erotización para los hombres del llamado mundo occidental y, por otro lado, los países del Sur Global son utilizados para reducir los costos de producción en la industria filmográfica (Cobo, 2020).

C

Tipos de imágenes que contribuyen a **normalizar** y minimizar la violencia sexual en *la pornografía*



Las mujeres se encuentran dormidas o inconscientes, mientras que los hombres ejercen violencia sexual sobre ellas. Dado que no hay una resistencia activa por parte de las mujeres, se interpreta que están consintiendo (Torrado *et al.*, 2021)



Las mujeres se encuentran en estado de embriaguez, y los hombres aprovechan la situación para realizar actos sexuales sobre ellas, a pesar de que ellas manifiestan claramente su falta de deseo o consentimiento. Aunque las mujeres puedan demostrar sorpresa o bloqueo ante esta situación, la ausencia de resistencia o manifestación de sufrimiento lleva a entender que están consintiendo (Torrado *et al.*, 2021).



Los hombres quieren realizar actos sexuales con mujeres que en principio se niegan. Sin embargo, después de ser presionadas, coaccionadas o chantajeadas, las mujeres finalmente acceden. En un principio, las mujeres adoptan una actitud pasiva y no experimentan placer, pero a medida que avanza el encuentro, comienzan a participar de modo activo y parecen sentir placer (Torrado *et al.*, 2021).

A pesar de que la mujer en un primer momento no quiere realizar las prácticas sexuales, y en muchas ocasiones lo manifiesta claramente, con el transcurso del tiempo participa y no muestra resistencia abierta porque **“en el fondo lo estaba deseando”** o **“se estaba haciendo la difícil”**.

El “no” de una mujer puede convertirse en un “sí” (Torrado *et al.*, 2021).

DATOS SOBRE EL CONSUMO DE PORNOGRAFÍA: FRECUENCIA, INICIO Y MOTIVACIONES

En esta sección se presentan datos e información sobre el consumo de pornografía: abordando quién consume más y de forma más asidua, cuál es la edad de inicio del consumo y cuáles son las principales motivaciones de jóvenes y adolescentes para consumir pornografía.

Sexualidad y consumo de pornografía en jóvenes y adolescentes

situación actual

El consumo de pornografía entre jóvenes y adolescentes ha experimentado un incremento significativo en las últimas décadas, en gran parte debido a la accesibilidad que brinda internet y su expansión. Acceder a páginas web con contenido pornográfico es tan sencillo como disponer de un dispositivo móvil u ordenador con conexión a internet y realizar una búsqueda, lo que arroja una

gran cantidad de resultados. Esta facilidad de acceso explica en gran medida las elevadas cifras de consumo de pornografía en este grupo demográfico.

Sin embargo, se observan diferencias entre chicos y chicas, dado que ellos tienden a consumir significativamente más pornografía que ellas, quienes además lo hacen con menor frecuencia.

Los chicos tienden a consumir pornografía con mayor frecuencia y en cantidades más significativas que las chicas, (varias veces al día o, al menos, una vez a la semana.)



Las chicas suelen ver pornografía de forma ocasional, esporádica o algunas veces al año.



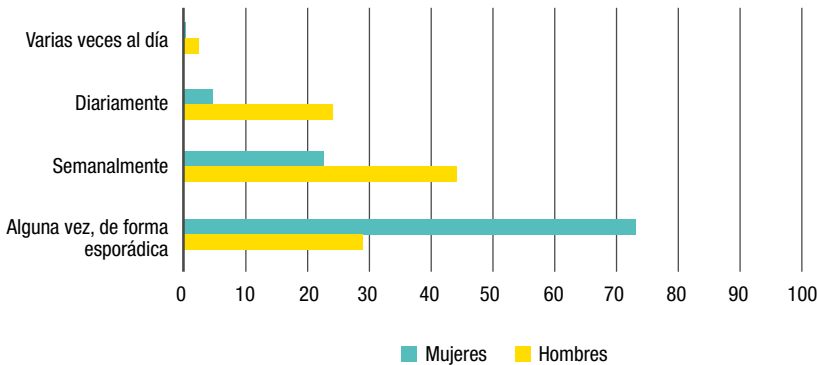
Este consumo más intenso y regular por parte de los chicos jóvenes no se limita únicamente a España (Torrado *et al.*, 2021; Ballester y Orte, 2019), sino que también se observa a nivel internacional en otros países alrededor del mundo (Peter y Valkenburg, 2016; Miller *et al.*, 2019). En el siguiente gráfico, pueden observarse las diferencias en la frecuencia del consumo entre chicas y chicos.

SABÍAS que?

EN ESPAÑA, 7 DE CADA 10 ADOLESCENTES VEN PORNOGRAFÍA DE FORMA REGULAR.

(Save the Children, 2020)

Gráfico 1. Frecuencia con la cual mira pornografía según sexo

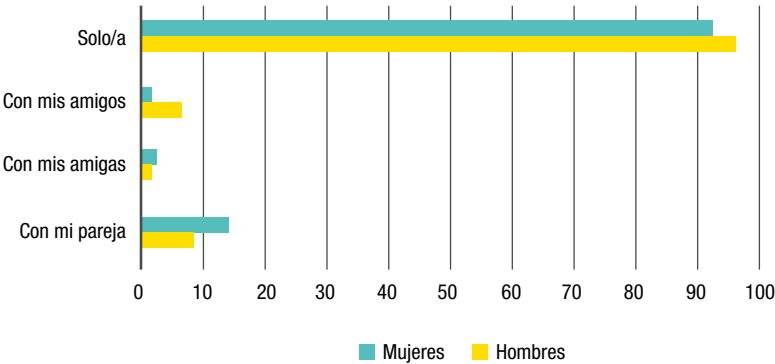


Fuente: Elaboración propia a partir de Torrado *et al.* (2021)

Además de lo anterior, también existen diferencias en cuanto a con quién realizan el consumo. Aunque la gran mayoría de jóvenes y adolescentes realizan el consumo en solitario, hay quienes realizan el consumo con sus amigos o con sus amigas, además

de con su pareja. En este sentido, como se observa en la siguiente gráfica, las chicas ven pornografía con su pareja en mayor medida que los hombres. Además, los hombres lo comparten en mayor medida que las mujeres con sus amigas.

Gráfico 2. Con quién mira pornografía según sexo



Fuente: Elaboración propia a partir de Torrado *et al.* (2021)

SABÍAS
que?

EN LA PÁGINA WEB DE PORNOGRAFÍA PORNHUB, UNA DE LAS MÁS VISITADAS EN ESPAÑA, EL PORCENTAJE DE JÓVENES DE ENTRE 18 Y 24 AÑOS QUE ACCEDE A SUS CONTENIDOS ASCENDIÓ AL 27% DURANTE EL AÑO 2023.

(Informe Pornhub, 2023)

En el informe de la página se señalan diferencias entre sexos. El 71% de las visitas fueron realizadas por hombres mientras que el 29% por mujeres. En nuestro país, las visitas a la web de Pornhub solo es superada por las que se hacen a Google, Youtube, Marca y Twitter (We are Social, 2022). Durante el periodo comprendido entre diciembre de 2021 y noviembre de 2022, esta página se encontraba en el puesto 15 de las páginas más populares, con un promedio mensual de 76,4 millones de visitantes.

EDAD

de inicio en el consumo de pornografía

Como comentábamos con anterioridad, el consumo de pornografía se realiza mayormente a través de un dispositivo móvil o un ordenador. En la actualidad, los chicos y las chicas tienen acceso a uno de estos dispositivos a edades cada vez más tempranas. Esta accesibilidad ha llevado a que la edad a la que chicos y chicas comienzan a ver pornografía es cada vez menor, reduciéndose incluso hasta los 8 años (Save the Children, 2020), aunque la edad promedio se sitúa en los 12 años, siendo me-

nor para los chicos y ligeramente mayor para las chicas. Además, estudios como el de Díaz *et al.* (2023) han señalado que existe cierta tendencia creciente en el consumo de pornografía a medida que los chicos y chicas jóvenes crecen. En este sentido, Vandenbosch (2015) observó que las y los adolescentes más jóvenes tienden a estar más expuestos a la pornografía en internet de temática afectiva, mientras que las y los mayores tienen más inclinación hacia la pornografía de temática dominante.

SABÍAS *que?*

LA EDAD A LA QUE CHICOS Y CHICAS COMIENZAN A VER PORNOGRAFÍA ES CADA VEZ MENOR, REDUCIÉNDOSE INCLUSO HASTA LOS 8 AÑOS.

(Save the Children, 2020)

motivaciones

para consumir

pornografía

Los motivos por los que jóvenes y adolescentes consumen pornografía son diversos. Desde la curiosidad hasta la búsqueda de sensaciones y la necesidad de aprender, utilizando la pornografía a modo de escuela de sexualidad. Torrado *et al.* (2021) señala algunos de los motivos señalados por chicos y chicas para consumir pornografía, siendo los siguientes: para masturbarse, para responder a la curiosidad, para aprender sobre sexo o porque lo hacen sus amistades. Es importante tener en cuenta que los motivos de los chicos y de las chicas para ver pornografía difieren, ya que, en este mismo estudio, los hombres consumían en mayor medida que las mujeres para aprender sobre sexo, mientras que ellas lo hacían más para masturbarse.

En ocasiones, algunas chicas ven pornografía porque sus parejas se lo piden e, incluso, realizan prácticas sexuales que no quieren a petición de sus parejas, reproduciendo los contenidos que aprenden en la pornografía (Rothman y Adhia, 2015).

Existen algunos factores que predicen el consumo de pornografía entre adolescentes específicos. En este sentido, Peter y Valkenburg (2016), al revisar varios estudios, identificaron algunos de ellos, categorizándolos en tres grupos, a partir del modelo de susceptibilidad diferencial a los efectos de los medios de comunicación (DSMM, Peter y Valkenburg, 2013):





FACTORES DISPOSICIONALES

incluyen variables relacionadas con aspectos demográficos, rasgos de la personalidad y comportamiento en línea. Los estudios han asociado un consumo mayor de pornografía con los chicos, mientras que las chicas tienden a consumir menos.

Jóvenes y adolescentes que buscan nuevas sensaciones realizan un consumo más frecuente, así como aquellos con menos autocontrol, menor satisfacción con la vida, autoestima reducida y percepción de menor autonomía. En cuanto a la religión, aquellos adolescentes religiosos o que estudian en una escuela religiosa, han mostrado consumir pornografía de forma menos frecuente. Además, un uso más frecuente de internet se ha relacionado con un mayor consumo de pornografía.



FACTORES DEL DESARROLLO

Relacionados con la edad, la madurez, la experiencia sexual y el desarrollo de habilidades.

Estudios han vinculado un mayor consumo de pornografía con una mayor edad y madurez durante la pubertad, tanto en hombres como en mujeres. Una mayor experiencia sexual se asocia con un mayor consumo de pornografía, aunque en el caso de las mujeres puede estar relacionada también con un menor consumo. En cuanto a las competencias cognitivo-conductuales, como la resolución de problemas o el establecimiento de metas, se asocian con un consumo mayor de pornografía, mientras que competencias **sociales, autoeficacia y competencia moral se relacionan con un consumo menos frecuente.**



FACTORES SOCIALES

Incluyen el entorno familiar, las amistades y la victimización. **El conflicto familiar y una mala comunicación con la familia se ha relacionado con un consumo mayor de pornografía**, mientras que la supervisión restrictiva de las familias y la instalación de software de control parental se asocian con un menor consumo. Un consumo mayor se ha relacionado con que adolescentes utilicen internet en las casas de sus amistades, cuando hablan más de pornografía con sus amistades y cuando la mayoría de sus amistades son jóvenes. **Quienes sufren ciberacoso o victimización en su vida diaria fuera de línea, también muestran una mayor propensión a consumir pornografía.**

En resumen, este estudio señala que el perfil típico de consumidor de pornografía es un hombre con una pubertad

avanzada, que busca nuevas sensaciones y que tiene relaciones familiares débiles o problemáticas.



MÁS ALLÁ DE “GARGANTA PROFUNDA” LA PORNIFICACIÓN DE LA SOCIEDAD

Es crucial desvincular el concepto de pornografía exclusivamente de los vídeos disponibles en páginas web de contenido sexual explícito. Debemos comprender que la erotización de la violencia sexual está permeando diversos ámbitos del entretenimiento, como el cine, las series de televisión, la música, la publicidad e, incluso, la pintura.

PORNOCULTURA

popular algunos ejemplos

La *pornificación* de la sociedad ha llevado a una difuminación de la línea que divide las representaciones pornográficas de las representaciones presentes en los productos culturales cotidianos (Favaro y De Miguel, 2016)

SABÍAS *que?*

LA *PORNIFICACIÓN* DE LA SOCIEDAD SUPONE QUE LA RELACIÓN ENTRE VIOLENCIA Y SEXUALIDAD ESTÁ PERMEANDO TODOS LOS ESPACIOS CULTURALES DE NUESTRA SOCIEDAD.

A

La publicidad

La publicidad forma parte de nuestra vida cotidiana; de hecho, se calcula que las personas están expuestas a más de 10.000 anuncios diariamente. Tal es el impacto de la publicidad que se puede llegar a entender como un agente de socialización (agente educador) que no solo genera necesidades, sino que también transmite roles y estereotipos de género que perpetúan la desigualdad de género, entendida como la dominación de los hombres sobre las mujeres.

La forma clave de dominación sobre las mujeres es ejercer sobre ellas violencia sexual, y la publi-

cidad contribuye a su representa-
 ción. Lauren Gurrieri, Jan Brace-
 Govan y Helene Cherrier (2016)
 han analizado las principales for-
 mas en que la publicidad repre-
 senta la violencia sexual:

CINCO ESTRATEGIAS DE VIOLENCIA SEXUAL EN PUBLICIDAD

ESTRATEGIAS	EXPLICACIÓN
Objetivización	Se usa el cuerpo de las mujeres para vender un producto incluso cuando no hay relación aparente entre ambos. Mujeres como reclamo.
Fragmentación corporal	Se muestra a las mujeres representadas por trozos. Una persona no puede ser troceada pero un objeto sí.
Sumisión	Mediante el uso de fuerza física se representan a las mujeres como sujetos pasivos e indefensos subordinadas al hombre.
Provocación	Las mujeres aparentan estar disponibles sexualmente. Se representan con unas posturas corporales sexys, provocadoras e insinuantes.
Sin identidad	Se deshumaniza a las mujeres. Específicamente se evita mostrar sus ojos ya que es lo que permite conceder identidad a la persona.

Fuente: Elaboración propia a partir de Gurrieri *et al.* (2016)

B

Pornificación de la mirada social y la cultura de la violación

El nivel de *pornificación* de la so-
 ciedad, impulsado tanto por las
 representaciones pornográficas
 como por las creaciones artísti-

cas, ha tenido una consecuencia
 principal: la cultura de la viola-
 ción. Según Carmen Ruíz (2022),
 esta normalización ha generado

un desconocimiento e invisibilización de la violencia sexual debido a:

- Las mujeres no saben lo que significa violencia sexual.
- Las mujeres no siempre son conscientes de que han podido haber sufrido violencia sexual en alguna de las relaciones sexuales previas.

Generalmente, las mujeres tienden a asociar la violencia sexual con las agresiones perpetradas por hombres desconocidos en espacios públicos, en especial durante la noche y en grupo

SABÍAS
que?

LA CULTURA COLOCA
EN EL CENTRO LA
EROTIZACIÓN
DE LA VIOLENCIA CONTRA
LAS MUJERES.

(Segato, 2003). Este tipo de situaciones es una de las pocas realidades que los productos culturales y los medios de comunicación abordan de manera explícita como violencia sexual.

Redes sociales y
su relación con la pornografía



Hombres de todas las edades: usuarios que, a cambio de una cuota mensual, consumen las imágenes y videos de contenido sexual subidos por las creadoras de contenido (Aránguez, 2023).



Mujeres jóvenes: denominadas creadoras de contenido comparten imágenes y videos de contenido sexual a cambio de remuneración económica (Aránguez, 2023).

Características de *OnlyFans*

A) Los elementos de la industria pornográfica clásica desaparecen, como las productoras, los actores, las actrices o los sets de rodaje (Aránguez, 2023).

B) La propia mujer es quien se automercantiliza, comercializa su propio cuerpo como producto (Aránguez, 2023).

C) Las mujeres ingresan en la industria de la pornografía motivadas por la fantasía de obtener enormes beneficios. Las famosas sirven de enganche al promocionar que tienen una cuenta en la misma plataforma con la que han generado importantes ingresos (Aránguez, 2023).

D) No hay ninguna vía de verificación de la edad de la persona que crea la cuenta. De ahí que se haya detectado pornografía infantil en la plataforma (Aránguez, 2023).

SABÍAS
que?

EN LA ACTUALIDAD, UNA DE LAS MAYORES REDES SOCIALES QUE TIENE MÁS INFLUENCIA EN LA JUVENTUD ES *ONLYFANS*.

ONLYFANS, ADEMÁS, SE PRESENTA COMO UNA RED INTERMEDIARIA ENTRE MUJERES Y HOMBRES.

Las estrategias

de *OnlyFans* para promover el consumo y hacer *caja*

La plataforma promociona a las mujeres como emprendedoras al otorgarles el control total sobre qué contenido “erótico” publicar, cómo hacerlo, cuándo y dónde, lo que les brinda una

sensación de empoderamiento (Aránguez,2023). Sin embargo, esta estrategia de promoción de *Onlyfans* no es más que la vía para romantizar la explotación sexual porque:

LA PLATAFORMA ACTÚA COMO PROXENETA (Aránguez,2023).

- **La empresa se lleva un porcentaje** de los contenidos subidos por las mujeres, lo que indica que actúa como proxeneta.
- **Hay constancia de la existencia de chulos** (novios, amigos) que convencen a las mujeres para que se abran una cuenta. Son ellos quienes hacen las fotos y gestionan la cuenta a cambio de dinero o sexo.
- **Hay constancia de que las mujeres que suben contenido erótico reciben mensajes privados** en la que los hombres, consumidores, ofrecen dinero a cambio de sexo, lo que convierte a la plataforma en un incentivo para la prostitución.

LAS MUJERES NO TIENEN CONTROL

(Aránguez,2023).

- **Sobre el contenido que comparten:** Aunque las mujeres son las propietarias del contenido que suben, *OnlyFans* tiene el derecho de seguir utilizando esas imágenes incluso si la mujer elimina su cuenta.
- **Sobre las peticiones de los hombres:** La falta de oportunidades laborales lleva a muchas mujeres a utilizar *OnlyFans* como una salida. La necesidad de obtener mayores ingresos para salir de la precariedad conduce a las mujeres a superar sus límites vendiendo contenido más explícito basado en las demandas de los consumidores, quienes ofrecen más dinero si cumplen con estas solicitudes.

DOS

NO SUPONE LIBERTAD SEXUAL

(Aránguez,2023).

Aunque se promociona la plataforma como una vía de empoderamiento femenino que fomenta la liberación sexual, en realidad las mujeres no obtienen reciprocidad sexual ni placer. Ni siquiera tienen un poder real ya que este depende de la aceptación que hagan los consumidores del contenido que venden. Las mujeres son consideradas únicamente como objetos de consumo que satisfacen los deseos sexuales de los hombres, lo que refleja la frase “las mujeres valen, lo que vale su cuerpo”.

TRES

Otras redes:

En redes sociales como TikTok, Instagram o WhatsApp, las mujeres continuamente son presionadas para que envíen “nudes”. Por ejemplo, “el chico pide de modo repetitivo que la chica le envíe un selfie normal y cuando ella vence su recelo aceptando enviarle una imagen, él le pide otra más subida de tono” (Aránguez, 2023, p.104). Este tipo de intercambio supone entrar en la dinámica del *sexting*, donde las chicas comparten imágenes y vídeos eróticos con sus parejas o amigos. Por lo tanto, entre la *pornificación* de la cultura, la pornografía que actúa como educador sexual y las redes sociales que cosifican el cuerpo femenino, las mujeres interiorizan y aprenden que lo normal es que su valor derive de su cuerpo.

Básicamente, la sociedad patriarcal de manera gradual convierte a las mujeres en prostituibles, es lo que Amelia Tiganus (2021) describe como la “fabricación de las putas”. Por lo tanto, ingresar a *OnlyFans* puede parecer un paso “lógico” e inofensivo, ya que las mujeres comprenden que no hay una gran diferencia entre lo que hacían y veían antes de unirse a esta plataforma y lo que hacen

TikTok, Instagram o WhatsApp

ahora. Esta percepción se refleja en lo que Tasia Aránguez (2023) ha denominado la pendiente resbaladiza de la cosificación sexual y explica que “muchas jóvenes sin necesidad económica estén entrando en *OnlyFans* [...] las jóvenes pueden pensar que no hay escapatoria a la cultura de la cosificación sexual, que su físico es la única fuente posible de validación social, y que es preferible asumirlo y poner un precio a su belleza” (p.106).

En definitiva, las redes sociales, al igual que la pornografía, representan un entrenamiento previo, una rutina en la cosificación y sexualización (Ballester *et al.*, 2020) que luego se lleva a la práctica en la plataforma *OnlyFans*.

¿NO ES PARA TANTO? MITOS Y REALIDADES EN LA PORNOGRAFÍA. CONSECUENCIAS

Sobre la pornografía hay falsos mitos, es decir, ideas que se aceptan como verdaderas pero que en realidad son falsas. Estos mitos abarcan una amplia gama de conceptos erróneos. A continuación, se presentan algunos de estos mitos.



PASA DE FALSOS MITOS Y CONOCE LA REALIDAD

FALSO MITO	REALIDAD
Viendo porno aprendo a tener relaciones sexuales saludables	El porno es la teoría de la violencia sexual y verlo es un factor de riesgo para ejercer violencia sexual y ser un putero
El porno es un entretenimiento, hace disfrutar y nada más	El porno muestra agresiones contra las mujeres
El deseo sexual de los hombres es una necesidad y satisfacer ese deseo es un derecho para los hombres	El deseo sexual masculino es un deseo, no es una necesidad ni un derecho que satisfacer
La pornografía se considera sinónimo de buen sexo	El porno se centra en el placer de la dominación de los hombres sobre las mujeres
El porno online representa bien la realidad de la sexualidad	El porno cosifica sexualmente a las mujeres, se representan como objetos y no como personas
No pasa nada por ver pornografía en la que agreden, fuerzan y humillan a las mujeres	Al ver este tipo de contenido se puede erotizar la violencia sexual contra las mujeres
Viendo porno puedo controlar lo que veo, lo que pienso y lo que hago	Ver porno puede afectar a tu cuerpo, la idea que tienes de la realidad y a cómo te relacionas con otras personas. La pornografía puede construir tus expectativas y deseos en las relaciones sexuales. El porno puede generar adicción.
El porno es un tema que afecta a quien lo mira y nada más	La pornografía forma parte de la industria para la explotación sexual junto a la prostitución y la trata.
En general la pornografía está hecha para mujeres y hombres	Mayormente la pornografía está hecha para los hombres
OnlyFans y las páginas web exclusivas de contenido porno no tienen nada que ver	En OnlyFans también hay contenido pornográfico y unas dinámicas similares a las que se producen en la prostitución de las mujeres
No importa quién produce el porno, eso es secundario	Cuando ves porno estas contribuyendo a sostener la industria de la explotación sexual, la violencia sexual y la mercantilización, vulnerabilidad y explotación de los cuerpos de las mujeres

Fuente: Elaboración propia a partir de Ballester *et al.* (2022, p.86), Torrado y Barroso (2021) y Torrado *et al.* (2021).

Es importante entender que ver pornografía se está convirtiendo cada vez más en la forma en la que adolescentes y jóvenes aprenden sobre relaciones sexuales y sexualidad, incluso antes de tener sus propias experiencias (Albury, 2014). En ausencia de una educación formal y transversal que incorpore la educación afectiva y sexual en su currículo, la pornografía se convierte en la principal fuente de información para los y las jóvenes (Torrado *et al.*, 2021). Además, este consumo puede llegar a convertirse en problemático (Bothe *et al.*, 2017).

El consumo de pornografía puede tener repercusiones significativas en los chicos y chicas (Patere y Valkenburg, 2016), afectando tanto a su cuerpo como a su percepción de la realidad y a su comportamiento en las relaciones interpersonales. A continuación, señalamos algunas de las posibles consecuencias del consumo de pornografía.

*** Cosificación sexual de las mujeres:** la pornografía centra sus contenidos en satisfacer a los hombres. Para ello, enfoca los vídeos en las mujeres, con planos que se centran en sus pechos, sus genitales o sus expresiones al mantener relaciones sexuales. Por el contrario, los vídeos en

CONSECUENCIAS

del consumo
de pornografía

los que se enfoca a los hombres son muchos menos. De esta forma, la cosificación sexual que en la pornografía se hace de las mujeres, guarda relación con la imagen que tienen los jóvenes de las mujeres como objetos sexuales (Peter y Valkenburg, 2007).

- * **Entender la pornografía como la forma verdadera de relacionarse y de mantener relaciones sexuales:** cuando los chicos y chicas no tienen una educación sexual que les oriente, pueden socializarse en estos contenidos y terminar entendiendo que es la forma correcta de mantener relaciones sexuales con su pareja o personas con las que se relacionen de forma sexual. De esta forma, pueden llegar a incorporar las prácticas y comportamientos que aparecen en la pornografía a su vida sexual (Svedin *et al.*, 2011; Rothman *et al.*, 2015)
- * **Adicción a la pornografía:** estudios como el realizado por De Alarcón (2019) han señalado que el consumo de pornografía puede ocasionar problemas de desarrollo y funcionamiento sexual, como la insatisfacción sexual. Algunos de los predictores del uso problemático de la pornografía, que pueden derivar en adicción, es ser hombre, joven, usar internet frecuentemente, estados de ánimo negativos y propensión al aburrimiento sexual (Ross *et al.*, 2012; Ballester-Arnal *et al.*, 2017).
- * **No utilizar preservativo:** consumir pornografía se relaciona con no utilizar preservativo en las relaciones sexuales (Tokunaga *et al.*, 2020), haciendo que la posibilidad de embarazos no deseados o de contraer enfermedades o infecciones de transmisión sexual sea mayor. Esto es así porque en la gran mayoría de vídeos de páginas de por-

nografía, en las relaciones sexuales que se muestran no se utiliza preservativo, lo que puede llegar a interiorizarse y normalizarse por parte de adolescentes y jóvenes.

*** Enfoque impersonal de las relaciones sexuales:** el sexo impersonal se refiere a las relaciones en las que el compromiso, la intimidad emocional y la exclusividad no están presentes o no se valoran (Malamuth *et al.*, 2012). En este sentido, Tokunaga *et al.* (2018) han mostrado que el consumo de pornografía se asocia con un enfoque más impersonal del sexo, tanto en hombres como mujeres, adolescentes y personas adultas.

*** Asumir los roles que aparecen en la pornografía:** la pornografía muestra a los hombres como dominantes mientras que las mujeres adoptan un papel de sumisión hacia ellos. De esta forma, la pornografía se centra en el placer de los hombres mientras que las mujeres son quienes les tienen que dar placer a ellos (Alario, 2021), ya sea a través de felaciones, siendo víctimas de actos como azotes, bofetadas, tirones de pelo, etc. Wright *et al.* (2014) han señalado que la pornografía puede repercutir en la socialización sexual de chicos y chicas al influir en la comprensión que tienen sobre los comportamientos y actitudes sexuales que son normativos, aceptables y gratificantes.

*** Imitación de un estilo sexual agresivo:** estudios como el de Bridges *et al.* (2016) inciden en la relación entre el consumo de pornografía y el que los hombres quieran reproducir los comportamientos sexuales que aparecen en la pornografía: entre ellos, los que se incluyen agresiones, que van desde azotes o bofetadas a prácticas que

ponen en riesgo la salud de las mujeres, como la doble penetración anal o la penetración anal y felación sin la utilización de preservativo.

- * **Disfunción sexual:** el estudio de Jacobs *et al.* (2021) ha mostrado que aquellos hombres que realizaban un consumo problemático de pornografía tenían mayor probabilidad de tener disfunción eréctil. Además, el mismo estudio indicó que la prevalencia de disfunción eréctil entre los hombres jóvenes es alarmantemente alta, y que guarda relación con el consumo problemático de pornografía.
- * **Inseguridad sobre la apariencia física:** Por su parte, Johnson *et al.* (2019) han puesto de manifiesto que el consumo de pornografía entre mujeres se asoció con mayores índices de inseguridad sobre su aspecto y menor disfrute de actos íntimos como besos o caricias durante las relaciones sexuales con la pareja.
- * **Edad de inicio más temprana en las relaciones sexuales:** varios estudios, como el de Lim *et al.* (2017) o el de Weber *et al.* (2012), han sugerido que el consumo de pornografía a edades más tempranas está relacionado con mantener relaciones sexuales por primera vez a edades más tempranas. Esto indica que tanto los chicos como las chicas pueden comenzar sus relaciones sexuales sin estar preparados adecuadamente.
- * **Pedir a la pareja hacer cosas que ha visto en la pornografía:** como señalábamos anteriormente, los jóvenes pueden querer reproducir e integrar en su vida sexual los contenidos de la pornografía, por lo que pueden pedir a sus parejas imitar prácticas que han visto.

Rothman y Adhia (2015) han mostrado la relación entre ser víctima de violencia en el noviazgo en adolescentes y que la pareja le pidiera hacer cosas que había visto en la pornografía.

* **Realizar prácticas que no se quieren hacer:** como continuación del punto anterior, al asumir los contenidos que se ven en la pornografía, los chicos pueden acabar queriendo ejercer dominación sobre las chicas, y ellas terminar aceptando por el simple hecho de complacer a sus parejas. Algunas de estas prácticas pueden incluir tirar del pelo, azotar, eyacular en la cara o en la boca, ahogar, ser grabadas o fotografiadas sin su consentimiento, etc. (Díaz *et al.*, 2024).

* **Pornografía de venganza:** la pornografía de venganza sucede cuando alguien, de forma no consentida, sube a internet fotografías de otra persona desnuda o semidesnuda, usualmente como venganza cuando una relación termina. Es un acto realizado en la mayoría de los casos por hombres, que puede causar en las víctimas, generalmente mujeres, problemas de confianza, trastorno de estrés postraumático, ansiedad, depresión, pensamientos suicidas y otras consecuencias en la salud mental (Bates, 2017).

* **Consumo de prostitución:** algunos trabajos han señalado la relación que existe entre el consumo de pornografía y el consumo de prostitución, puesto que el primero es la teoría y el segundo la práctica. Algunos hombres tienen dificultades para relacionarse en igualdad con las mujeres, por lo que terminan recurriendo al consumo prostitucional para ejercer las conductas agresivas que han aprendido en la pornografía (Cobo, 2020; De Miguel, 2012; Farley y Donevan, 2021; Torrado y Díaz, 2023).

03

CAPÍTULO



Hablamos de **PORNO POR NO HABLAR DE**

“La pornografía es una práctica del fascismo. Los regímenes autoritarios la restringían solo para las élites, y lo que han hecho los Gobiernos democráticos es hacerla disponible para todos”

(Catherine McKinnon)

SEXO

En este capítulo, nuestro objetivo es orientar a educadores, madres y padres sobre la diferencia entre el sexo, la sexualidad y las relaciones sexuales. Además, destacamos la importancia de conceptualizar correctamente estos términos para evitar confusiones, en especial en relación con el consumo de pornografía, ya que esto nos puede conducir a la erotización de la violencia sexual.

¿VER PORNO HACE QUE NOS PONGAMOS EN EL ROL DE HOMBRE O DE MUJER?

Cuando se consume pornografía, es frecuente que las personas se identifiquen inconscientemente con uno de los personajes, en su mayoría basándose en su propio sexo-género. Por ejemplo, los hombres tienden a identificarse con el personaje masculino en las escenas, mientras que las mujeres podrían sentirse más identificadas con el papel femenino.

¿CÓMO INFLUYE

en el comportamiento sexual?



Los chicos al identificarse con el hombre en la pornografía podrían estar asimilando ideas de que el sexo es principalmente poder, dominación y violencia. Podría parecer que ser “hombre” significa ser siempre el que ejerce el control, el que inicia las interacciones sexuales y el que determina cuándo y cómo ocurren, priorizando sus propias necesidades y deseos encima de los de su pareja.

Pero...

¿alguna vez te has detenido a pensar qué significa realmente esta identificación y cómo puede estar afectando a la percepción de las personas que consumen pornografía?



Las chicas al identificarse con la mujer en la pornografía pueden empezar a internalizar la idea de que su papel en las relaciones sexuales es ser pasivas, complacientes o incluso sumisas. Esto puede llevarlas a sentir que su valía está determinada por su capacidad para proporcionar placer a otros, así como creer erróneamente que recibir esa violencia es excitante para la otra persona, en lugar de considerar sus propios límites.



EL PORNO CONTRIBUYE A LA IDENTIFICACIÓN CON ROLES TRADICIONALES Y LOS ESTEREOTIPOS DE GÉNERO

Como hemos visto con anterioridad, la identificación con roles específicos en la pornografía refleja y refuerza las estructuras de poder desiguales entre mujeres y hombres. Los hombres, al identificarse con el agresor o dominante en escenas pornográficas, pueden internalizar comportamientos en la sexualidad que privilegian la dominación, el control y en ver a las mujeres como objetos sexuales para su uso y disfrute. Las mujeres, al identificarse con el sujeto pasivo y/o sumiso expuesto en la pornografía, pueden internalizar igualmente una visión de sí mismas como objetos sexuales, destinadas al placer de los varones, así como que deben desear y les debe excitar recibir esa violencia.

Esta identificación no solo refuerza estereotipos de género, sino que también puede llevar a expectativas y comportamientos sexuales dañinos en la vida real, perpetuando la normalización de la violencia y la cosificación de las mujeres. Esta dinámica no solo perpetúa la violencia de género y la estructura de dominación patriarcal, sino que también puede influir en que los varones adopten comportamientos sexuales agresivos y se crean con el derecho a obtener sexo por parte de las mujeres. En las mujeres, por su parte, puede hacer que acepten la pasividad, la sumisión o la violencia como normales y deseables, castrando la experiencia de exploración de la propia intimidad sexual y la creación de un deseo libre de imposiciones sociales.

“EL TEMA PRINCIPAL DE LA PORNOGRAFÍA ES EL PODER MASCULINO, SU NATURALEZA, SU MAGNITUD, SU USO Y SU SIGNIFICADO” (Andrea Dworkin)



EL PORNO GENERA EXPECTATIVAS IRREALES

Suele presentar una visión muy distorsionada y atrofiada de las relaciones sexuales. Si se identifican con estos roles y los adoptan sin cuestionarlos, podrían comenzar a esperar que las relaciones sexuales en la vida real sean iguales a lo que ven en la pantalla, lo cual no es nada realista, potencialmente insatisfactorio y perjudicial a nivel físico y psicológico. La exposición a la pornografía puede dañar la percepción que tiene la infancia y la juventud sobre el sexo, las relaciones sexuales saludables y la forma en que ven sus propios cuerpos (Martellozzo *et al.*, 2020).



EL PORNO PROYECTA ESTEREOTIPOS CORPORALES IRREALES

El porno muestra una versión idealizada de los cuerpos masculinos y femeninos, así como de las relaciones sexuales en general. Esta representación puede provocar que tanto chicas como chicos se sientan decepcionados o insatisfechos con sus propios cuerpos y experiencias sexuales, lo que puede desencadenar problemas de autoestima, trastornos de la conducta alimentaria, entre otros. Se ha observado una asociación significativa entre un bajo nivel de aceptación del propio cuerpo y un alto consumo de pornografía (Paslakis *et al.*, 2022, como se citó en Ballester *et al.*, 2023). Esta representación idealizada y poco realista también puede conducir a ver a los demás como objetos, vinculando su valía con la medida en que cumplen con estos estándares. Esto reduce el deseo a un aspecto puramente físico, ignorando la variedad de elementos que pueden atraer a las personas. Es importante recordar que el deseo es un proceso que abarca lo psicológico y lo social, y no se limita únicamente al aspecto físico.



RELACIONES, CONSENTIMIENTO Y DESEO

La identificación con estos roles puede influir en la forma en que las personas interactúan en sus relaciones personales. Esto puede llevarlas a tener expectativas poco saludables sobre cómo deben comportarse, tanto consigo/a mismos/as como con sus parejas, durante las relaciones sexuales. Esto puede resultar en el consentimiento de prácticas que no desean, o incluso a desear prácticas que les causan daño, simplemente porque sienten que “deberían gustarles”, porque es considerado “normal” o por temor a “llevar la contraria” y “defraudar a su pareja”.

¡Cuestionalo!

¿Estos roles reflejan en realidad quién quieres ser y cómo deseas relacionarte con los demás?

Es importante que cuestiones y analices de manera crítica estas representaciones en lugar de aceptarlas automáticamente como ciertas.

No se debe permitir que la pornografía defina lo que es la sexualidad y la práctica sexual por cada persona. La pornografía es violencia. La sexualidad es una parte profunda y personal de cada individuo, y se tiene derecho a explorarla de manera

segura, respetuosa y consensuada. La comunicación y el respeto son pilares básicos para desarrollar una sexualidad sana y mutuamente placentera, donde la conexión y la responsabilidad afectiva con la otra persona son esenciales.

¿VER MÁS PORNO INFLUYE EN EL COMPORTAMIENTO SEXUAL?

La pornografía puede tener un impacto considerable en la forma en la que piensan y se comportan las personas, en especial en adolescentes y jóvenes en etapas de desarrollo. Les expone a expectativas sexuales poco realistas y perjudiciales, agravándose si se consume en grandes cantidades y de modo compulsivo. Además, este consumo puede conducirles fácilmente a desarrollar una adicción, lo que conlleva consecuencias nefastas a nivel social, familiar, educativo, entre otros aspectos.





En los chicos, el consumo de pornografía puede generar una falta de sensibilidad emocional hacia la violencia y una disminución de la empatía hacia las mujeres. Además, pueden experimentar problemas de disfunción eréctil y desarrollar una concepción del deseo basada en la violencia. Esto puede resultar en una incapacidad para experimentar excitación en encuentros sexuales reales, ya que necesitan visualizar o imaginar escenarios similares a los de la pornografía para sentirse excitados, lo que afecta la complicidad e intimidad en las relaciones con otras personas. Asimismo, es posible que experimenten un aumento en la irritabilidad y la agresividad en general.



El consumo de pornografía en las chicas puede llevarlas a creer que deben participar en prácticas agresivas y degradantes para satisfacer a sus parejas. Aunque puedan fingir disfrutarlas en el momento, es probable que después se sientan humilladas y avergonzadas. Participar en estas prácticas sin desearlo, ya sea por presión de la pareja o por influencia de normas sociales y culturales, puede tener consecuencias similares a las de la violencia sexual. En estos casos, es posible que estén siendo víctimas de una violación emocional y psicológica a través de la manipulación del consentimiento y los deseos.



Escalada de violencia sexual

La repetida exposición a actos, comportamientos y dinámicas perjudiciales que se presentan con frecuencia en la pornografía puede llevar a las personas a considerarlos normales, esperados y deseables en todas las relaciones sexuales. Esto puede influir en sus comportamientos durante las prácticas sexuales, lo que podría resultar en la adopción de actitudes peligrosas y dañinas. El proceso de habituación puede conducir a una escalada en la conducta violenta, donde los

individuos pasan de consumir representaciones de violencia más sutiles o menos evidentes a contenido explícitamente violento. En especial en el caso de los hombres, cuyo papel en la pornografía a menudo refuerza estereotipos de masculinidad agresiva, pueden llegar a normalizar la práctica de una violencia sexual cada vez más extrema, así como diferentes parafilias que son consideradas actos delictivos, como la pederastía, el incesto y las violaciones (Ballester *et al.*, 2023).

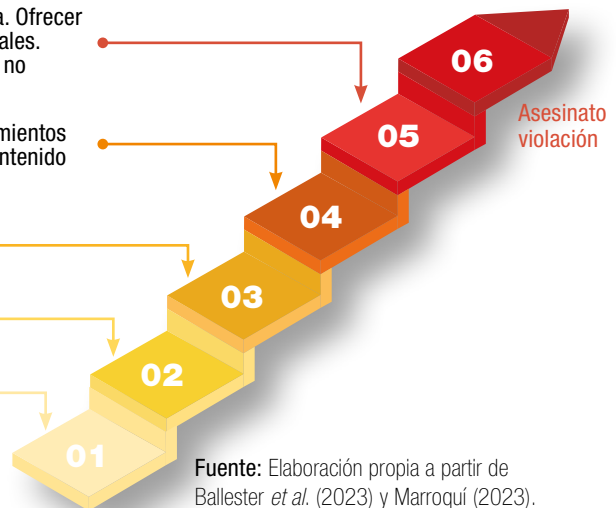
Obligar a escenificar lo visto en la pornografía. Ofrecer regalos o dinero a cambio de relaciones sexuales. Manipulación para la realización de prácticas no deseadas.

Aprovecharse si beben o toman drogas. Tocamientos no deseados. Comparten fotos y videos de contenido sexual o las usan para chantajear.

Insistencia ante negativas. Acoso, virtual o presencial.

Enviar fotos genitales. Pedir *nudes*.

Mensajes sexuales con insinuaciones o bromas incómodas. Miradas depredadoras y cosificadas.



Fuente: Elaboración propia a partir de Ballester *et al.* (2023) y Marroquí (2023).

ADICCIÓN Y ALTERACIÓN DEL SISTEMA DE TOMA DE DECISIONES

La pornografía puede desencadenar e hiperestimular el sistema de recompensa del cerebro. Al ser un contenido disponible en todo momento y de forma gratuita, su riesgo es extremadamente elevado, en especial durante la niñez y la juventud. Al igual que otros productos adictivos, la pornografía puede crear vías dentro del cerebro que conducen a la satisfacción y al placer inmediato. Esta gratificación rápida y accesible puede llevar a las personas a buscar el mismo nivel de estímulo durante más tiempo y con mayor frecuencia. Con el consumo repetido, la cantidad de dopamina que inunda el cerebro aumenta, lo que puede llevar al desarrollo de una adicción. Además, cada vez que se intenta abstenerse del consumo, es común experimentar altos niveles de estrés y ansiedad, lo que se conoce como síndrome de abstinencia. Este ciclo dañino puede crear un patrón adictivo difícil de romper (Fight the New Drug, n.d.-a).

A medida que el cerebro se expone a mayores niveles de por-

nografía y desarrolla un mayor deseo y necesidad por estos estímulos, experimenta hipofrontalidad, una alteración en la función de la corteza prefrontal. Esta región del cerebro, responsable de ejercer control sobre los impulsos y deseos, deja de funcionar correctamente, cediendo el control a otras regiones cerebrales que priorizan el consumo de pornografía. La corteza prefrontal, crucial para frenar esos impulsos y patrones no saludables, como el consumo compulsivo de pornografía, se ve afectada por la alta exposición a la pornografía, dejando de funcionar correctamente y cediendo el control a otras regiones cerebrales que priorizan su consumo. Esto desemboca en comportamientos más impulsivos, compulsividad, cambios de humor y deterioro del juicio (Hilton & Watts, 2011).

Por lo tanto, el consumo de pornografía no solo puede generar un ciclo de gratificación inmediata, sino que también reduce la capacidad del cerebro para controlar esos impulsos, alterando el sistema de toma de decisiones y dificultando aún más el dejar de consumir pornografía (Fight the New Drug, n.d.-a).

2

DESENSIBILIZACIÓN

El consumo excesivo de pornografía puede desensibilizar emocionalmente a las personas, lo que implica que podrían necesitar contenido cada vez más extremo para experimentar excitación. Este proceso conduce a un “recableado del cerebro”, que altera las actitudes de quienes lo consumen, volviéndose insensibles ante situaciones que con anterioridad les habrían parecido aberrantes (Alcalde, 2023).

Esto puede distorsionar su comprensión de lo que constituye una interacción sexual saludable y consensuada. Además, puede dificultarles excitarse en relaciones sexuales reales, dependiendo de imágenes pornográficas para ello. La escalada que provoca el consumo de pornografía también puede llevar a muchos hombres a recurrir a la prostitución y a la agresión hacia las mujeres.

3

SENSIBILIZACIÓN

La sensibilización en este contexto se refiere a cómo la repetición de conductas adictivas fortalece las conexiones neuronales, creando recuerdos y asociacio-

nes poderosas entre el consumo de pornografía y los estímulos relacionados con dicho consumo. Estas conexiones intensas pueden desencadenar respuestas psicológicas muy poderosas (disparadores) ante ciertos indicadores o señales. Estos disparadores o detonantes puede hacer sentir un impulso repentino de satisfacción y de consumo de pornografía (Fight the New Drug, n.d.-b), así como de otros comportamientos asociados visualizados en ella.

Por ejemplo, una persona que consume pornografía cuando se siente sola, aburrida o estresada, puede descubrir que la soledad, el aburrimiento o el estrés desencadenan un intenso deseo de ver pornografía. Otro ejemplo sería, que si se desencadena alguno de estos disparadores en un varón ante la interacción con alguna mujer, en clase, en el trabajo, en la calle... (hay videos pornográficos para casi cada situación) puede hacer que este varón esté reproduciendo en su cabeza escenas que ha visto en la pornografía, aumentando significativamente la probabilidad de ejercer acoso o violencia sexual, pues en la escena que está reproduciendo en su cabeza, “ella lo está deseando, aunque diga o parezca que no”

CASTRACIÓN DE LA EMPATÍA

La empatía, entendida como la capacidad de ponerse en el lugar de otra persona y compartir sus sentimientos, se fundamenta en la premisa de considerar a los demás como iguales. En un entorno donde las mujeres son representadas como meros objetos sexuales, privadas de sus sentimientos y derechos, la capacidad de empatizar con ellas por parte de los hombres se ve disminuida. Cuando los jóvenes no perciben a las mujeres como iguales, tal como las retrata la pornografía, pueden experimentar dificultades para reconocer y valorar su humanidad en la vida real. Este fenómeno puede dar lugar a relaciones desequilibradas, perpetuando y

trasladando a todas las esferas de sus vidas la subordinación de las mujeres a los hombres que se promueve en la pornografía, así como normalizando comportamientos violentos hacia ellas.

La pornografía llega a los jóvenes entre los 8 y los 12 años, un periodo en el que la capacidad de empatía aún está en desarrollo. El acceso a contenidos pornográficos puede afectar negativamente al desarrollo saludable de la empatía, lo que podría llevarlos a reaccionar de manera insensible ante situaciones que deberían generarles angustia, como presenciar actos de violencia contra las mujeres, llegando incluso a sentir excitación en lugar de empatía (Marroquí, 2023).

“EN LA PORNOGRAFÍA (A LA MUJER) SE LE ENSEÑA A SER OBJETO:

VIOLADA, GOLPEADA, ATADA, USADA, HASTA QUE RECONOCE
SU VERDADERA NATURALEZA Y PROPÓSITO Y OBEDECE,
FELIZ Y ÁVIDAMENTE, SUPLICANDO MÁS”

(Andrea Dworkin)

IMPACTO DE LA PORNOGRAFÍA EN EL CEREBRO

ASPECTO	DESCRIPCIÓN	EFFECTOS
Desensibilización	Reducción de la respuesta emocional y física a estímulos que anteriormente causaban excitación.	● Necesidad de contenido más extremo para obtener satisfacción. ● Problemas en la respuesta sexual en interacciones reales.
Sensibilización	Refuerzo del deseo por estímulos específicos de la pornografía.	● Aumento de la compulsión. ● Dificultad para resistir impulsos.
Estrés disfuncional	Ansiedad y estrés resultantes del consumo compulsivo y del síndrome de abstinencia.	● Deterioro del bienestar mental. ● Aumento de la ansiedad.
Castración de la empatía	Reducción de la capacidad para empatizar, especialmente con las mujeres, que son percibidas como objetos.	● Deterioro de las relaciones. ● Actitudes sexistas. ● Degradación de la percepción de las mujeres.
Disfunción del centro de recompensa cerebral	Alteración en la percepción del placer, necesidad de estímulos más intensos.	● Necesidad y dependencia crecientes de la satisfacción inmediata que genera el consumo de pornografía. ● Necesidad de estímulos cada vez de mayor intensidad.

Fuente: Elaboración propia a partir de Alcalde (2023), Ballester *et al.* (2023), Fight the New Drug (n.d.-a) y (n.d.-b), Hilton & Watts (2011) y Marroquí (2023).

La pornografía, escuela de agresores *sexuales*

En consonancia con lo expuesto, Lluís Ballester (2023) señala la correlación entre el consumo habitual de pornografía y el aumento en la

probabilidad de participar en actividades de violencia sexual. Propone un modelo de escalada conductual que se desarrolla en varias etapas:



DISTORSIÓN PERCEPTIVA

Se inicia en edades cada vez más tempranas y se caracteriza por una exposición prolongada a la pornografía, con estímulos emocionales y una atención concentrada.



CONSTRUCCIÓN DE ACTITUDES TÓXICAS

En esta etapa, se desarrollan percepciones dañinas hacia una sexualidad libre y en igualdad, influenciadas por el intercambio de imágenes pornográficas entre adolescentes, la publicidad de prostitución en contenidos pornográficos, entre otros factores.



INICIO DE RELACIONES SEXUALES

Sin importar la orientación sexual, las primeras experiencias sexuales, a edades muy tempranas, están influenciadas por la pornografía, lo que incluye la participación en rituales grupales. Esto puede llevar a forzar prácticas sexuales no consentidas ni deseadas, sin considerar el placer mutuo.

SABREMOS QUE SOMOS LIBRES CUANDO LA PORNOGRAFÍA YA NO EXISTA.

(Andrea Dworkin)



EXTENSIÓN DE LA VIOLENCIA A LA VIDA COTIDIANA

Aunque no todos llegan a esta etapa, el consumo de pornografía aumenta la probabilidad de que esta violencia se extienda a la vida diaria, lo que incluye la falta de respeto al consentimiento, prácticas sexuales violentas y peligrosas, el acceso a la prostitución o la perpetración de violaciones.

Como se ha expuesto, el consumo de pornografía genera problemas cognitivos en las personas que lo consumen, con consecuencias tanto individuales como sociales para las propias personas consumidoras como para las personas con las que interactúan. Es necesario destacar, dado que la pornografía se basa principalmente en la violencia, la cosificación y el dominio hacia las mujeres, que tanto ellas como las niñas son las que mayores consecuencias sufren. Por su parte, la pornografía socializa a los varones en la normalización y minimización de ejercer dicha violencia, aumenando significativamente la probabilidad de ejercer violencia sexual, violencia de género, así como de violencia en general.

A continuación se exponen algunas de las consecuencias en el comportamiento sexual, el comportamiento general y las consecuencias emocionales que produce el consumo de pornografía.

EFFECTOS DE LA PORNOGRAFÍA EN LA JUVENTUD

CATEGORÍA	CONDUCTA	DESCRIPCIÓN
Comportamiento Sexual	Conducta sexual inapropiada	Aumenta significativamente la probabilidad de comportamientos de acoso y agresión sexual en adolescentes y jóvenes, así como de comportamiento coercitivos.
	Abuso hacia Menores	Mayor predisposición al abuso sexual hacia menores.
	Violencia Sexual	Normalización y reproducción de comportamientos sexuales violentos, como la asfixia, agresiones o insultos durante las relaciones sexuales, etc.
	Normalización de la Violencia	Promoción de la violencia y el abuso sexual contra mujeres como algo normal y placentero, mostrando a las víctimas disfrutando de esa violencia.
	Disfunciones sexuales	Problemas de disfunción eréctil, una construcción del deseo sobre la base de la violencia y falta de excitación en relaciones sexuales reales en chicos.
	ITS (Infecciones de Transmisión Sexual)	Aumento de la probabilidad de contraer ITS al normalizar la ausencia de protección en las relaciones sexuales y a no tener en consideración por la salud sexual.
	Prostitución	Aumento de la probabilidad de acceso a la prostitución por parte de los chicos. También aumenta la probabilidad de las chicas de ser captadas por estas redes al normalizar la autocosificación y la automercantilización, como ocurre en plataformas como <i>OnlyFans</i> .



CATEGORÍA	CONDUCTA	DESCRIPCIÓN
Comportamiento General	Bullying y Acoso	Aumento de la probabilidad de ejercer acoso escolar y ciberacoso.
	Habilidades relacionales	Deficiencias en habilidades socioemocionales, dificultando la formación de relaciones saludables.
	Abuso de sustancias	Mayor probabilidad de consumir drogas ilegales, alcohol y tabaco.
	Agresividad	Aumento de la agresividad en general por parte de los chicos.
	Relaciones sociales	Puede disminuir la integración social de los adolescentes y el vínculo afectivo-emocional con sus familias.
Consecuencias emocionales	Impacto cerebral	Efectos adversos en el desarrollo cerebral de adolescentes, afectando a la empatía, la toma de decisiones, la memoria y la regulación emocional.
	Depresión	Aumenta la probabilidad de desarrollar depresión y síntomas psicósomáticos en adolescentes.
	Sexismo y cosificación	Influencia en la percepción de roles de género, fomentando actitudes sexistas y la cosificación de las mujeres.
	Violencia contra Mujeres	Normalización de la violencia sexual y aceptación de mitos de la cultura de la violación entre consumidores de pornografía.
	Imagen corporal y Autoestima	Efectos negativos en la percepción del propio cuerpo y la autoestima, especialmente entre las chicas, debido a expectativas irreales promovidas por la pornografía.

Fuente: Elaboración propia a partir de Alcalde (2023), Ballester *et al.* (2023), Marroquí (2023) y Fight the New Drug (n.d.-a) y (n.d.-b).

04

CAPÍTULO



“Entiendo la
pornografía como
un lenguaje de poder
masculino sobre
las mujeres”

(Rosa Cobo)

En el siguiente capítulo analizamos la estrecha e indisoluble relación entre la pornografía y la prostitución. La pornografía como “modelo” en la demanda de prostitución de los puteros e instrumento para banalizar el consumo de prostitución, y el sexo sin consentimiento. La pornografía presenta a las mujeres como una mercancía de consumo más en un negocio, por cierto, muy lucrativo y carente de regulación, relacionado con otras industrias criminales, como el de la droga, y del que se benefician muchos sectores de la economía, no solo las empresas pornográficas.

Para

SABER MÁS

sobre el porno

UN POQUITO DE HISTORIA

A partir de los años 70 y 90, conocidos como la edad dorada del porno, la pornografía se extendió por todo el planeta debido a las lógicas globalizadoras del capitalismo neoliberal (Cobo, 2016; Jeffreys, 2011).

La mutación de la industria pornográfica

A partir de este momento, la pornografía se convirtió en un sector económico crucial para la economía internacional, formando parte de la industria de la explotación sexual junto a la prostitución y la trata. Estas tres realidades están estrechamente relacionadas, ya que la pornografía actúa como una forma de adoctrinamiento hacia la prostitución, y la trata es el surtidor de las mujeres que serán explotadas en el sistema prostitucional (Torrado *et al.*, 2023; De Miguel, 2015). De esta manera, la industria se ha conformado incluyendo una gran variedad de negocios que mercantilizan los cuerpos de las mujeres (Torrado *et al.*, 2023).

SABÍAS que?

EXISTE UNA RELACIÓN ENTRE LA PORNOGRAFÍA Y LA PROSTITUCIÓN

La sociedad entiende la pornografía como una mera ficción o fantasía, sin embargo, la industria pornográfica tiene repercusiones tangibles al fomentar la prostitución. Esta conexión ha sido ampliamente estudiada en investigaciones como las de Rosa Cobo (2020) en *Pornografía: El placer del poder*, así como en investigaciones como la de Lluís Ballester, Carmen Orte y Rosario Pozo (2014) titulada *Estudio de la nueva pornografía y relación sexual en jóvenes*.

SABÍAS que?

EN SUS COMIENZOS
LA PORNOGRAFÍA ERA UN
PEQUEÑO NEGOCIO QUE
SE CONSUMÍA A TRAVÉS
DE REVISTAS FÍSICAS O
PELÍCULAS PROYECTADAS
EN ALGUNOS CINES

Primera relación

La pornografía es la pedagogía de la prostitución, al generar la demanda de hombres que luego acuden a los prostíbulos para reproducir con las mujeres prostituidas las prácticas sexuales violentas vistas en las películas pornográficas. La pornografía implica una banalización del consumo de prostitución ya que educa en que el sexo puede ser no deseado, no consentido y sin condiciones de igualdad (Rodríguez, 2020)

España, específicamente, se encuentra en el tercer lugar a nivel mundial y el primero en Europa en demanda de prostitución. Según el informe de la Organización de las Naciones Unidas (ONU) “Trata de personas hacia Europa con fines de Explotación Sexual” (2010), el 39% de hombres en territorio español ha consumido alguna vez en su vida prostitución, es decir 4 de cada 10 hombres. La industria de la prostitución, para satisfacer esta amplia demanda y la “necesidad” de los hombres de consumir constantemente mujeres nuevas, depende de la trata. Esta estrecha relación entre prostitución y trata ha sido objeto de numerosos estudios, entre los que destaca el reciente informe *TRASEX: Un estudio sobre la tra-*

ta con fines de explotación sexual en Canarias elaborado por Esther Torrado *et al.* (2023). Este estudio ofrece un análisis cuantitativo de

los principales informes nacionales e internacionales sobre este fenómeno, proporcionando datos reveladores como los siguientes:

Porcentaje de mujeres provenientes de la trata que son explotadas en la industria del sexo en Europa Occidental	Mujeres víctimas de trata en España entre 2016 y 2021	Menores víctimas de trata en España entre 2017 y 2021
66%	90%	1,9%

Fuente: Elaboración propia a partir de Torrado *et al.* (2023) con información recopilada del Balance Estadístico 2016-2020, 2017, 2021, CITCO, Ministerio del Interior y del informe Global Report on Trafficking in Persons, Oficina de las Naciones Unidas para la Droga y el Delito (2018).

Además, la trata no solo abastece la industria de la prostitución, sino que en muchas ocasiones también ha sido un proveedor para la industria de la pornografía (Gutiérrez y Cuervo, 2023; Lozano y Conellie, 2020). La investigación de Donna M Hughes, “Sex Trafficking of Women for the production of Pornography” (2010), reveló que a las mujeres que participaban en la pornografía se las engañaba haciéndoles creer que iban a ser contratadas para realizar actividades distintas a la

pornografía, o bien, sabiendo que iban a ejercer la pornografía, se les mentía acerca de las prácticas que debían realizar.

El Centro de Investigaciones Sociológicas (2023) llevó a cabo una encuesta nacional sobre la violencia sexual contra las mujeres, en la cual se incluyó una pregunta destinada a averiguar si se consideraba aceptable o no “pagar a una mujer por mantener relaciones sexuales”. Los resultados fueron los siguientes:

Aceptable pagar por prostitución	Inaceptable pagar prostitución, pero no se debe penar	Inaceptable pagar por prostitución, siempre debe penarse
28,1%	32,2%	32%

Fuente: Elaboración propia a partir de Encuesta sobre cuestiones de actualidad: la violencia sexual contra las mujeres del Centro de Investigaciones Sociológicas, CIS, (2023).

Si desglosamos las respuestas por sexo, el 29% de los hombres y el 27% de las mujeres indicaron que consideraban aceptable pagar por servicios sexuales.

Segunda relación

La mayoría de las mujeres que están en prostitución antes de iniciarse son obligadas a visualizar películas pornográficas para aprender los deseos sexuales masculinos (Cobo, 2020). Por otro lado, muchos hombres que consumen pornografía de manera habitual basan sus fantasías sexuales en lo que ven en ella, y consideran que la prostitución es el entorno ideal para llevar a cabo esas fantasías (Alario, 2018).

Tercera relación

La pornografía no solo debe verse como pedagogía, sino como prostitución filmada ya que las mujeres que participan en estas escenas son, en muchos casos, víctimas de violación, degradación y humillación, experimentando traumas similares a

los de las mujeres atrapadas en la prostitución (Cobo, 2020).

La investigadora Cathy Zimmerman (2011) ha realizado un análisis sobre las consecuencias en la salud de las mujeres que se encuentran en situaciones de trata. Este análisis proporciona una perspectiva valiosa para comprender el impacto que la prostitución filmada, o también denominada pornografía, tiene en las mujeres.

SABÍAS
que?

**EL 47% DE MUJERES
EN SITUACIÓN DE
PROSTITUCIÓN SE
HAN VISTO OBLIGADAS
POR LOS PUTEROS A
HACER LO QUE ELLOS
HABÍAN OBSERVADO
ANTERIORMENTE EN
PORNOGRAFÍA**

(Farley, 2007)

VIOLENCIAS SUFRIDAS	ALGUNOS EJEMPLOS
Violencia psicológica	● Intimidación para llevar a cabo prácticas ● Amenazas contra seres queridos ● Mentiras, engaños, chantajes para desalentar la búsqueda de ayuda de las autoridades
Violencia física	● Sometimiento a tortura ● Ataques físicos con o sin arma ● Privación (sueño, comida, luz, necesidades básicas)
Abusos sexuales	● Sexo forzado y coaccionado: violación vaginal, anal y grupal ● Acceso limitado a productos de salud sexual o reproductivos ● Humillación sexual, desnudez forzada
Consumo forzado de sustancias	● Administración no consentida y uso coercitivo de alcohol o medicamentos
Aislamiento	● Confinamiento o vigilancia cuando da libertad de movimiento ● Restricción del contacto interpersonal ● Negación o control de acceso a la información
Condiciones abusivas de vida	● Horas de trabajo abusivas ● Condiciones antihigiénicas en el espacio donde se filma ● Exposición a condiciones ambientales adversas (calor, frío)

Fuente: Elaboración propia a partir de Zimmerman (2011)



Cuarta relación

No solo los hombres transitan de la pornografía a la prostitución; las mujeres que participan en la pornografía y prostitución transitan de un mundo a otro según la demanda del mercado (Farley *et al.*, 2022; Cobo, 2020). Estas mujeres son tratadas como mercancías, intercambiadas y vendidas entre proxenetas de la prostitución y proxenetas de la pornografía. Este intercambio con la prostitución es inevitable debido a la dificultad

para satisfacer la creciente demanda de contenidos pornográficos, lo que perpetúa la explotación sexual (Gutiérrez y Cuervo, 2023).

No obstante, no solo se han creado narrativas pornográficas utilizando a mujeres prostitutas, sino que dentro de las plataformas pornográficas se pueden encontrar videos que muestran mientras están siendo explotadas por puteros (Gutiérrez y Cuervo, 2023).

RELACIÓN ENTRE LA PORNOGRAFÍA Y LA PROSTITUCIÓN

Las mujeres están expuestas no solo a la violencia sexual ejercida por parte de los demandantes de prostitución. También deben enfrentar diversas formas de violencias que sufren por parte de tratantes y proxenetas, quienes las someten a un protocolo de violencia física, sexual y psicológica. Este conjunto de abusos ha sido identificado por la socióloga Esther Torrado (2017) como “castigos de género”, con el objetivo de forzar a las mujeres y a las niñas a adoptar un papel de sumisión y subordinación.



Los castigos *de género*

Características:

1 **Son impredecibles e incontrolables:** Las mujeres y niñas no saben cuándo sufrirán estos castigos.

2 **Generan un estado de terror sexual:** Las mujeres y niñas permanecen en alerta y miedo continuo.

3 **Generan una indefensión aprendida:** Las mujeres y niñas empiezan a creer que, independientemente de lo que hagan, nada puede frenar la violencia que sufren (Walker, 1979).

SABÍAS
que?

EL 49% DE LAS MUJERES EN PROSTITUCIÓN
HAN TRANSITADO A LA PORNOGRAFÍA.

(Farley, 2007)

Un caso particular: las mujeres migrantes

explotadas *sexualmente*

Un caso particular de quienes experimentan castigos de género son las mujeres y niñas migrantes que son explotadas sexualmente en España (Torrado, 2017). Durante su tránsito migratorio, están expuestas a un *continuum* de violencia que abarca desde la violencia física y sexual, hasta la esclavitud y la servidumbre. En muchas ocasiones, se ven obligadas a mendigar como parte de su explotación. Además, muchas llegan a España embarazadas como resultado de violaciones, las cuales forman parte del pago de su pasaje. Esto garantiza que tratantes y proxenetas puedan asegurar que las mujeres ingresen al territorio español sin correr el riesgo de ser deportadas. Según la normativa de extranjería española, cuando se trata de mujeres embaraza-

SABÍAS
que?

CON EL CONSUMO
DE PORNOGRAFÍA SE ESTÁ
CONTRIBUYENDO A FINANCIAR
Y DESARROLLAR LA
ECONOMÍA CRIMINAL



das, la deportación no puede llevarse a cabo debido al riesgo que representa para la salud de la madre como para la del bebé.

A pesar de que hombres y mujeres enfrentan vulnerabilidades en los procesos migratorios, las mujeres están expuestas con mayor frecuencia a una violencia que sufren simplemente por ser mujeres y ser consideradas inferiores, sujetas al poder de los hombres (Torrado, 2017). El nivel de violencia al que están expuestas las mujeres y niñas en estos procesos es tan alto que en muchos casos no son captadas para ser explotadas sexualmente en sus países de origen, sino que las redes de trata las reclutan durante su tránsito.

*** El negocio de la pornografía carece de regulación**, lo que permite la utilización utilizarse de cualquier mujer, ya sea mayor o menor de edad, siempre y cuando sea a bajo coste.

*** Esta industria se relaciona con otras industrias criminales, como el tráfico de drogas.** El consumo de sustancias

estupefacientes es común, ya que se emplea como herramienta para desinhibir y mejorar el rendimiento sexual de quienes graban las escenas, o para mitigar los dolores que enfrentan las mujeres al llevar a cabo prácticas de riesgo.

*** Los beneficios obtenidos por estas empresas no suelen ser declarados y provienen de fuentes ilícitas.**

*** Con el consumo se está promoviendo y financiando la explotación sexual infantil.** Los pornófilos han encontrado en Internet una nueva herramienta para localizar nuevas víctimas. Su *modus operandi* consiste en analizar los perfiles de redes sociales de niñas y niños para conocer sus intereses. Luego, establecen contacto haciéndose pasar por menores de edad y, cuando la relación está consolidada, chantajea a la víctima para que realice prácticas no deseadas que grabarán y comercializarán. Esta forma de violencia sexual es conocida como *grooming*. La pornografía



SABÍAS que?

LAS TRES EDADES MÁS COMUNES EN LAS QUE LOS HOMBRES BUSCAN PORNOGRAFÍA EN INTERNET SON TRECE, CATORCE Y DIECISÉIS AÑOS

infantil es altamente consumida, ya que, como señala Rosa Cobo (2020, pp.199-200), “el contenido de adolescentes ha sido siempre el nicho más competitivo y popular en la industria de los adultos”.

*** El consumo de pornografía está financiando una red global de empresas pornográficas.**

Esta industria se ha convertido en una estrategia de desarrollo para algunos países del mundo, formando redes globales de empresas pornográficas interconectadas (Cobo, 2020). Estas empresas, ya sean de propiedad privada individual o perteneciente a corporaciones, practican la deslocalización (Jeffreys, 2011). Así, para reducir costos, trasla-

dan su producción hacia países del Sur Global, donde ven en la industria pornográfica una oportunidad para sobrevivir ante el alto desempleo y las altas tasas de pobreza. Además, son países donde los Derechos Humanos son sistemáticamente incumplidos, lo que permite grabar sin límites ni control y someter a las mujeres a mayores prácticas violentas y sádicas (Gutiérrez y Cuervo, 2023). Con esta deslocalización, la industria pornográfica opera de la siguiente manera: una imagen puede crearse en un país, sobre todo en aquellos con altas cotas de pobreza, alojarse en un sitio web de un país distinto y ser vista por personas que viven en países diferentes (Cobo, 2020, p.196).



ALGUNOS DATOS ECONÓMICOS SOBRE ESTA INDUSTRIA

La recaudación de la industria de la pornografía global recauda más ingresos que la suma de los ingresos de Microsoft, Google, Amazon, eBay, Apple y Netflix (Gabriel, 2017).

Ingresos generados por la pornografía mundialmente	Gastos al segundo de los consumidores de pornografía	Ingresos generados por el porno amateur
4.900 millones de dólares	3.075,64 dólares	1.000 millones de dólares

Fuente: Elaboración propia a partir de Gabriel (2017) y Cobo (2020).

¿Quién gana y quién pierde con la *pornografía*?

Ganan los países industrializados y sus empresas son los principales beneficiarios de la industria pornográfica. Es en los países industrializados donde se ha identificado la mayor tendencia en términos de producción y de consumo pornográficos. Los diez países donde se alojan más sitios web con contenido pornográfico son: Estados Unidos, Alemania, Francia, Japón, Australia, Canadá, las Islas Vírgenes británicas y la República Checa (Gabriel, 2017). Dentro de estos países hay numerosos sectores de la economía que se benefician, no solo las empresas pornográficas:

- * **Las compañías de tarjetas de crédito**, al ser la forma de pago más usual.
- * **La industria hotelera**, ofrece a sus clientes acceso películas pornográficas.
- * **Grandes conglomerados** de diferentes sectores que invierten acciones en productoras pornográficas.
- * **Medios de comunicación**, obtienen financiación al promocionar sitios web pornográficos.

Pierden los menores y adolescentes. En los últimos años se ha demostrado que la pornografía es altamente consumida por menores y adolescentes de ambos sexos. Este consumo tiene cada vez un mayor impacto en sus prácticas sexuales, ya que trasladan lo que visualizan en la pornografía a sus relaciones íntimas.

- 1) La pornografía presenta como normales prácticas de alto riesgo, los adolescentes pueden normalizar comportamientos violentos en sus relaciones.
- 2) La pornografía perpetúa la idea de que el placer sexual pertenece únicamente a los hombres. Esta visión de la sexualidad refuerza los estereotipos de género y la desigualdad.
- 3) La pornografía promueve prototipos idealizados del cuerpo, tanto masculino como femenino, que suelen estar extremadamente sexualizados. Estos estándares irreales puede generar sentimientos de malestar, ansiedad y frustración.

05

CAPÍTULO



“La pornografía
es la teoría, la
violación es la
práctica”

(Andrea Dworkin)

Fomentar que la gente joven se cuestione sus propias decisiones y sea consciente de cómo les condiciona el entorno; cómo reaccionar si detectas en tu entorno que alguien tiene un problema con el consumo de pornografía, y cómo actuar y a dónde acudir en estos casos son algunas de las cuestiones que se abordan en el siguiente capítulo.

Helps!

BUSCAR AYUDA

y alternativas al porno

**Veo pornografía
porque otros
la ven.**

**Elemental, mi
querido Watson**

La presión social puede ejercer una gran influencia en nuestras decisiones, incluso en el consumo de pornografía. Si la juventud se pregunta: “¿Veo pornografía simplemente porque otros también lo hacen?”, es momento de reflexionar sobre sus motivaciones y cómo la influencia de los demás puede afectarlas.

INFLUENCIA DEL GRUPO DE IGUALES

Hay que reconocer que las acciones de amistades y personas de su entorno pueden influenciar mucho a la juventud a la hora de comportarse. Sin embargo, es importante que se les enseñe a distinguir entre lo que realmente quieren hacer y lo que sienten que deben hacer debido a las expectativas que el resto de las personas depositan sobre ellos y ellas.



Pregúntales

¿Tu consumo de pornografía es algo que realmente te interesa?

¿Es una forma de “encajar” y sentirse parte de un grupo?

¿Lo haces porque es lo “normal”?

AUTOCONOCIMIENTO

Es esencial fomentar la reflexión sobre sus propios valores y creencias. ¿El consumo de pornografía está en conflicto con ellos y ellas? Si es así, podría ser el momento de reconsiderar sus acciones.

Es importante recordarles que poseen el poder de tomar sus propias decisiones. No están obligados/as a consumir pornografía solo porque otras personas lo hagan. La sexualidad es algo personal y la forma en que se elige explorarla es individual. Además, deben tener en cuenta a las otras personas involucradas, respetando su dignidad y sus límites.

“NUNCA ANTES LOS NIÑOS HABÍAN SIDO CRIADOS EN UNA CULTURA QUE LOS BOMBARDEA DIARIAMENTE CON IMÁGENES HIPERSEXUALIZADAS. HEMOS ENTRADO EN UNA ERA ÚNICA QUE DESAFÍA A LOS PADRES A ACTUAR DE FORMAS NUEVAS, ATREVIDAS Y VALIENTES” (Dr. Gail Dines)

SI MIS AMIGOS VEN PORNO, ¿QUÉ LES DIGO?

Si chicos y chicas sienten comodidad al hablar sobre este tema con sus amistades, pueden iniciar una conversación abierta y honesta sobre la pornografía. No se trata de juzgar, sino de compartir perspectivas y fomentar una reflexión crítica sobre lo que consumen y cómo podría influir en sus actitudes y comportamientos.

Coméntales

Anima a tus amistades a cuestionar lo que ven en la pornografía, especialmente las representaciones de violencia o agresión y cosificación de las mujeres.

Discute la importancia del consentimiento, el deseo, el respeto y la responsabilidad afectiva en todas las relaciones sexuales.

Si la conversación surge, que proporcionen información sobre los efectos negativos del consumo de pornografía y la importancia de una educación sexual saludable. Pueden sugerir recursos o sitios web que ofrezcan una perspectiva más sana y realista sobre la sexualidad y las relacio-

nes sexuales. Al igual que sus amistades ejercen influencia sobre ellos y ellas, ese poder también lo tienen y pueden marcar la diferencia y ser una influencia positiva para cambiar la forma en que entienden la sexualidad y las relaciones sexuales en su grupo de iguales.

HOUSTON, TENEMOS UN PROBLEMA

¿Cuándo vi pornografía
por primera vez, vi violencia?

¿Y ahora, veo violencia
cuando veo porno?

¿Estoy normalizando la
violencia?

Chicos y chicas pueden reflexionar sobre la primera vez que vieron pornografía. ¿Qué vieron exactamente y cómo se sintieron al respecto? Si hubo violencia o agresión, ¿cómo reaccionaron ante esas imágenes?

Que reconozcan las emociones que sintieron, si hubo incomodidad, miedo o confusión, es importante que entiendan que esos sentimientos son totalmente normales, válidos y comunes.

Además, deben preguntarse sobre el tipo de contenido que consumen ahora. ¿Notan un cambio en su tolerancia hacia la violencia o las agresiones en la pornografía? ¿Se han encontrado justificando o minimizando actos de violencia?

Considera la reflexión sobre si el consumo regular de pornografía ha cambiado su percepción de lo que es aceptable o normal en las relaciones sexuales. La normalización de la violencia suele ir en escalada y ser gradual, aceptando como normales conductas cada vez más violentas (Ballester *et al.*, 2023). No sentir nada o, incluso, que se exciten con el hecho de que otra persona sufra violencia puede generar diversos problemas psicológicos y físicos, tanto a la propia persona como con las que se relaciona, si se da el caso puede ser necesaria la ayuda profesional. Sin culpabilizar y con asertividad, guía al chico o chica a tomar acciones para mejorar su bienestar físico, emocional y sexual.

¿JUSTIFICA
LA PORNOGRAFÍA

**mis
conductas
violentas**

EN LAS
RELACIONES
SEXUALES?

Es crucial entender que la pornografía no debe ser una guía para el comportamiento sexual en la vida real. El contenido violento o agresivo en la pornografía no justifica ni valida comportamientos similares en las relaciones sexuales. La violencia nunca es aceptable, y el consentimiento y la comunicación son fundamentales en todas las interacciones sexuales.

Tienen la responsabilidad de tratar a sus parejas con respeto y responsabilidad afectiva, así como el derecho a ser tratados y tratadas con la misma consideración y en igualdad. Independientemente de lo que hayan visto en la pornografía, es su deber asegurarse de que todas las actividades sexuales sean consentidas, deseadas, seguras y respetuosas.

**HELP!
I NEED SOMEBODY**

**¿QUÉ HACER
CUANDO
SE DETECTA
EL PROBLEMA?**



Reconocimiento e identificación *de problemas*

El primer paso es reconocer y aceptar que están cuestionando su consumo de pornografía. Esto es un signo de autoconsciencia

y el primer paso hacia el entendimiento de su propio comportamiento y la sanación de la conducta adictiva y dañina.



**Si se
preguntan...**

¿Veo demasiado porno?

Es importante abordar esta inquietud con honestidad y reflexión, ya que es el primer paso para el cambio.

REFLEXIONA SOBRE CÓMO EL CONSUMO DE PORNOGRAFÍA AFECTA SU VIDA

A

- 1) ¿Interfiere con sus relaciones personales, estudios, trabajo o bienestar emocional?
- 2) ¿Existen situaciones o estados de ánimo que fomenten su consumo de pornografía?
- 3) ¿Se sienten culpables o sienten vergüenza después de ver porno?

Considera si sienten una necesidad compulsiva de ver pornografía o si les resulta difícil dejar de verla, incluso, cuando quieren hacerlo.

Que reflexionen sobre si el consumo de pornografía ha tenido consecuencias negativas en la percepción de su sexualidad, sus relaciones o su autoestima.

CONFRONTANDO LA NORMALIZACIÓN

Un paso importante para avanzar es que reconozcan si han comenzado a normalizar la violencia en la pornografía y cómo esto podría estar influyendo en su comportamiento y expectativas sexuales. Es fundamental informar a la juventud sobre relaciones y prácticas sexuales saludables y consensuadas. La educación sexual integral puede ofrecer una perspectiva más equilibrada y realista, así como servir de alternativa a la violencia sexual pregonada por la pornografía.

Para cambiar esta normalización será necesario, al igual que ocurre con otras adicciones, cortar con

la visualización de estos contenidos y la introducción de nuevos hábitos. Dependiendo del nivel en el que se encuentren y de si han desarrollado una adicción, es posible que las imágenes sigan en su cabeza durante un largo tiempo, pero su superación es posible. La información sobre lo que están experimentando, por qué consumen pornografía y los efectos que esta produce es crucial. Conciencia a chicos y chicas en esta situación a que busquen ayuda profesional que les guíe en este proceso, les ayude a indagar sobre los desencadenantes y que juntos tracen un plan de recuperación efectivo.

PILARES DE UNA SEXUALIDAD SALUDABLE EN RELACIONES DE IGUALDAD Y LIBERTAD

- 1.) EL VÍNCULO SEGURO Y EL RESPETO.
- 2.) EL CONSENSO DE PRÁCTICAS, EL CONSENTIMIENTO SEXUAL NO VICIADO POR SITUACIONES DE PODER O DOMINIO.
- 3.) EL PLACER COMPARTIDO, ES DECIR, QUE EL PLACER DE LA MUJER, EN ORIENTACIONES SEXUALES DIVERSAS, TAMBIÉN SE EXPRESE, SIN QUE HAYA UNA JERARQUÍA DOMINANTE CLARAMENTE MASCULINIZADA.

(Ballester *et al.*, 2023)

A través de reforzar estos nuevos contenidos alternativos y de no consumir pornografía, se estimulan nuevas conexiones neuronales para reconfigurar el sistema de recompensa cerebral, reforzando las conexiones vinculadas a estos nuevos hábitos y debilitando las que produce el consumo de pornografía (Alcalde, 2023). La introducción de unos contenidos culturales que no reproduzcan los mismos valores observados en la pornografía y que promuevan una sexualidad sana es también esencial, no solamente se trata de eliminar un hábito, sino que hay que reemplazarlo por otro saludable, a la vez que se indagan y comprenden los problemas psicológicos subyacentes y se explora el contexto social dentro del cual se ha desarrollado.

POR UNA SEXUALIDAD SANA, LIBRE Y CONSENSUADA

CUERPOS	INTERACCIONES RESPETUOSAS	CONSENTIMIENTO	SALUD SEXUAL
Los cuerpos humanos son diferentes en formas, tamaños, etnias y edades.	Las interacciones físicas deben ser expresiones de afecto y respeto mutuo.	Ambas personas deben expresar su consentimiento mutuo, libre de cualquier coerción, presión o influencia de sustancias.	Es esencial discutir y acordar métodos anticonceptivos y prácticas seguras antes de iniciar una relación sexual.
Es común tener cicatrices, pecas, manchas, estrías, lunares... Es natural tener vello corporal, incluido el vello púbico.	Las actividades sexuales deben ser consensuadas, buscando el placer mutuo y respetando los límites personales de todas las personas implicadas.	Ambas personas deben comunicarse abiertamente antes de iniciar cualquier actividad sexual, asegurándose de que ambos deseen realizarla.	Conversar sobre la salud sexual, que debe incluir temas como ITS (Infecciones de Transmisión Sexual), historial sexual y cualquier preocupación de salud relevante.
Tener alguna discapacidad no disminuye el valor ni la capacidad de una persona para experimentar y disfrutar de su sexualidad.	El deseo mutuo de que la pareja experimente placer es fundamental para una relación sexual sana y positiva.	Es importante mantener la comunicación durante las relaciones sexuales para asegurarse de que ambas partes se sientan cómodas y disfruten de la experiencia.	Ambos deben estar informados sobre las opciones disponibles y elegir juntos la más adecuada.

CUERPOS	INTERACCIONES RESPETUOSAS	CONSENTIMIENTO	SALUD SEXUAL
Reconocer y aceptar la heterogeneidad corporal no estereotipada es esencial para desarrollar una autoestima saludable y relaciones interpersonales positivas.	Cualquier forma de interacción debe estar libre de violencia y coerción, el respeto es primordial.	Si alguna de las partes se siente incómoda o desea parar, es crucial que el otro respete inmediatamente su decisión sin presión, coerción o chantaje emocional.	Es primordial no esconder ni mentir a la otra persona sobre prácticas que se realicen o hayan realizado. Las personas deben poder elegir en total libertad a la hora de acceder a tener relaciones sexuales, al mentir se les está quitando esa libertad.

Fuente: Elaboración propia a partir de Alcalde (2023), Ballester *et al.* (2023), Marroquí (2023), Moreno *et al.* (2024) .

Habla sobre tus preocupaciones con alguien de confianza, como un/a amigo/a, familiar o profesional de la salud mental o pide ayuda en alguno de los recursos.

Finalmente, haz que se cuestionen si están contribuyendo a un sistema que no respeta la dignidad y el consentimiento de todas las personas. Si es así, no tienen que culpabilizarse, hay una industria muy poderosa detrás para que esto sea así, pero ahora tienen el conocimiento y deben actuar en consecuencia. Explícales que cada decisión que toman y cada acción que llevan a cabo puede contribuir a un cambio positivo.

Es importante generar un pensamiento crítico sobre el contenido que consumen y cómo este influye no solo a nivel individual, sino también a las personas a su alrededor. Tener un conocimiento más fiel de la realidad los debe impulsar a actuar con responsabilidad, optando por no perpetuar los comportamientos dañinos que hemos identificado y avanzar hacia relaciones y sociedades más respetuosas e igualitarias.

DÓNDE ACUDIR PARA SOLICITAR INFORMACIÓN, AYUDA O DENUNCIAR

**ciberacoso, propuestas
sexuales inadecuadas o
explotación y violencia sexual**

Si eres educador/a, madre, padre u otro/a familiar que necesita ayuda, asesoramiento, o simplemente quiere denunciar problemas en Internet, ciberacoso, o

difusión de imágenes sin consentimiento, te proporcionamos una serie de recursos y fuentes de información que te serán de gran utilidad.

RECURSOS

RECURSO	CONTACTO Y DIRECCIÓN	SERVICIO QUE OFRECE
Fundación ANAR	● Teléfono: 900 20 20 10 ● Horario: todos los días del año, las 24 horas de manera ininterrumpida. ● E-mail: formulario de contacto https://www.anar.org/contacto/ ● Dirección web y chat: https://www.anar.org/	Atención gratuita y confidencial ofrecida por psicólogos/as a través de todas sus líneas de contacto (chat, teléfono, email) para cualquier problema (agresión sexual, ciberacoso, problemas con amistades, de sexualidad, abandono, etc.) que pueda afectar a menores de edad. Servicios dirigidos a menores de 18 años o a personas adultas con consultas en relación con menores de edad.
Centro Nacional de Innovación e Investigación Educativa del Ministerio de Educación	● Teléfono: 900 018 018 ● Horario: 24 horas 365 días del año ● Dirección web: https://www.educacionyfp.gob.es/mc/sgctie/acoso-escolar.html	Se trata de un servicio gratuito y anónimo, ofrecido por profesionales del trabajo social, de sociología, psicopedagogía, juristas y psicología para personas que conozcan situaciones de acoso escolar y/o malos tratos, así como de maltrato físico, social, sexual, acoso verbal y ciberacoso, en el ámbito escolar en España, tanto fuera como dentro del aula.
Instituto Nacional de Ciberseguridad (INCIBE)	● Teléfono: 900 116 117 (llamada gratuita) ● Horario: de 9:00 a 21:00 durante todos los días del año ● E-mail: incidencias@incibe-cert.es ● Dirección web: https://www.incibe.es/menores/	Servicios para educadores/as, familias y jóvenes. Ayuda sobre ciberseguridad a través de su teléfono gratuito. Atención gratuita y confidencial por parte de un equipo multidisciplinar (psicólogos/as, asesoramiento legal y personas expertas en seguridad IT).

RECURSO	CONTACTO Y DIRECCIÓN	SERVICIO QUE OFRECE
Violencia y ciberviolencia de género	● Teléfono: 016 ● WhatsApp: 600 000 016 ● E-mail: 016-online@igualdad.gob.es ● Dirección web: https://violenciagenero.igualdad.gob.es/informacionUtil/recursos/telefono016/home.htm	Servicio telefónico de información, de asesoramiento jurídico y de atención psicosocial inmediata por personal especializado a todas las formas de violencia contra las mujeres.
Prevención del suicidio	● Teléfono contra el suicidio de Ministerio de Sanidad: 024 ● Web: https://www.sanidad.gob.es/linea024/home.htm ● Teléfono de la Esperanza: 717 003 717 ● Web: https://telefonodelaesperanza.org/	Línea telefónica de ayuda a las personas con pensamientos, ideaciones o riesgo de conducta suicida, y a sus familiares y allegados. Es gratuita, anónima y confidencial. Su objetivo es abordar de forma urgente, gratuita, anónima y especializada las situaciones de crisis emocionales.
Fundación FAD	● Teléfono: 900 16 15 15 ● WhatsApp (si tienes entre 15 y 29 años): 623 22 05 70 ● WhatsApp: 681 155 160 ● Horario: De lunes a viernes de 9 a 21 horas ● E-mail: consultas@fad.es ● Dirección web: https://fad.es/	Fundación contra las drogadicciones y conductas de riesgo que ofrece un servicio gratuito de información y orientación gratuito, confidencial y anónimo. Está atendido por profesionales especialistas y un equipo de voluntariado formado. Ofrecen apoyo a jóvenes de 16 a 29 años que necesiten orientación y apoyo psicológico ante situaciones de malestar emocional y social. También a familias que necesiten orientación para afrontar situaciones y problemas surgidos en el ámbito familiar. Y a cualquier persona que necesite asesoramiento sobre cómo actuar ante problemas relacionados con el consumo de drogas y otras conductas de riesgo.

RECURSO	CONTACTO Y DIRECCIÓN	SERVICIO QUE OFRECE
Policiales	POLICÍA NACIONAL ● E-mail: pornografia.infantil@policia.es ● Formulario online: https://www.policia.es/es/colabora_informar.php GUARDIA CIVIL ● E-mail: pornografia-infantil@guardiacivil.org ● Formulario de hechos delictivos e infracciones en general.: https://www.guardiacivil.es/es/colaboracion/form_contacto/index.html CANAL COMPLEMENTARIO PARA CONTACTAR CON LA POLICÍA NACIONAL Y LA GUARDIA CIVIL ● Aplicación móvil AlertCops https://alertcops.ses.mir.es/publico/alertcops/queEs.html (disponible en diferentes idiomas, además de español) ● Instituto Nacional de Ciberseguridad (INCIBE) ● Formulario para el reporte de contenido de abuso sexual infantil (CASI): https://www.incibe.es/menores/reporte-abuso	A través del formulario online de la Policía Nacional, de la Guardia civil y del Instinto Nacional de Ciberseguridad (INCIBE) puedes colaborar informando de manera anónima si has encontrado pornografía infantil en internet o en redes sociales. También a través de la Policía Nacional puedes realizar comunicaciones sobre delitos de amenazas, extorsiones, calumnias o injurias cometidos a través de las Tecnologías de la Información y la Comunicación. También realizar comunicaciones sobre suplantación de identidad, sustracción de cuentas de correo electrónico, etc. Todo ello, a través del siguiente enlace: https://www.policia.es/es/colabora_informar.php?strTipo=CGPJDT +info: sobre cómo actuar si te encuentras pornografía infantil en internet o redes sociales: https://www.rtve.es/noticias/20231215/pornografia-infantil-como-actuar-si-encuentras-redes-sociales/2466957.shtml#:~:text=La%20Polic%C3%ADa%20Nacional%20pone%20a%20denunciar%20rellenando%20este%20formulario%20online.

RECURSO	CONTACTO Y DIRECCIÓN	SERVICIO QUE OFRECE
Denuncias en redes sociales	● Reportar en Instagram suplantación de identidad: https://help.instagram.com/446663175382270 ● Reportar en Instagram violencia, autolesiones, desnudos o pornografía, etc.: https://help.instagram.com/contact/383679321740945 ● Reportar en Facebook: https://www.facebook.com/help/www/263149623790594/ ● Reportar en X (Twitter) suplantación de identidad: https://help.twitter.com/es/safety-and-security/report-x-impersonation ● Reportar en X (Twitter) acoso, odio, explotación sexual, información privada, etc.: https://help.twitter.com/es/forms/safety-and-sensitive-content/private-information ● Retirar información del buscador de Google: https://support.google.com/websearch/troubleshooter/3111061?hl=es	A través de estos formularios podrás realizar denuncias sobre contenidos inapropiados como desnudos o pornografía, violencia, autolesiones, suplantación de identidad, perfiles falsos, imágenes compartidas sin tu consentimiento, etc.
Canal Joven Agencia Española de Protección de Datos (Tú decides en internet)	● Teléfono: 900 293 621 ● WhatsApp: 616 172 204 ● Horario: lunes a viernes de 9:00 a 14:30 horas. ● E-mail: canaljuven@agpd.es ● Dirección web: https://www.tudecideseninternet.es/	En esta web se pueden encontrar vídeos didácticos, guía para centros educativos, información para familias y profesorado, para jóvenes, etc. También se puede encontrar información jurídica, legislación al respecto, etc.
Pantallas Amigas	● Teléfono: 605 728 121 ● E-mail: info@pantallasamigas.net ● Dirección web: https://www.pantallasamigas.net/	Organización que promueve el uso seguro y saludable de Internet y otras TIC, así como el fomento de la ciudadanía digital responsable en la infancia y la adolescencia. En su web pueden encontrarse diversas guías e información sobre cyberbullying, sexting, sextorsión, grooming, seguridad y privacidad.

RECURSO	CONTACTO Y DIRECCIÓN	SERVICIO QUE OFRECE
Culture Reframed	● Dirección web: https://culturereframed.org/ ● Instagram: https://www.instagram.com/culturereframed/	Aunque está en inglés, contiene recursos muy interesantes tanto para educadores/as como para familias, además de cursos, artículos, etc.
Fight the New Drug (FTND)	● Dirección web: https://es.fightthenewdrug.org ● Instagram: https://www.instagram.com/fightthenewdrug/	Organización sin ánimo de lucro que existe para proporcionar a las personas la oportunidad de tomar una decisión informada respecto a la pornografía, sensibilizando sobre sus efectos nocivos utilizando únicamente la ciencia, los hechos y relatos personales.
Observatorio de la Imagen de las Mujeres	● Teléfono: 900 191 010 ● E-mail: Observatoriolimagen@inmujeres.es ● Dirección web: https://www.inmujeres.gob.es/observatorios/observimg/quejas/home.htm	Entidad adscrita al Instituto de las Mujeres que recoge todas aquellas quejas sobre contenidos publicitarios y de los medios de comunicación que sean sexistas o se basen en imágenes estereotipadas de las mujeres. En la queja se debe realizar una descripción detallada del contenido denunciado y una imagen de este.
Observatorio de Igualdad de Género en el Ámbito de la Cultura	● Dirección web: https://www.cultura.gob.es/cultura/mc/espacio-de-igualdad/observatorio-igualdad-genero-cultura/informes.html	Órgano de asesoramiento del Ministerio de Cultura y Deporte que monitoriza la igualdad de oportunidades en todas las manifestaciones culturales, impulsa la presencia de las mujeres y propone nuevas acciones en políticas. En su página web se pueden encontrar numerosos informes sobre el nivel de igualdad que existe en manifestaciones culturales (industria de la música, artes escénicas, el mundo editorial, videojuegos etc.)

Fuente: Elaboración propia a partir de los recursos citados.

BIBLIOGRAFÍA

de referencia

- Alarcón, R., de la Iglesia, J., Casado, N. y Montejo, A. (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>
- Alario, M. (2018). La influencia del imaginario de la pornografía hegemónica en la construcción del deseo sexual masculino prostituyente: un análisis de la demanda de prostitución. *Asparkia*, 33(4), 61-76. <https://doi.org/10.6035/Asparkia.2018.33.4>
- Alario, M. (2021). *Política sexual de la pornografía: Sexo, desigualdad, violencia*. Cátedra.
- Albury, K. (2014). Porn and sex education, porn as sex education. *Porn Studies*, 1(1-2), 172-181. <https://doi.org/10.1080/23268743.2013.863654>
- Alcalde, L. M., y Expósito, M. (2023). Dejar el porno: recablear el cerebro. *Nuestro tiempo. Revista cultural y de cuestiones actuales*, 8 (716).
- Pueyo, A., Nguyen Vo, T., Rayó Bauzá, A. y Redondo Illescas, S. (2020). *Análisis empírico integrado y estimación cuantitativa de los comportamientos sexuales violentos (no consentidos) en España: Violencia sexual en España: una síntesis estimativa*. GEAV (Grupo de Estudios Avanzados en Violencia). Ministerio del Interior.
- Aránguez, T. (2023). Onlyfans. La uberización de la pornografía en Aránguez, T. y Olariu, O. (Coords.), *Ensayos ciberfeministas* (pp.99-119). Dickinson.

- Ballester, L., Dosil-Santamaria, M., Villena, A. M., y Testa, G. (2023). La nueva pornografía online y los procesos de naturalización de la violencia sexual. En A. Gutiérrez (coord.) *Una mirada interdisciplinar hacia las violencias sexuales* (pp. 233-250). Octaedro
- Ballester, L., Rosón Varela, C., Facal Fondo, T., y Gómez Juncal, R. (2022). Nueva pornografía y desconexión empática. *Atlánticas. Revista Internacional De Estudios Feministas*, v6, 1, 67-105. <https://doi.org/10.17979/arief.2021.6.1.7075>
- Ballester, L. y Orte, C. (2019). *Nueva pornografía y cambios en las relaciones interpersonales*. Octaedro Editorial.
- Ballester, L., Orte, C. y Pozo, R. (2014). Estudio de la nueva pornografía y relación sexual en jóvenes. *Revista Andaluza de Ciencias Sociales*, 13, 168-178. https://institucional.us.es/revistas/anduli/13/10_Anduli_2014_Ballester_Orte_Pozo.pdf
- Ballester, L., Rosón, C., y Gómez, J. (2020). *Pornografía y educación afectivo-sexual*. Octaedro.
- Ballester-Arnal, R., Castro Calvo, J., Gil-Llario, M. D., y Gil-Julia, B. (2017). Cybersex Addiction: A Study on Spanish College Students. *Journal of sex y marital therapy*, 43(6), 567-585. <https://doi.org/10.1080/0092623X.2016.1208700>
- Bates, S. (2017). Revenge porn and mental health: A qualitative analysis of the mental health effects of revenge porn on female survivors. *Feminist Criminology*, 12(1), 22-42. <https://doi.org/10.1177/1557085116654565>
- Böthe, B., Tóth-Király, I., Zsila, Á., Griffiths, M. D., Demetrovics, Z., y Orosz, G. (2018). The Development of the Problematic Pornography Consumption Scale (PPCS). *Journal of sex research*, 55(3), 395-406. <https://doi.org/10.1080/00224499.2017.1291798>
- Bridges, A. J., Sun, C. F., Ezzell, M. B., y Johnson, J. (2016). *Sexual Scripts and the Sexual Behavior of Men and Women Who Use Pornography. Sexualization, Media, y Society*, 2(4). <https://doi.org/10.1177/2374623816668275>
- Centro de Investigaciones Sociológicas. (2023). *Encuesta sobre cuestiones de actualidad: la violencia sexual contra las mujeres* https://www.cis.es/documents/d/cis/es3393marmt_a

- Cobo, R. (2016). *La prostitución en el corazón del capitalismo*. Editorial Catarata
- Cobo, R. (2018). Prostitución y capitalismo global en Forum de Política Feminista (Ed.) *Pornografía, Prostitución, trata y vientres de alquiler*.
- Cobo, R. (2020). *Pornografía. El placer del poder*. Ediciones B.
- De Miguel, A. (2012). La prostitución de mujeres, una escuela de desigualdad humana. *Revista Europea de Derechos Fundamentales*, (19), 49-74. _
- De Miguel, A. (2015). *Neoliberalismo sexual: el mito de la libre elección*. Ediciones Cátedra.
- Dworkin, A. (1981). *Pornography: Men Possessing Women*. The Women's Press.
- Díaz, C., Torrado, E. y Gutiérrez, J. (2023). El consumo de pornografía en adolescentes y jóvenes: un análisis con perspectiva de género de las características y perfiles de consumidores. *Journal of Feminist, Gender and Women Studies*, (15), 36-55. <https://doi.org/10.15366/jfgws2023.15.002>
- Díaz, C., Torrado, E. y Gutiérrez, J. (2024). *Lesbianas, maduras, tríos y anal: un análisis de contenido de las categorías pornográficas más vistas en España*. [Artículo inédito]. Universidad de La Laguna.
- Farley, M. (2007). Renting an Organ for Ten Minutes: What Tricks Tell us about Prostitution, Pornography, and Trafficking. En E. Guinn, *Pornography: Driving the Demand for International Sex Trafficking*. Captive Daughters Media.
- Farley, M. y Donevan, M. (2021). Reconnecting Pornography, Prostitution, and Trafficking: "The experience of being in porn was like being destroyed, run over, again and again". *Atlánticas. Revista Internacional de Estudios Feministas*, 6(1), 30-66. <https://dx.doi.org/10.17979/arief.2021.6.1.7312>
- Favaro, L. y De Miguel, A. (2016). ¿Pornografía feminista, pornografía antirracista y pornografía antiglobalización? Para una crítica del proceso de *pornificación* cultural. *Labrys, Études Feministes /Estudios Feministas* (29) <https://openaccess.city.ac.uk/id/eprint/23948/>

- Fight the New Drug. (n.d.-a). *Cómo la pornografía puede afectar al cerebro como una droga*. Fight The New Drug - Español. Recuperado el 11 de marzo de 2024, de <https://es.fightthenewdrug.org/como-la-pornografia-puede-afectar-al-cerebro-como-una-droga/>
- Fight the New Drug. (n.d.-b). *¿Por qué puede ser difícil dejar la pornografía?* Fight The New Drug - Español. Recuperado el 11 de marzo de 2024, de <https://es.fightthenewdrug.org/por-que-puede-ser-dificil-dejar-la-pornografia/>
- Gabriel, K. (2017). *El poder de las culturas del porno* en Transnational Institute (Ed.) Estado del poder.
- Gil, Á. R. y de Ulzurrun Lluch, M. S. D. (2018). Violencia sexual contra las mujeres jóvenes: construcción social y autoprotección. *Revista de estudios de juventud*, (120), 47-65. https://www.injuve.es/sites/default/files/2018/47/publicaciones/3._violencia_contra_las_mujeres_jovenes._construccion_social_y_autoproteccion.pdf
- Gurrieri, L., Brace- Govan, J. y Cherrier, H. (2016). Controversial advertising: transgressing the taboo of gender-based violence. *European Journal of Marketing*, 50 (7/8), 1448-1469. <https://www.emerald.com/insight/content/doi/10.1108/EJM-09-2014-0597/full/html>
- Gutiérrez, A., y Cuervo, A. (2023). Links Between Pornography Consumption and Demand for Prostitution. Evidence from Academia and Activism. *Multidisciplinary Journal of Gender Studies*, 12(2), 142-162. <http://dx.doi.org/10.17583/generos.11944>
- Hall, P. (2011). A biopsychosocial view of sex addiction. *Sexual and Relationship Therapy*, 26(3), 217-228. <https://doi.org/10.1080/14681994.2011.628310>
- Hall, P. (2021). The moral maze of sex & porn addiction. *Addictive Behaviors*, 123, 107054. <https://doi.org/10.1016/j.add-beh.2021.107054>
- Hideroa, M. (2010). *Significados y experiencias del deseo y el placer sexual de pareja en adolescentes: una mirada desde la identidad de género*. Tesis de Licenciatura. UNAM
- Hilton, D. L., & Watts, C. (2011). Pornography addiction: A neuroscience perspective. *Surgical neurology international*, 2, 19. <https://doi.org/10.4103/2152-7806.76977>

- Hughes, D. (2010). *Sex Trafficking of Women for the production of Pornography*. *Citizens Against Trafficking*. https://www.academia.edu/4847671/Sex_Trafficking_of_Women_for_the_Production_of_Pornography
- Hull, T. (2008). Sexual Pleasure and Wellbeing. *International Journal of Sexual Health*, 20(1-2), 133-145. <https://doi.org/10.1080/19317610802157234>
- Jacobs, T., Geysemans, B., Van Hal, G., Glazemakers, I., Fog-Poulsen, K., Vermandel, A., De Wachter, S. y De Win, G. (2021). Associations Between Online Pornography Consumption and Sexual Dysfunction in Young Men: Multivariate Analysis Based on an International Web-Based Survey. *JMIR Public Health Surveill*, 7(10) <https://doi.org/10.2196/32542>
- Jeffreys, S. (2011). *La industria de la vagina: la economía política de la comercialización global del sexo*. Paidós.
- Johnson, J. A., Ezzell, M. B., Bridges, A. J., y Sun, C. F. (2019). Pornography and Heterosexual Women's Intimate Experiences with a Partner. *Journal of women's health* (2002), 28(9), 1254–1265. <https://doi.org/10.1089/jwh.2018.7006>
- Ley Orgánica 3/2007, de 22 de marzo, para la igualdad efectiva de mujeres y hombres. (2007). BOE núm. 71, de 23 de marzo de 2007.
- Lim, M. S. C., Agius, P. A., Carrotte, E. R., Vella, A. M., y Hellard, M. E. (2017). Young Australians' use of pornography and associations with sexual risk behaviours. *Australian and New Zealand journal of public health*, 41(4), 438–443. <https://doi.org/10.1111/1753-6405.12678>
- Lozano, M., y Conellie, P. J. (2020). *Pornxplotación*. Alrevés.
- Malamuth, N., Hald, G. y Koss, M. (2012). Pornography, individual differences in risk and men's acceptance of violence against women in a representative sample. *Sex Roles*, 66, 427–439. <https://doi.org/10.1007/s11199-011-0082-6>
- Marroquí, M. (2023). *Eso no es sexo: Otra educación sexual es urgente!* Ed. Crossbooks
- Martellozzo, E., Monaghan, A., Davidson, J. y Adler, J. R. (2020). Researching the effects that on online pornography has on UK adolescents aged 11 to 16. *SageOpen*, 10(1), 1-11. <https://doi.org/10.1177/2158244019899462>

- Miller, D., McBain, K., Li, W. y Raggatt, P. (2019). Pornography, preference for porn-like sex, masturbation, and men's sexual and relationship satisfaction. *Personal Relationships*, 26(1), 93-113. <https://doi.org/10.1111/pere.12267>
- Millet, K. (2017). *Política Sexual*. Editorial Cátedra.
- Ministerio de Igualdad. (2021). *Informe Anual del Observatorio Estatal de Violencia sobre la Mujer 2021*. https://violenciagenero.igualdad.gob.es/violenciaEnCifras/observatorio/informe-sAnuales/docs/2023/RE_XV_2021.pdf
- Miralles, R. (2020). Cultura de la violación: una cuestión política. *Libre pensamiento*, 102, 82-87. <https://archivo.librepensamiento.org/wp-content/uploads/2020/05/LP-102.pdf>
- Moreno, C., Leal-López, E., y Sánchez-Queija, I. (2024). Reflexiones en torno al impacto de la pornografía en la sexualidad de los chicos y las chicas adolescentes. *Cuadernos del Audio-visual| CAA*, (11), 49-72. <https://dx.doi.org/10.62269/cavcaa.9>
- Naredo Molero, M. (2013). *Violadas y Expulsadas: Mujeres y víctimas de violencia sexual en situación administrativa irregular*. Fundación Aspacia.
- Organización Mundial de la Salud (2006). *Definiciones, Salud sexual*. https://www.who.int/es/health-topics/sexual-health#tab=tab_2
- Organización Mundial de la Salud (2010). *Salud sexual. Derechos sexuales*. https://www.who.int/es/health-topics/sexual-health#tab=tab_2
- Organización Mundial de la Salud. (2014). *Trata de personas hacia Europa con fines de explotación sexual*. https://www.unodc.org/documents/publications/TiP_Europe_ES_LORES.pdf
- Organización Panamericana de la Salud, Organización Mundial de la Salud, y Asociación Mundial de Sexología, (2000). *Promoción de la salud sexual. Recomendaciones para la acción*. Actas de una Reunión de Consulta. Antigua Guatemala. <https://iris.paho.org/handle/10665.2/51672>
- Peter, J. y Valkenburg, P. (2007). Adolescents' exposure to a sexualized media environment and their notions of women as sex objects. *Sex Roles: A Journal of Research*, 56(5-6), 381-395. <https://doi.org/10.1007/s11199-006-9176-y>

- Peter, J. y Valkenburg, P. (2016). Adolescents and pornography: A review of 20 years of research. *Journal of Sex Research*, 53(4-5), 509–531. <https://doi.org/10.1080/00224499.2016.1143441>
- Pornhub. (2023). *The 2023 year in review*. <https://www.pornhub.com/insights/2023-year-in-review>
- Rodarte, I. (2010). *Modelo del funcionamiento sexual femenino*. Tesis de Maestría. UNAM
- Rodríguez, M. (2020). *Construcción del imaginario sexual en las personas jóvenes. La pornografía como escuela*. Consejo de la Juventud del Principado de Asturias._
- Ross, M. W., Månsson, S. A., y Daneback, K. (2012). Prevalence, severity, and correlates of problematic sexual Internet use in Swedish men and women. *Archives of sexual behavior*, 41(2), 459–466. <https://doi.org/10.1007/s10508-011-9762-0>
- Rothman, E., Kaczmarzky, C., Burke, N., Jansen, E. y Baughman, A. (2015). “Without porn...I wouldn’t know half the things I know now”: A qualitative study of pornography use among a sample of urban, low-income, black and Hispanic youth. *Journal of Sex Research*, 52(7), 736–46. <https://doi.org/10.1080/00224499.2014.960908>
- Rothman, E., y Adhia, A. (2015). Adolescent Pornography Use and Dating Violence among a Sample of Primarily Black and Hispanic, Urban-Residing, Underage Youth. *Behavioral sciences (Basel, Switzerland)*, 6(1), 1. <https://doi.org/10.3390/bs6010001>
- Rubio, E. (1994). *Introducción al estudio de la sexualidad humana. Antología de la Sexualidad Humana*, Vol. 1. México: CONAPO.
- Save the Children. (2020). *(Des)Información Sexual: Pornografía y Adolescencia*. Save the Children España. https://www.savethechildren.es/sites/default/files/202009/6.DesinformacionSexual_AnexoEUSKADI_CAS.pdf
- Segato, R. (2003). *Las estructuras elementales de la violencia. Ensayos sobre género entre la antropología, el psicoanálisis y los derechos humanos*. Prometeo
- Streeter, M. J. R. (2018). La Pornografía en la obra de Andrea Dworkin: mujer y desconexión moral. *Revista humanidades*, 8(2), 1-34. <https://doi.org/10.15517/h.v8i2.33674>

- Ševčíková, A., Šerek, J., Barbovski, M., y Daneback, K. (2014). The roles of individual characteristics and liberalism in intentional and unintentional exposure to online sexual material among European youth: A multilevel approach. *Sexuality Research y Social Policy: A Journal of the NSRC*, 11(2), 104–115. <https://doi.org/10.1007/s13178-013-0141-6>
- Svedin, C., Åkerman, I. y Priebe, G. (2011). Frequent users of pornography. A population based epidemiological study of Swedish male adolescents. *Journal of Adolescence*, 34, 779–788. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2010.04.010>
- Tiganus, A. (2021). *La revuelta de las putas*. Editorial B
- Tokunaga, R., Wright, P. y Roskos, J. (2019). Pornography and Impersonal Sex. *Human Communication Research*, 45(1), 78–118. <https://doi.org/10.1093/hcr/hqy014>
- Tokunaga, R., Wright, P. y Vangeel, L. (2020). Is Pornography Consumption a Risk Factor for Condomless Sex? *Human Communication Research*, 46(2-3), 273–299. <https://doi.org/10.1093/hcr/hqaa005>
- Torrado, E. y Díaz, C. (2023). Distopías patriarcales: análisis de la industria para la explotación sexual. En A. Gutiérrez (coord.), *Una mirada interdisciplinar hacia las violencias sexuales*, (201–211). Octaedro.
- Torrado, E., Gutiérrez, J., Romero, Y. y González, A. (2021). *Consumo de pornografía y sexualidad en adolescentes y jóvenes de 16 a 29 años. Informe final*. Cabildo Insular de Tenerife, Universidad de La Laguna. <https://doi.org/10.25145/b.SexAdolesct.2021>
- Torrado, E., Vera, B., García, T., Ceballos, E. M.^a, Santana, D. M.^a, Garcá, S., Gutiérrez, J., Flores, F., Estévez, B. y Romero, Y. (2023). *Un estudio sobre la Trata con Fines de Explotación Sexual en Canarias*. Instituto Canario de Igualdad
- Torrado, E., y Barroso, J. G. (2021). Nativos del porno. Consumo en jóvenes y adolescentes de 16 a 29 años. En T. Aránguez y O. Olariu (Coords.) *Los Derechos de la Mujeres en la era de Internet*. Universidad de Granada
- Torrado, E., González, A., Romero, Y., Gutiérrez J., Del Sol, H., Pedernera, L. y Díaz, L. (2017). *Percepción social de la prostitución de mujeres y análisis de la demanda prostitucional en Canarias. La normalización de la violencia sexual contra mujeres como un servicio*.

- Torrado, E. (2017). Violencia transnacional y castigos de género a mujeres migrantes africanas con destino a España. *Astrolabio. Revista internacional de filosofía*, 19, 280-297. <https://raco.cat/index.php/Astrolabio/article/view/318903>
- Valkenburg, P. M., y Peter, J. (2013). The differential susceptibility to media effects model. *Journal of Communication*, 63(2), 221-243. <https://doi.org/10.1111/jcom.12024>
- Vandenbosch, L. (2015). Antecedents of adolescents' exposure to different types of sexually explicit Internet material: A longitudinal study. *Computers in Human Behavior*, 50, 439-448. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2015.04.032>
- Varela, N. (2019). *Feminismo para principiantes*. Edición Actualizada. Penguin Random House Grupo Editorial.
- Walker, L. (1979). *Battered Woman*. William Morrow Paperbacks.
- We Are Social (2023). *Digital 2023. Spain*. <https://wearesocial.com/es/blog/2023/01/digital-2023/>
- Weber, M., Quiring, O. y Daschmann, G. (2012). Peers, Parents and Pornography: Exploring Adolescents' Exposure to Sexually Explicit Material and Its Developmental Correlates. *Sexuality y Culture*, 16(4), 408-427. <https://doi.org/10.1007/s12119-012-9132-7>
- Wright, P., Sun, C., Steffen, N. y Tokunaga, R. (2014). Pornography, Alcohol, and Male Sexual Dominance. *Communication Monographs*, 82(2), 252-270. <https://doi.org/10.1080/03637751.2014.981558>
- Zimmerman, C., Yun, K., Shvab, I., Watts, Ch., Trappolin, L., Treppete, M., Bimbi, F., Adams, B., Jiraporn, S., Beci, L., Albrecht, M., Bindel, J. y Regan, L. (2003). *The health risks and consequences of trafficking in women and adolescents. Findings from a European study*. London School of Hygiene y Tropical Medicine. <https://www.icmec.org/wp-content/uploads/2015/10/Health-Risks-and-Consequences-of-Traffic-in-Europe-Zimmerman-2003.pdf>

 @aplecinclusionigualdad  APLEC Inclusión Más Igualdad  Aplec Inclusión Más Igualdad



www.aplec-i.org